



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MENDES; Francisco Mário Pereira; BARATIERI, Iara Lais Raittz. Fronteiras do contato. Gestalt terapia e as influências de Wilhelm Reich. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE SICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. [ISBN – 978-85-7691-21-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

1

FRONTEIRAS DO CONTATO GESTALT TERAPIA E AS INFLUÊNCIAS DE WILHELM REICH

**Francisco Mário Pereira Mendes
Iara Lais Raittz Baratieri**

RESUMO

Este artigo tem como objetivo descrever brevemente o percurso de Fritz Perls, considerado o fundador da Gestalt Terapia, e as influências sofridas na construção da abordagem. Enfatiza a contribuição dos pensamentos e técnicas de Wilhelm Reich, nos primórdios de sua elaboração teórico-prática, na constituição de seus fundamentos. Procura apontar aspectos comuns e divergentes das duas abordagens bem como o lugar do corpo nas formulações teóricas e no manejo terapêutico atual da Gestalt Terapia.

Palavras-chave: Corpo. Fritz Perls. Gestalt-terapia. Psicoterapia. Reich.

.....

Frederick Salomon Perls é considerado fundador da Gestalt-terapia. A elaboração de sua teoria e prática está relacionada com sua história de vida, desta forma faz-se necessário uma breve descrição de seus dados biográficos.

Perls nasceu em Berlim, em 1893 (Scherpp; Burow, 1985). Em sua infância Fritz costumava freqüentar, com sua mãe, óperas, museus e o teatro. Este irá acompanhá-lo de forma direta ou indireta durante toda vida. Na adolescência trabalha como figurante no teatro Real de Berlim, onde recebe orientações de Max Reinhard, responsável, na época por uma nova forma de produzir teatro (espontâneo). Com este, aprende a identificar e associar expressão facial, corporal, postura, tonalidade e entonação de voz, sensibilizando-se para a comunicação global do indivíduo (Tellegen, 1984). Desde este período, pode-se dizer que Perls interessa-se pela expressão dramática, pelo corpo, sua linguagem e presença, pelas discrepâncias apresentadas entre este e a linguagem verbal, bem como pela unidade do ser humano.

Em 1916 participa da primeira guerra, é ferido e volta decepcionado com o anti-semitismo dos oficiais alemães e com a própria condição humana (Tellegen, 1984). Em 1920 gradua-se em medicina na Universidade de Berlim, e inicia seu trabalho como neuropsiquiatra. Faz sua formação psicanalítica.

CENTRO REICHIANO DE PSICOTERAPIA CORPORAL LTDA

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



Passa a integrar o grupo Bauhaus - políticos radicais que lutavam por um novo estilo de vida por serem dissidentes da ordem estabelecida. (Scherpp, Burow, 1985)

Encontra-se com o filósofo Sigmund Friedlander que propunha uma mudança na perspectiva de olhar os fenômenos – pensamento diferenciador (baseado na lei dialética da unidade dos opostos), em contraposição com o pensamento segundo o princípio da causalidade. Esta perspectiva influenciará profundamente as concepções psicanalíticas de Fritz. (Scherpp, Burow, 1985).

A partir de 1926 trabalha como neuropsiquiatra com Kurt Goldstein (teoria organísmica), utilizando-se da teoria da Psicologia da Gestalt, para intervir nas questões de soldados com lesão cerebral e distúrbios perceptivos, resultantes da guerra (Tellegen, 1984).

Fundamentado em princípios científicos e filosóficos apreendidos através destas experiências, Frederick Salomon Perls busca uma nova forma de trabalho e uma nova concepção do humano, diferenciada da concepção da psicanálise ortodoxa.

Interessa-se pelo pensamento existencial de Paul Tillich e de Martin Buber – método dialógico Em 1928 após experiências frustrantes como analisando, Fritz procura Karen Horney buscando uma indicação de outro psicanalista e esta comenta “acho que o único analista que poderia entrar dentro de você seria Wilhelm Reich” (Perls, 1979, p.66).

