**COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO**

PEDROSO, Marina Ricco. Uma experiência em clínica social bioenergética breve focada. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais.** 14º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Acesso em: ____/____/____.

# UMA EXPERIÊNCIA EM CLÍNICA SOCIAL BIOENERGÉTICA BREVE FOCADA

Marina Ricco Pedroso

RESUMO

Este trabalho teve início em 1998, com o objetivo de ampliar os possibilidades de atendimento em Bioenergética, para uma população que não teria acesso a este tipo de tratamento. O método desenvolvido foi inspirado na Clinica Focada de Héctor Fiorini, que foi acrescentado à Análise Bioenergética, possibilitando que esta tivesse a profundidade necessária, para funcionar em situações de terapia de tempo limitado. Nesta exposição vamos descrever o funcionamento dos quatro momentos deste procedimento, que em princípio tem a duração de um ano.

Palavras-chave: Análise Bioenergética. Bioenergética Breve. Bioenergética Focada. Psicoterapia. Clínica Social.

## PRÁTICA CLÍNICA NA TERAPIA BIOENERGÉTICA FOCADA

### FOCO

Para que pudéssemos atender um maior numero de pessoas era necessário uma otimização do tempo de trabalho com cada paciente.

A eficácia do encontro terapeuta-paciente num modelo de terapia focada, que propõe um encontro com um tempo pré-determinado, potencializa a intensidade da intervenção. Seguindo o modelo reichiano da curva orgástica sabemos que toda atividade natural obedece a uma dinâmica que vai do aquecimento a um momento de intensidade que quando atinge o seu pico desquece até poder finalizar harmoniosamente. Entendemos que cada encontro psicoterapêutico obedece à dinâmica que abrange o foco, e o conjunto dos encontros possibilita a reconstrução simbólica e energética do sujeito em questão.

### TERAPIA BIOENERGETICA FOCADA

Usando o modelo do Fiorini e tentando adaptá-lo ao enfoque da

Bioenergética encontramos conceitos que facilmente se adaptam a uma visualização mais rápida de conflitos manifestos em função de:

- possibilidade da leitura do caráter;
- visualização do fluxo energético;
- conceito de grounding;

Este tipo de trabalho possibilita a integração da interpretação analítica com o trabalho corporal, dando recursos a terapeuta e paciente para lidarem com a questão (foco) e com a dinâmica emocional subjacente.

A Bioenergética tem como instrumento trabalhar caráter, e pensar caráter é pensar em sistema de defesas num campo referencial. Na terapia focada não vamos desmanchar este caráter, vamos trabalhar sobre o sistema de valores e crenças, moldados no caráter, para abrir brechas e possibilitar que o sujeito incorpore algo novo dentro desse sistema.

O primeiro momento da terapia focada é o estabelecimento de um foco. De acordo com Fiorini, o foco numa psicoterapia é estabelecido quando conseguimos fazer a ponte entre a queixa do paciente e o que percebemos, quando conseguimos equacionar duas culturas: a nossa Psi, e a cultura do paciente. São duas visões de mundo diferentes. Ouvindo a concepção que o paciente tem da sua doença e da sua cura nos aproximamos do seu universo simbólico, criamos uma ponte entre as nossas crenças e as do outro. Liane Zink chamou esta ponte de horizonte simbólico comum (criado na teoria da Biossíntese). Só a partir da criação desta ponte é que vai ser possível estabelecer uma aliança terapêutica. O foco é aquele ponto onde vamos concentrar a atenção.

A crise configura um foco. Para compreender isto existe o critério de focar situações e não caráter, estruturas de personalidade. Quando trabalhamos com crises focamos a situação, o caráter é visto dentro da situação dada, que é o nosso foco.

O segundo momento, onde o processo terapêutico se estabelece, é o

momento do vínculo, a relação que se amplia e vai ganhando forma a medida em que a comunicação também se enriquece. É o momento dos exercícios corporais: bater perna, stool, exercícios de entrega ou de contenção, diferentes tipos de grounding de acordo com as qualidades energéticas indentificadas no primeiro momento. At/e aí seguimos como toda terapia bioenergética. O que vai diferenciar nossa abordagem é o fato do terapeuta perseguir o foco, mesmo quando o paciente pode estar se distanciando dele.

O terceiro momento da terapia focada é voltado para a reorganização das defesas. Trabalhamos com exercícios que visam a construção de estados de saúde. O individuo pode restabelecer um novo conceito de bem estar no mundo e nós como terapeutas vamos poder reconhecer essa nova memória.

O quarto momento é de confirmação do que foi adquirido, mencionando o desligamento do processo terapêutico que se dará em breve, e incluindo a avaliação conjunta do que foi alcançado.

Instituimos como prática o seguimento do paciente, trimestralmente no primeiro seguimento e semestral no segundo segmento. Este procedimento vai tentar dar conta das necessidades de mudanças do serviço oferecido, ao mesmo tempo em que vai trazer dados interessantes de pesquisa da eficácia do processo da terapia bioenergética focada que propomos.

