



Márcia Michele de Souza
Rita Petrarca Teixeira

O que é ser um “bom” psicoterapeuta?

What does it mean to be a “good” psychotherapist?

Resumo

Este estudo teve por objetivo conhecer as percepções de psicoterapeutas e pacientes em psicoterapia psicanalítica acerca das características essenciais ao exercício da psicoterapia. Participaram da pesquisa cinco profissionais da área e cinco pacientes em tratamento nesta mesma abordagem teórica. O método utilizado para análise dos dados foi o qualitativo, de acordo com Bardin (1998). Os resultados apontam que o psicoterapeuta é visto como quem possui condições pessoais e técnicas que envolvem disponibilidade, capacidade de escuta e estudo teórico. Ser um bom psicoterapeuta envolve uma construção que se dá a partir de modelos de identificação, prática, estudo, supervisão e tratamento pessoal. Os pacientes percebem estas características de forma sutil, o que demonstram permanecendo em tratamento, principalmente quando o profissional lhes transmite confiança.

Palavras-chave: psicoterapia, características do psicoterapeuta, formação do psicoterapeuta.

Abstract

The present study has the objective of learning the perceptions of psychotherapists and patients in psychoanalytic psychotherapy about the essential characteristics in the exercise of psychotherapy. Five of these professionals and five patients in treatment in this same theoretical approach participated in this research. The method used to analyze the data was the qualitative, according to Bardin (1998). The results point out that the psychotherapist is seen as someone that possesses personal and technical conditions,

Márcia Michele de Souza é acadêmica do 10º semestre do Curso de Psicologia da ULBRA Gravataí.

Rita Petrarca Teixeira é Psicóloga. Mestre em Psicologia Clínica. Docente do Curso de Psicologia da ULBRA Gravataí.

Endereço para correspondência: ritapet@terra.com.br

Aletheia	Canoas	n.20	jul./dez. 2004	p.45-54
----------	--------	------	----------------	---------

which involve availability, hearing capacity and theoretical study. To be a good psychotherapist involves a construction that happens throughout models of identification, practice, study, supervision and personal treatment. The patients perceive these characteristics in a subtle way, and they demonstrate this by staying in treatment, especially when the professional transmits confidence to them.

Key words: psychotherapy, psychotherapist's characteristics, psychotherapy training.

Introdução

As psicoterapias podem ser identificadas como métodos de tratamento para os problemas emocionais. Estes métodos são utilizados por pessoas treinadas, que irão estabelecer uma relação profissional com aquele que busca ajuda, visando retirar ou modificar os sintomas que este apresenta, ou ainda prevenir que eles apareçam. Tem como propósito também, corrigir padrões disfuncionais de relacionamentos que estas pessoas construíram, bem como promover o crescimento e o desenvolvimento da personalidade (Wolberg citado por Cordioli, 1998).

Abreu (1997) refere que a psicoterapia alcançou uma identidade muito clara, e que são exigidos certos requisitos para que seja reconhecida como uma intervenção psicoterapêutica profissional. Este mesmo autor menciona que a psicoterapia se desenvolveu ao longo destes anos, passando por períodos iniciais de estudo que evidenciaram a efetividade dos tratamentos psicoterápicos.

Etchegoyen (1987) descreve os traços característicos que destacam a psicoterapia. Dentre estes traços estão o seu método, no qual a psicoterapia se dirige à psique através da comunicação, e o seu instrumento de comunicação, que é a linguagem verbal e a pré-verbal. Além disso, cita o marco da psicoterapia, ou seja, a relação interpessoal médico-paciente. E, finalmente, a finalidade da mesma, que é curar, pois todo o processo de comunicação que não tenha este propósito, não pode ser considerado psicoterapia.

Existem diferentes tipos de psicoterapia que variam conforme as técnicas que utilizam, às teorias que se baseiam, aos seus objetivos, a frequência das sessões e ao tem-

po de duração (Cordioli, 1998). Para Bloch (1999), qualquer psicoterapia tem a intenção de permitir que uma pessoa satisfaça suas necessidades de afeto e reconhecimento, bem como ajudá-la a corrigir atitudes, emoções e comportamentos desadaptativos que a impedem de obter satisfações.

Ainda para este autor, mesmo que todas as psicoterapias tenham sua atenção voltada para os aspectos da vida pessoal, variam conforme sua ênfase, ou seja, são ordenadas conforme seu alvo primário, sua orientação temporal. Além disso, diferenciam-se na medida em que procuram mudar essencialmente pensamentos e atitudes, estados emocionais ou comportamentos.

Tendo em vista que este estudo visa verificar as características necessárias para ser um bom psicoterapeuta de orientação psicanalítica, serão apontados os conceitos de psicoterapia relacionados à teoria psicanalítica.