Como judeu, teve que fugir em 1933 do nazismo. Reich se refugia na Noruega, enquanto Fritz vai para Amsterdam. Em 1935 funda, na África do Sul, um Instituto Sul-Africano de Psicanálise.(Tellegen, 1984) Em suas atividades com a psicoterapia foram surgindo suas dúvidas em relação às diferentes concepções da psicanálise. Neste mesmo momento testava novas formas de psicoterapia que divergiam da psicanálise ortodoxa, o que o levou a desenvolver uma nova forma de terapia (Scherpp; Burow, 1985).

Em seu livro, intitulado Escarafunchando Fritz: dentro e fora da lata de lixo (Perls, 1979), Fritz tece comentários a respeito de Reich afirmando que “este era vital, vivo, rebelde, ávido para discutir qualquer situação, em especial política e sexual” (Perls, 1979, p. 66). Considera que de Reich recebeu ousadia



e que este chamou a atenção para as atitudes das pessoas, em sua teoria e prática. Afirma que seu livro *A Análise do caráter* foi uma contribuição fundamental e que sua primeira descoberta, a couraça muscular, foi além da teoria freudiana, pois trouxe a noção concreta de resistência (Perls, 1979).

Apesar de Perls não concordar com todas as posições de Reich, há pontos em comum entre os autores. Ambos concordavam que, em um processo psicoterápico, somente falar não é suficiente, é necessário que sejam experienciados os afetos relacionados às lembranças, evitando assim dicotomizar a ação psicoterapêutica (Ribeiro, 1985).

Perls comprometeu-se em construir uma prática que envolvesse três pontos: ver o indivíduo como um todo, evitando a dicotomia mente-corpo; ver o ser humano como uma estrutura ou configuração complexa que articulasse as inter-relações de fatores biológicos, psíquicos e sócio-culturais dos quais a experiência e o comportamento são resultantes; "uma concepção dialética ao focalizar interação e mudança enquanto processos contínuos de diferenciação, integração e rediferenciação de opostos." (Tellegen, 1984, p.34).

Perls e Reich preocuparam-se em perceber o homem em sua totalidade. Acreditavam que o corpo pode ser considerado a expressão visível do interior de cada um (Ribeiro, 1985). Desta forma, valorizavam a percepção do corpo, afirmando que este deve estar presente na compreensão e vivência do ato psicoterapêutico. Reich acreditava que a resistência era expressa no corpo, através da couraça muscular e Perls afirmava que a resistência é função do organismo e não deve ser atacada (Ribeiro, 1985).

Para ambos os autores "o corpo contém toda a chave da reflexão psicoterapêutica e que dificilmente um trabalho simplesmente verbal poderia responder adequadamente às necessidades orgânicas interrompidas." (Ribeiro, 1985, p.119).

Reich desenvolveu a noção de couraça muscular e também a importância do caráter como determinante da atuação de cada pessoa. Esta couraça fixa-se fisiologicamente e funciona como resistência a mudança psicológica. Esta visão de Reich influenciou Perls a considerar a importância do corpo em relação à psique (Fadiman; Frager, 1986).



Tellegen (1984) descreve: "o que sem dúvida foi decisivo para Perls é a observação de Reich de que a dinâmica conflitual se revela mais na forma das comunicações do paciente do que no conteúdo" (Tellegen, 1984, p. 37). Fritz no livro Gestalt terapia explicada descreve: "a maioria de nós dá aparência daquilo que não é, aparência para a qual não temos nosso suporte, nossa força, nosso desejo genuíno, nossos talentos genuínos" (Perls, 1976, p. 84).

Perls em sua abordagem das camadas da neurose situa a couraça muscular e caracterológica através dos termos - camada dos clichês e camada dos papéis. De acordo com ele, a primeira é a camada mais superficial em termos de contato, formada por chavões, cumprimentos, formas que traduzem um comportamento impessoal-social. Após esta camada encontramos a camada do "faz de conta", da existência sintética, através da qual ficamos cristalizados, estagnados e não dispomos de nosso potencial verdadeiro no aqui e agora. Parecemos ser o que não somos. "nós fingimos que somos melhores, mais ríspidos, mais fracos, mais educados, etc do que realmente nos sentimos" (Perls, 1976, p.83).