Nos propomos em um ano, ajudar o indivíduo a ter mais recursos para lidar com as situações de crise. Acreditamos que, num tratamento bem sucedido, ele deve finalizar o tratamento mais grounded nas suas questões atuais, mais conscientes das varias situações que compõem a totalidade da sua existência e mais em contato com o seu processo evolutivo como ser humano, isto através de uma maior consciência do próprio corpo. Porque, como diz Lowen, ter consciência do corpo é a única maneira de descobrir quem somos.

Nas 4 ou 6 sessões diagnósticas, poderemos identificar:

- Depressão – se está com sintomas de depressão, como ela está funcionando (se tem sinais que tiram a possibilidades de dormir, se alimentar,

etc).

- Somatizações – aparecem muito no adulto jovem como, úlcera, problemas cardíacos, queda de cabelo, tiróide. Estão somatizando e procuram qualquer coisa que tire ele da somatização. Tem que fazer um diagnóstico rápido de quais são as somatizações que estão acontecendo no cliente (por exemplo: insônia, compulsividade, etc).
- Medo, fobia, pânico ( acontece muito nos adolescentes) Medo de andar na rua, medo de ir aos bares, medo de passear, medo de namorar, medo de trocar de carro (por exemplo se fica com carro muito chique pode ser assaltado), medo de ter um relógio legal, um tênis .... Muitos adolescentes estão com um discurso de fobia.
- Stress – está em todas as idades e é um conjunto de sintomas: insônia, somatizações distúrbios corporais, distúrbio de comportamento, distúrbios da sexualidade.
- Mania – se a pessoa apresenta comportamentos maníacos seja com a sexualidade, com exercícios físicos, drogas, etc.

O QUE TEMOS QUE VER PARA AJUDAR NO DIAGNÓSTICO:

- Perda de criatividade – as pessoas que perdem o emprego não tem onde por a criatividade, ficam embotadas.
- Perda de relações ficam na perda de alguém querido, na perda de um emprego. As relações pioram quando já estão com pertubações da sexualidade.
- Insônia – como é a dificuldade de dormir: dorme pouco, dorme mal, acorda para pensar que não tem dinheiro, não relaxa, como se dá ....
- Distúrbios de comportamento – o maior distúrbio atual é a compulsividade. Tudo que ficar sob controle: não pode engordar, não pode ir aos lugares, não pode gastar dinheiro, a casa tem que ficar limpinha, a alimentação tem que ser balanceada, tudo gera comportamentos compulsivos: querer ser inteligente,

comer coisas, ficar magro .... os comportamentos compulsivos são polares e distantes do prazer.

- Distúrbios corporais – são somatizações: como gastrites, problemas na coluna, labirintite, etc. Tudo que antes era de um jeito agora é assim.

- Perda da estrutura familiar – é o que é mais complicado: perdi o emprego, perdi a relação, e a minha família não é mais como era antes. Exemplo: meu pai não gosta mais de mim, não vou mais a casa dele, daí não tem mais a estrutura – é uma quebra, tem uma desmistificação e os mitos caem por terra, não é mais o que se acreditava. Outro exemplo: os maridos que deixam as mulheres e as famílias e voltam a morar com a mãe; tem uma desmistificação total voltando a casa familiar, acontece uma quebra na estrutura anterior. Muitas vezes é o social que pressiona a transformação do indivíduo também.

TERAPIA BIOENERGETICA FOCADA

Visualização mais rápida de conflitos manifestos em função de:

- possibilidade da leitura do caráter;
- visualização do fluxo energético;
- conceito de grounding;

- primeiro momento da terapia focada é o estabelecimento de um foco.
- segundo momento - processo terapêutico se estabelece, momento do vínculo, relação ganha forma e a comunicação se enriquece. Momento dos exercícios corporais: bater perna, stool, exercícios de entrega ou de contenção, diferentes tipos de grounding de acordo com as qualidades energéticas indentificadas no primeiro momento.
- terceiro momento da terapia focada é voltado para a reorganização das defesas. Exercícios para construção de estados de saúde, novo conceito de bem estar no mundo e nós como terapeutas vamos poder reconhecer essa

nova memória.

- quarto momento é de confirmação do que foi adquirido, mencionando o desligamento do processo terapêutico que se dará em breve, e incluindo a avaliação conjunta do que foi alcançado.

Após o término o segmento.

REFERÊNCIAS

FIORINI, H.J. Teoria e Técnica de Psicoterapias. São Paulo, Martins Fontes, 2004.

LOWEN, A. Bioenergética. São Paulo, Summus Editorial,1982.

AUTORA

Marina Pedroso/SP - CRP-06/7119 - Psicoterapeuta formada em Psicodrama pela SOPSP, (Sociedade de Psicodrama de São Paulo). CBT em Análise Bioenergética. Supervisora em Análise Bioenergética e Professora do Instituto de análise Bioenergética de São Paulo.
E-mail: marina.pedroso@hotmail.com