



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

CUOCOLO, Patricia. Contribuições para a prática clínica com adolescentes. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. Anais. Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

1

CONTRIBUIÇÕES PARA A PRÁTICA CLÍNICA COM ADOLESCENTES

Patricia Cuocolo

RESUMO

Os adolescentes em geral estão sentindo-se solitários e incompreendidos. Os pais por sua vez estão perdidos e não encontram ajuda na sociedade, que tem a tendência a fazer críticas severas e a não se abrir ao diálogo, à reflexões genuínas e à busca de soluções que auxiliariam o desenvolvimento sadio desta fase. Necessitamos transformar com urgência nosso discurso com os adolescentes, despir-nos dos preconceitos que impedem o encontro, a alteridade, a relação verdadeira. O contato do adulto com a própria fragilidade e a humildade em reconhecê-la é elemento transformador nesta relação. A construção da própria identidade e a busca por autonomia é o que impulsiona o adolescente a opor-se aos valores pré-estabelecidos. Com o intuito de ilustrar, apresento um caso clínico e cito algumas técnicas que utilizo na prática clínica.

Palavras-chave: Adolescentes. Sociedade. Preconceitos. Identidade. Técnicas.

.....

Em minha prática clínica, tenho acompanhado muitos adolescentes e tenho observado o quanto estão sentindo-se solitários e incompreendidos em seu processo de amadurecimento. Tenho observado que muitos pais não tem a menor idéia de quem são seus filhos, fazendo até mesmo juízos equivocados sobre eles. Alguns estão totalmente dominados pela consciência de massa no que diz respeito ao conhecimento das vivências da adolescência, sem saber o que fazer, o que pensar, com tanto medo, que chegam a ficar cegos. Talvez porque em seu íntimo sintam realmente os perigos e a fragilidade inerente a esta fase, mas ao mesmo tempo também se sintam sozinhos para lidar com tudo isso. E então entram em um processo de negação. Como nos conta o educador e psicólogo educacional Dr. Paulo Afonso Caruso Ronca, “Comigo o mundo educa meu filho”:

Quem são nossos filhos? São filhos que participam de uma sociedade, que força a massificação de atitudes, do pensar e do ser. É a sociedade do espetáculo, que envia atraentes apelos para qualquer um poder realizar o seu próprio, como desejar ou na próxima oportunidade.

Quem são nossos filhos? São filhos da “sociedade” da contemporização da dúvida, do amortecimento da crítica, da



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

CUOCOLO, Patricia. Contribuições para a prática clínica com adolescentes. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

2

diminuição do pensamento reflexivo e da distância do diálogo. Afinal, sendo o espetáculo sempre apaixonante, torna-se facilmente, estonteante (....)

(....) Quem são nossos filhos? São “filhos da televisão” e de programas que o tomam de assalto e passam a mostrar indivíduos quando largados a sua própria sorte e, por ela, tentam ultrapassar os outros. Juntar-se, dar as mãos, e trabalhar em equipe, só ganham sentido enquanto vier em auxílio de si mesmo e do próprio engrandecimento.

O “outro” me interessa somente pelo que pode me dar e pelo que dele posso ganhar. (RONCA, 2004, p. 186).

O maior problema aqui não é o fato da sociedade (pais, educadores, adultos em geral) não saber o que fazer, mas o fato de estar “anestesiada” para as reais necessidades dos adolescentes. É necessário trazer à consciência os próprios limites e a própria impotência para que possam estar atentos às brechas que podem indicar caminhos e soluções. Quando nos dispomos a refletir, abrimos um espaço interno para que uma nova inteligência possa nos permear, e nos abrimos também para a inteligência do “outro” que está esforçando-se em encontrar soluções junto comigo. Não analisarei aqui as causas históricas e culturais que influenciam estes comportamentos, mas friso aqui a importância de considerar todas as dimensões desta problemática que atualmente também é social e política. Para quem se interessa pelo tema, o livro **“Adolescência – As contradições da idade”** da editora Wak, organizado por Luiza Elena L. Ribeiro do Valle e Maria José Viana Marinho de Mattos é um excelente guia para este tema.

Apresento o caso de uma adolescente de 15 anos, que veio indicada por uma escola em função das notas baixas. Esta adolescente havia passado por uma avaliação psicológica cuja conclusão era que Z. apresentava excelentes recursos cognitivos (acima da média), mas que apresentava pobreza em seu vocabulário e muita insegurança, o que dificultava suas relações interpessoais. O relatório pedia para que fossem trabalhadas as questões emocionais.