O trabalho psicoterapêutico, para Reich e Perls, acontece através da frustração. De acordo com Perls, o crescimento ocorre através da frustração. O psicoterapeuta deve dar suporte e frustrar ao mesmo tempo, fazendo com que o cliente se perceba, e sinta-se incomodado nas suas "verdades solidificadas". Pretende-se com a psicoterapia, levar o cliente a constante busca de auto-regulação, de acordo com Reich, e a formação de novas gestalts, segundo Perls (Ribeiro, 1985).

Perls e Reich afirmavam que mais importante do que é dito pelo cliente é como isto é feito. Os clientes se comunicam por gestos, linguagem psicossomática, postura, tom da voz e linguagem corporal além do que verbalizam. Ambos acreditam que a palavra engana, mas a maneira de falar nunca (Ribeiro, 1985). "O corpo, diz Reich, é a manifestação imediata, inconsciente do caráter, e Perls dirá que o corpo é o inconsciente visível." (Ribeiro, 1985, p.121).

O uso da interpretação por parte do psicoterapeuta passa a segundo plano, substituída pela consciência e liberdade do cliente tomar para si a sua



existência e suas questões. Ambos acreditavam nesta liberdade e potencialidade adormecida nos clientes. Trata-se de uma relação de pessoa a pessoa fundamentada no agora e na capacidade e potencialidade do cliente. Podemos dizer que a terapia tem outra conotação política, não fundamentada na autoridade do psicoterapeuta, mas sim na democracia de um encontro entre duas pessoas diferentes, em relação de mutualidade.

Reich afirmava que para cada paciente existia uma forma de intervenção e esta devia levar em consideração as circunstâncias individuais de cada um, bem como o momento do processo terapêutico. Este modo de pensar influenciou Perls, que chama a atenção para o uso indiscriminado de técnicas. Prefere chamá-las de recursos, os quais devem ser utilizados apenas quando o movimento de expandir-se do cliente não ocorrer sozinho. O recurso aplicado de forma satisfatória leva o cliente a um contato positivo e criativo com o mundo externo e consigo mesmo (Ribeiro, 1985).

“Uma diferença fundamental é que Perls não seguiu Reich na concepção do restabelecimento da função orgástica como foco principal da terapia, e formulava o resultado desejado do processo terapêutico em termos de auto-regulação, qualidade de contato e capacidade de ajustamento criativo” (Tellegen, 1984, p.37). Acreditamos que, aprofundando o conceito de potência orgástica, não somente enquanto restabelecimento da sexualidade genital, encontramos uma similaridade nas propostas conceituais, apesar da nomenclatura, estratégias de intervenção e método serem diferenciados (Tellegen, 1984).

Existe uma tendência comum ao trabalho corporal e a gestalt terapia que é a intensificação ou presentificação, como pontua Fritz, de algum fenômeno que esteja se desvelando através do cliente naquele momento. (Scherpp; Burow, 1985). Para que se possa realizar um trabalho efetivo com o cliente este deverá estar fundamentado no aqui-e-agora.

Toda a conceituação de gestalt-terapia objetiva que o cliente se experiencie cada vez mais intensamente. Por experiência entende-se a experiência global, que compreende o ser humano como um todo – físico e psíquico. O neurótico encontra-se extremamente restrito em suas possibilidades de vivenciar novas experiências. O objetivo é abrir-se ao “livre trânsito da experiência”. Os bloqueios, as fronteiras



de contato voltam eles mesmos a ser na terapia objetos de experiência. (Scherpp; Burow, 1985 p.89)

Algumas considerações foram feitas sobre a influência da teoria de Reich na psicoterapia da Gestalt. Para melhor compreensão da relação entre as duas teorias, torna-se necessário apresentar a gestalt-terapia de forma mais sintética.