Conforme Goldstein (citado por Cordioli, 1998), na psicoterapia psicanalítica o paciente é orientado a expressar seus pensamentos, sentimentos, fantasias e sonhos, livremente, bem como as associações que lhe ocorrerem. No entanto, um pouco diferente do método psicanalítico, as associações livres do paciente são dirigidas pelo psicoterapeuta para questões-chave da terapia. Não há utilização do divã, as sessões são menos frequentes, há menos regressão e a transferência não se desenvolve com a mesma intensidade que na psicanálise.

Segundo Pessanha (2000), o bom desempenho na profissão de psicoterapeutas exige destes profissionais qualidades definidas e específicas, e esta "vocação" deve estar alicerçada em conhecimento e exercida com talento.

Abreu (1997) salienta que a pessoa do

psicoterapeuta compõe uma importante variável que intermedia mudanças, sem depender tanto de uma determinada teoria ou de uma técnica específica. Por isso, a importância do psicoterapeuta tem sido mais estudada.

Uma vez que a formação do psicoterapeuta de orientação psicanalítica está muito próxima daquela exigida pela psicanálise, algumas variáveis tidas como obrigatórias para o psicanalista serão também necessárias ao psicoterapeuta.

A identidade de um analista é definida por um conjunto de conhecimentos e pelo desenvolvimento de vários atributos pessoais. Estes conhecimentos são adquiridos e desenvolvidos através do tratamento pessoal, da própria prática clínica, da realização de cursos teóricos e seminários clínicos, de supervisões e reuniões científicas, como refere Leviski (citado por Outeiral, 1995).

O mesmo autor menciona que na construção da identidade profissional, erros, ansiedades, angústias e dúvidas são uma constante neste processo evolutivo até que se alcance uma relativa tranquilidade interna. Aos poucos vai se descobrindo a gratificação e o sabor do que pode ser considerado um “certo dom”.

Como precursor da psicanálise, Freud (1912/1980) já apontava questões relacionadas às qualidades necessárias ao analista para que este exerça sua profissão. Inicialmente descreve a técnica que alcançou através de sua própria experiência. Para este autor, o analista se defronta com a árdua tarefa de se lembrar de inúmeros nomes, datas e conteúdos de cada paciente no decorrer de seus tratamentos, por isso aponta a técnica como forma de solucionar este problema. Cita que a mesma, consiste em não se fixar em algo específico no relato do paciente, mas sim em manter uma atenção uniformemente suspensa. Utilizando-se desta, o analista poupa seu esforço, pois caso contrário, se houver a concentração exagerada da atenção, haverá a seleção do material que lhe é apresentado. Ao fazer esta seleção, o analista estará seguindo suas ex-

pectativas ou inclinações, o que lhe impediria de descobrir além do que já sabe.

Para este mesmo autor, para que a análise tenha eficácia, é necessário que o analista volte seu próprio inconsciente, como um órgão receptor, na direção do inconsciente do paciente (órgão transmissor). Assim como o paciente relata tudo o que sua auto-observação possa detectar, sem fazer seleções de conteúdos, o analista deve fazer uso de tudo que lhe é dito para fins de interpretação e identificar o material inconsciente oculto, não fazendo seleções. Para que isto ocorra o analista deverá utilizar o próprio inconsciente como instrumento de análise.

Segundo Zimerman (1999) preparar-se teórica e tecnicamente não é suficiente para a eficácia de uma análise, pois mais do que esta necessária bagagem de conhecimentos (seminários, estudos continuados) e de uma competente habilidade (resultante de supervisões), o psicanalista precisa ter uma atitude psicanalítica que é composta pelos atributos naturais e os desenvolvidos pela análise pessoal. Esta última consiste em o analista possuir as condições mínimas necessárias, postuladas por Bion (1992), para enfrentar as angústias e os imprevistos que podem ocorrer durante a análise, provindos do inconsciente do paciente e do próprio analista.

Rocha (1995) aponta que para alguém se tornar um psicanalista, é necessário que antes tenha sido paciente. Com isso, pode-se inferir que a formação do psicanalista não se dá por uma vocação e, sim, por um processo de construção.

Ainda sobre a importância da análise pessoal, Pessanha (2000) refere que os psicoterapeutas preparados pelo método psicanalítico, devem submeter-se a mesma, pois através desta podem reconhecer e superar seus próprios problemas. Além disso, este trabalho confere ao profissional autoconhecimento indispensável para poder ver em seus pacientes aquilo que vê em si mesmo.

Leviski (citado por Outeiral, 1995) refere que quanto mais profunda tenha sido

a análise pessoal, maiores serão as possibilidades do analista compreender os conteúdos mais remotos da mente do seu paciente. No entanto, para que isto ocorra, é necessário que este profissional tenha entrado em contato e elaborado os seus conteúdos conflituosos, pois se estes não forem resolvidos podem ser projetados inconscientemente sobre o paciente.

Segundo Grinberg (1975), é aconselhável a análise pessoal periodicamente, sendo que o psicoterapeuta precisa tolerar uma sobrecarga imensa nas suas atividades. Mas, além da análise pessoal é necessário possuir outros requisitos, tais como: conhecimento, intuição, talento e empatia.