Nos atendimentos percebia em Z. uma forte necessidade de falar, principalmente de sua relação com a família. Em uma ocasião me disse: acho que tenho dificuldades em função da inconstância na relação com meus pais. Quando aprofundada esta questão, Z. me contou que nunca sabia como seu pai ia estar quando chegasse em casa, porque parecia que havia dois dele. E



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

CUOCOLO, Patricia. Contribuições para a prática clínica com adolescentes. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

3

quando ele estava da “pá virada”, dirigia palavras a ela e tomava atitudes de autoritarismo sem explicações. A mãe por sua vez, tentava mascarar e encobrir todos os problemas da família, omitindo aquilo que Z. obviamente percebia e que era negado pela família. Certa vez o pai lhe disse: não agüento mais sua mãe, e se não fosse por você e pelo seu irmão eu saía agora de casa.

Z. me dizia que achava que ele não saía porque tinha perdido o trabalho e não conseguiria se sustentar sozinho e que a mãe não tinha coragem de mandá-lo embora. Dotada de personalidade forte, Z. contestava a mãe e o pai e questionava-os sobre decisões arbitrárias em relação a ela. Ela sentia que não tinha porque tal reação. Por exemplo, um dia Z. queria muito se vestir na casa de uma amiga, pois este grupo de amigas havia combinado de se “arrumarem” todas juntas. Z. me contava como era boa aquela sensação de reunião com as outras, uma maquiando a outra, a ajuda mútua, as risadas. Obviamente, nesses momentos Z. estava vivenciando seu ritual de iniciação. A mãe não a deixou ir à casa da amiga, pois ela seria “uma menina muito dada” em relação aos meninos. Z. esperava da mãe que confiasse nela, que acreditasse em sua capacidade de discernimento nesta situação e ficava muito triste com isso. Os preconceitos da mãe permeavam e distorciam a relação mãe e filha.

Não está na hora de mudarmos o discurso com os adolescentes? Em observarmos as habilidades que já conquistaram para dar seus passos e lidar com as conseqüências deles? Observo a dificuldade dos pais em olhar para este ser não mais como uma criança, mas como um ser em mutação, que já dispõe de recursos para lidar com algumas escolhas.

É muito importante que os pais observem quando o adolescente já está apto a dar passos em direção ao amadurecimento, encorajando-os e não infantilizando - os. Por outro lado, que não tenham medo de colocar os seus limites quando tem certeza que ainda não é o momento de autorizá-los a dar aquele passo. Este trabalho interior por parte dos pais muitas vezes pode ser árduo, mas posso garantir, traz inúmeros frutos. Não há verdades absolutas nem receitas ao longo do caminho, já anunciava o poeta sevilhano Antônio Machado com seu poema traduzido para o português por José Bento:



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

CUOCOLO, Patricia. Contribuições para a prática clínica com adolescentes. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

4

“Caminhante, são teus rastros
o caminho, e nada mais;
Caminhante, não há caminho,
faz-se caminho ao andar;
Ao andar faz-se o caminho,
e ao olhar-se para trás
vê-se a senda que jamais
se há de voltar a pisar.
caminhante, não há caminho,
somente sulcos no mar.”

Sempre há risco em toda decisão. O bom senso é imprescindível e o diálogo coroa a alteridade na relação. Não há um único caminho e nem uma única solução. A impermanência existe, e a vida com sua sabedoria, nos orienta em direção ao caminho do meio. O contato dos pais com a própria fragilidade e limites internos deve ser o elemento norteador da relação. Os pais não são super-heróis, o adolescente está em fase de retirá-los do pedestal e clamam pela verdade, por mais dura que seja, pois só a partir daí é que podem se construir e ir formando a sua IDENTIDADE. Os adolescentes não estão em busca de opiniões massificadas, preconceituosas, mascaradas, mas parece ser esse o mundo que os recebe.

Muitas são as críticas feitas a eles, mas observo muito pouca disponibilidade dos adultos para ouvi-los. Mais do que um “adestramento intelectual” característico da nossa Era, eles necessitam de escuta verdadeira e de diálogo aberto para que possam se desenvolver e realizar as transformações necessárias nas diferentes etapas da vida.