Pode-se dizer que a abordagem gestáltica não é formada por princípios novos e inéditos, mas a forma como estes elementos se interpenetram e se organizam em sua teoria e prática, se faz inédita. Constituindo assim uma GESTALT - a Gestalt terapia: uma configuração singular, que tem como objetivo o restabelecimento da unidade do organismo, perdida através de suas relações com o mundo e consigo mesmo.

Conforme Perls (1977) a Gestalt é uma função orgânica, um fenômeno experienciado. O sentido da palavra Gestalt é de uma disposição ou configuração, uma organização das partes que constitui o todo. A Gestalt Psicologia, surgida na Alemanha na década de 20, com o objetivo de estudar a percepção, nomeia como sua lei primeira: “O todo é algo diferente da soma de suas partes” (Scherpp; Burow, 1985, p.24). A aplicação desta lei ao processo terapêutico corrobora uma visão holística do indivíduo que possui seus aspectos cognitivos, afetivos, sensoriais e comportamentais que devem estar integrados. Através desta unidade o organismo alcança e mantém seu equilíbrio através do processo homeostático ou de auto-regulação interagindo com o meio onde está inserido (Scherpp; Burow, 1985).

Quando emerge uma necessidade, uma gestalt é formada. Quando esta é satisfeita ocorre a destruição ou fechamento da Gestalt, para que em seguida outra seja formada, fechada, e assim sucessivamente. A formação de novas gestalts supõe que o indivíduo tente sempre satisfazer suas necessidades da melhor maneira possível. Fechar gestalts significa responder satisfatoriamente as exigências no âmbito do pensamento, ação e sentimento (Ribeiro, 1985).

Quando ocorre uma cisão destes aspectos o organismo não consegue formar ou abrir gestalts claras e fechá-las, logo, o acúmulo de situações



inacabadas ou gestalts abertas prejudicam o processo homeostático, podendo adoecer o organismo. Quanto mais natural ou saudável é a pessoa, menos terá gestalts inacabadas, mais será auto-regulada (Ribeiro, 1985).

A relação psicoterapêutica possibilita ao indivíduo fechar suas gestalts, de forma mais satisfatória possível. A forma com que se fecha uma gestalt depende do contato que o indivíduo estabelece com o mundo e consigo mesmo.

A Gestalt-terapia percebe as pessoas como seres de relação, e esta relação acontece através do contato. O processo do contato ocorre em duplo aspecto: aproximando e separando as pessoas. Este é uma função do self, pois se o indivíduo perde o contato consigo, não há como entrar em contato com o mundo (Ribeiro, 1994).

Contatar é, em geral, o crescimento do organismo. Pelo contato queremos dizer a obtenção de comida, amar e fazer amor, agredir, entrar em conflito, comunicar, perceber, aprender, locomover-se, a técnica e em geral toda função que tenha de ser considerada primordialmente como acontecendo na fronteira, num campo organismo/ambiente (Perls, Hefferline e Goodman, 1997, p. 179).

O contato ocorre em três níveis humanos de ação: emocional, cognitivo e comportamental. A recusa de contato também ocorre nestes três níveis. Acontece sempre no limite em que o indivíduo e o meio se tocam, este é chamado de limite de contato que pode ser físico ou psíquico (Scherpp; Burow, 1985). “Se um destes está fora de ação, o contato não se faz plenamente, ou simplesmente não existe” (Ribeiro, 1997, p. 65).

Na fronteira de contato, ocorre a interação entre organismo e ambiente. É nela que ocorre a troca simultânea entre o mundo e o indivíduo, um processo contínuo de reciprocidade em que o homem e o mundo se transformam. A fronteira possibilita ao indivíduo que satisfaça suas necessidades, aproximando-se ou retraindo-se, dependendo da necessidade que se faça presente (Perls; Hefferline; Goodman, 1997).

Para Yontef (1998) uma fronteira eficaz exige permeabilidade suficiente para permitir que o indivíduo faça trocas satisfatórias com o ambiente e ter autonomia para não absorver o que não lhe serve. Fronteiras eficazes são



suficientemente flexíveis para abrir-se e fechar-se de acordo as necessidades do sujeito. “A fronteira é o lugar privilegiado do encontro das diferenças. Quanto mais próxima a fronteira, mais se concentram aí energias de proteção, mudança e transformação.” (Ribeiro, 1997, p. 34). O corpo pode ser considerado uma fronteira de contato, se levar em consideração que quando duas pessoas se relacionam o corpo se faz presente possibilitando o encontro, de acordo com a disponibilidade de cada indivíduo.

É objetivo da terapia gestáltica a suspensão da recusa de contato, pela concentração sobre o contato, facilitando assim o ser humano a livrar-se de seus modelos de comportamentos enrijecidos, o que impossibilita o contato verdadeiro fundamentado na espontaneidade (Scherpp; Burow, 1985).

Na abordagem da Gestalt-terapia a atenção do terapeuta vai além das aparências, manifestações externas de um cliente, procurando um contato direto com o fenômeno. O conceito de fenômeno baseia-se na influencia da fenomenologia sob a Gestalt-terapia. “Fenômeno é uma palavra grega derivada de um verbo que significa ‘manifestar-se, aparecer’. Podemos, portanto, definir fenômeno como aquilo que aparece, como aquilo que é aparente na coisa ou a aparência da coisa” (Ribeiro, 1985, p. 43). O fenômeno é tudo o que se manifesta, mas não se trata apenas de ver, e sim de uma interrogação sobre o todo que aparece (Ribeiro, 1985).

Desvendar o fenômeno é chegar à essência das coisas. De acordo com a fenomenologia, a consciência e fenômeno devem ser concebidos de forma conjunta e não podem ser desconsideradas as experiências concretas de cada sujeito (Ribeiro, 1985).

A presença, inclusão e confirmação oferecidos pelo terapeuta é um agente facilitador do contato do cliente consigo mesmo e com seu mundo. A percepção do próprio terapeuta fundamentada no obvio, naquilo que se dá no aqui e agora, através de sua cognição, afeto, sensação e comportamento, torna-se mola propulsora para a relação dialógica, o desenvolvimento da auto-expressão espontânea e a ampliação do self-suporte, integrando polaridades que porventura estejam alienadas através dos distúrbios de contato (Hycner; Jacobs, 1997).



A terapia gestaltista baseia-se na premissa de que os indivíduos precisam encontrar seu próprio caminho na vida e aceitar a responsabilidade por si mesmos. Sendo assim, a tarefa central do terapeuta é ser facilitador dos clientes para que estes experimentem seu ser no aqui-e-agora, ajudando-os a tomarem consciência do modo pelo qual sentem e experimentam o momento presente. A consciência, por si e em si mesma, é vista como curativa, pois possibilita aos clientes os instrumentos para a mudança de personalidade (Corey, 1986).

“Fazer Gestalt é bem um consumir de essências na relação a dois. É um colocar-se todo para se descobrir inteiro na relação e na vida. Fazer Gestalt é um continuo desafio” (Ribeiro, 1985, p. 31).

Todos os terapeutas da Gestalt se interessam pelo corpo e observam atentamente a postura, a respiração, o olhar, a voz, os microgestos, etc, mas alguns se contentam com falar dele; outros admitem além disso uma mobilização do corpo do cliente, ou até exercícios corporais; outros enfim se engajam com seu próprio corpo, sem hesitar tocar seu cliente, chegando as vezes a um verdadeiro “corpo a corpo terapêutico” (Ginger, 2010, p. 123).

“Laura Perls por sua vez não separa a Gestalt da expressão artística e corporal. Aliás, ela mesma seguiu uma formação artística de musica e dança e uma formação específica em diversas técnicas corporais (Alexander Feldenkrais, eurritmia de Rudolf Steiner, etc.), isto paralelamente a sua formação psicanalítica” (Ginger, 2010, p. 125).