Meu trabalho com adolescentes na clínica tem os seguintes objetivos:

- Proporcionar caminhos de acesso aos próprios recursos interiores e talentos;
- Desenvolver maior consciência e domínio sobre emoções e pensamentos para que a ação possa estar equilibrada entre o pensamento criativo e o sentir verdadeiro;
- Libertação de condicionamentos limitantes;
- Resolução de conflitos;
- Despertar de forças interiores latentes;



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

CUOCOLO, Patricia. Contribuições para a prática clínica com adolescentes. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

5

Alguns elementos servem-me de guia para este trabalho:

Identidade – Como eu me vejo? Qual a imagem que eu tenho de mim?

Persona – O que eu mostro, revelo aos outros?

Pensar/Sentir/Querer – Quais são minhas crenças, valores, sentimentos, desejos e vontade?

Comportamentos hábeis e inábeis – Como reconhecer e transformar os comportamentos que trazem resultados inábeis para a vida?

Talentos e dons – Quais minhas capacidades e competências? Quais os meus limites?

Sonho x Temores – Quais os meus sonhos? Como posso realizá-los? Quais os meus temores?

Estratégias de ação – Consciência sobre o que é ilusão e o que é possível realizar. Realização dos objetivos a curto/ médio/ longo prazo. Discernimento sobre as prioridades.

Entre as práticas que utilizo estão:

- Técnicas expressivas;
- Técnicas de respiração e relaxamento;
- Técnicas de integração dos papéis vivenciados;

As técnicas expressivas passam pelo desenho, pintura, modelagem com argila. São materiais artísticos que estimulam a projeção do mundo interior e a elaboração de temas importantes.

Entre as técnicas de respiração estão principalmente os Pranayamas e a respiração circular alternada (Rebirthing). Baseada no conceito que tudo o que experimentamos na vida influencia diretamente a respiração, acredito que



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

CUOCOLO, Patricia. Contribuições para a prática clínica com adolescentes. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

6

quando desenvolvemos consciência da nossa respiração e a tornamos relaxada e fácil, estamos produzindo um maior equilíbrio em todos os campos da nossa vida. Através da respiração consciente desenvolvemos a capacidade de nos libertar de certos padrões de comportamento baseados em crenças que estão limitando e bloqueando o processo natural, livre e criativo da vida.

As técnicas de integração de papéis são basicamente exercícios de Psicossíntese, criados por Roberto Assagioli e seus seguidores. Eles facilitam o conhecimento dos personagens interiores (identidades) e permitem a conscientização e integração desta verdadeira multidão que nos habita:

A Psicossíntese nos propõe uma série de técnicas que nos permitem descobrir as personagens que interpretamos e, então diante de certas situações, conseguimos definir com clareza aquelas com que devemos nos identificar e descartamos as outras pela desidentificação. Assim, nossa vida se torna mais harmoniosa e desenvolvemos a capacidade de escolher o que realmente desejamos. (PARFITT, 1990, p. 39)

Entre os benefícios observados estão:

- Melhora dos relacionamentos interpessoais;
- Maior autonomia e consciência nas escolhas;
- Fortalecimento da auto-estima;
- Auto-confiança;
- Integração do pensar/sentir/agir;
- Harmonia/ bem estar/relaxamento;
- Escolha profissional alinhada com os talentos naturais;

Desejo profundamente que cada um de nós possa ser capaz de contribuir com experiências que auxiliem a construção de conhecimento para o engrandecimento desta fase tão importante para o desenvolvimento do Ser: **a adolescência.**

.....

REFERÊNCIAS

MACHADO, A. **Antologia Poética.** Portugal: Cotovia, 1989

PARFITT, W. **Elementos da psicossíntese.** Rio de Janeiro: Ediouro S.A, 1994



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

CUOCOLO, Patricia. Contribuições para a prática clínica com adolescentes. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

7

RONCA, PAULO. A. C. **Quem são nossos filhos?** São Paulo:Edesplan:Hoper, 2004

.....

AUTORA

Patricia Cuocolo/SP - psicóloga graduada pela Pontifícia Universidade Católica PUC-SP. Tem Formação em Antroposofia, Rebirthing, PNL. Na área da Educação cursou "A Arte do Brincante para Educadores" e "Pedagogia Profunda". Na área clínica aprofundou seus estudos em Psicossíntese e está em andamento com a Formação: Psicologia e Psicopatologia Simbólica Junguiana. Tem 15 anos de experiência na área clínica. Atende adolescentes e adultos. Criadora do Projeto: "A construção das novas bases para a Educação". É fundadora e coordenadora do Espaço Integração na Granja Viana - Cotia - São Paulo.

E-mail: patriciacuocolo@espacointegracao.com.br