É evidente que os princípios teóricos fundamentais e a metodologia específica da Gestalt não implicam a obrigação de uma mobilização corporal: a abordagem global fenomenológica, a teoria do self, a awareness no aqui e agora da relação, a demarcação dos distúrbios do ciclo do contato e das resistências, etc, tudo isto quase não necessita da intervenção ativa do corpo. Mas, na minha opinião, sem essa intervenção do corpo, nós nos privamos de uma alavanca terapêutica poderosa que contribui para a intensidade e profundidade do trabalho, permitindo aumentar-lhe a eficácia e diminuir-lhe a duração (Ginger, 2010, p. 125).

Atualmente os psicoterapeutas da Gestalt acentuam o trabalho com o corpo buscando o nível sensorial e comportamental, não hesitando em utilizar seu próprio corpo como instrumento de intervenção e facilitação do contato,



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MENDES; Francisco Mário Pereira; BARATIERI, Iara Lais Raittz. Fronteiras do contato. Gestalt terapia e as influências de Wilhelm Reich. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE SICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. [ISBN – 978-85-7691-21-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

10

bem como da presentificação da figura emergente no momento da sessão. Para isso torna-se necessário a verificação de que tais atitudes possam ser facilitadoras do contato e da conscientização e não inibidoras do processo de expressão do cliente. Levar-se-á em conta também as questões éticas apregoadas pelo código deontológico da Psicologia (Ginger, 2010)

“O terapeuta gestaltista é um acompanhante atento que partilha com seus clientes as incertezas e as alegrias das descobertas sucessivas de uma expedição aventureira, no “território” original e ainda desconhecido de cada novo cliente. Não é um *expert* que conhece de antemão todos os mapas das regiões psíquicas de cada um” (Ginger 2010, p. 192).

.....

REFERÊNCIAS

BUROW, O. A.; SCHERPP, K. **Gestalt-Pedagogia: um caminho para a escola e a educação**. São Paulo: Summus Editorial, 1985.

COREY, G.. **Técnicas de Aconselhamento e Psicoterapia**. Rio de Janeiro: Campus, 1986.

FADIMAN, J.; FRAGER, R.. **Teorias da Personalidade**. São Paulo: Editora Harbra, 1986.

GINGER, S. **Gestalt - A arte do contato**. Petrópolis: Vozes, 2010.

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

PERLS, F. S. **Escarafunchando Fritz: dentro e fora da lata de lixo**. São Paulo: Summus, 1979

PERLS, F. S. **Gestalt Terapia Explicada**. São Paulo: Summus Editorial, 1976.

PERLS, F. S.; HEFFERLINE, R.; GOODMAN, P. **Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 2ª Ed, 1997.

RIBEIRO, J. P. **Gestalt-terapia: o processo grupal**. São Paulo: Summus Editorial, 1994.

TELLEGEN, T. A. **Gestalt e grupos**. São Paulo: Summus Editorial, 1984.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MENDES; Francisco Mário Pereira; BARATIERI, Iara Lais Raittz. Fronteiras do contato. Gestalt terapia e as fluências de Wilhelm Reich. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE SICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. [ISBN – 978-85-7691-21-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

11

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

.....

AUTORES

Francisco Mário Pereira Mendes/PR – C.R.P. 08/1774. Psicólogo, Gestalt terapeuta, mestre em Engenharia de Produção-Saúde do trabalho (U.F.S.C.), professor e supervisor clínico da graduação e pós-graduação do curso de Psicologia da Universidade Tuiuti do Paraná.

E-mail: fmendes_psico@hotmail.com

Iara Lais Raittz Baratieri/PR – Graduanda em psicologia pela Universidade Tuiuti do Paraná, monitora da disciplina de Concepções Teóricas em Psicologia III

E-mail: iararaittz@hotmail.com.br

.....