Levisky (citado por Outeiral, 1995) coloca outros atributos desejáveis ao psicanalista. Dentre estes estão a curiosidade em relação às coisas e aos mistérios da mente, bem como o interesse, a necessidade e a sensibilidade em ir ao encontro do sofrimento psíquico do paciente.

Zimerman (1995) baseado nas idéias de Bion descreve que as condições mínimas necessárias para uma análise eficaz são representadas por uma série de atributos do analista, e entre estes está a identidade analítica. A identidade analítica implica a capacidade que o analista tem de se manter basicamente o mesmo, apesar das pressões provindas de fora e de dentro dele.

Rocha (1995) menciona que neutralidade é uma suspensão dos valores morais do analista face à problemática do paciente. Sendo assim, o termo neutralidade é considerado uma afirmação de que o paciente não deve ser julgado pelo psicanalista, a partir de atributos ou de valores morais deste último, tendo em vista que o propósito da psicanálise não é voltado para a conduta ou o comportamento moral.

Para Pessanha (2000) o psicoterapeuta deve ter paciência e tolerância, pois os benefícios de uma psicoterapia surgem após longo tempo de convívio e dependem muito do interesse do paciente. Para este autor os profissionais precisam ter capacidade para amar e suportar as agressões e os fracassos decorrentes do tratamento. O

autor cita ainda, que o psicoterapeuta é alguém capaz de se dedicar ao paciente sem preocupar-se consigo mesmo, ou seja, sem desejos nos resultados.

Goulart (2003) aponta a importância da criatividade mesclada com a técnica na prática psicanalítica. A verdade emerge entre o analista e o paciente, sendo que no momento em que ocorre a compreensão se produz uma mudança em ambos. Para que esta verdade possa aparecer, é necessário que a dupla tolere suas ignorâncias, abandone o supostamente já sabido e as pré-concepções, o que foi chamado de capacidade negativa.

O mesmo autor salienta que quando a criatividade surge no setting, é preciso que o analista faça uso da mesma, orientando suas interpretações com intuição e empatia, mas sem distanciar-se da técnica que lhe dá segurança. Reforça esta idéia referindo que uma sólida base teórica e técnica introjetadas, juntamente com uma análise pessoal bem sucedida, são pré requisitos na busca deste equilíbrio.

Zimerman (1995) também se refere à capacidade negativa como possibilidade de o analista conviver com as incertezas e dúvidas na experiência da situação analítica. Derivado do atributo de capacidade negativa, Bion (2000) enfatiza que no transcurso da sessão analítica, o analista deve permanecer em uma condição a qual denominou de sem memória, sem desejo e sem compreensão. Esta condição tem como finalidade que a mente do analista não fique saturada com a memória, os desejos e a necessidade de compreensão imediata, para que os órgãos dos sentidos não predominem, possibilitando assim emergir a capacidade de intuição do analista.

Seguindo a mesma premissa de Bion, Dallarozza (2001) expõe que se o profissional não puder tolerar o “não saber”, poderá usar da interpretação apenas para preencher espaços vazios, confabulando sobre o material incompreensível. Para que isto não ocorra, é necessária uma modificação na atitude interna do psicoterapeuta, ou seja, este deve privar-se dos órgãos dos sen-

tidos, aumentando suas possibilidades de intuição.

De acordo com Dallarozza (2001) a intuição é uma antecipação e um reconhecimento dos sentimentos que vão ocorrer no paciente. É a capacidade do terapeuta de ligar-se em fatos que não podem ser captados pelos órgãos dos sentidos. É a intuição que possibilita chegar à aproximação das verdades incognoscíveis.

Conforme Bion (1992) a empatia é uma característica essencial sendo esta a capacidade que o psicanalista deve ter de se colocar no papel do paciente, entrar dentro dele e sentir junto dele o seu sofrimento. A empatia é resultante da capacidade do analista de poder utilizar as fortes cargas das identificações projetivas, como uma forma de comunicação primitiva do paciente. Destaca, também, a capacidade de ser continente, possuindo as condições de acolher as necessidades e as angústias do paciente, contendo-as dentro de si o tempo suficiente para decodificá-las e entendê-las, reconhecendo um significado e um nome para então devolvê-las ao paciente desintoxicadas e em forma de interpretação.

A pessoa do psicoterapeuta é considerada por Wolberg (citado por Cardoso, 1985) a variável mais importante no processo terapêutico, pois sua personalidade e experiência atuam sobre os resultados. O terapeuta eficiente tem qualidades que transmitem ao paciente confiança, esperança, vontade e liberdade para responder.

Além disso, para Wolberg (citado por Cardoso, 1985), o psicoterapeuta deve ser possuidor de uma compreensão empática e de confiança naquilo que faz.

Fromm Reichmann (citado por Cardoso, 1985), resume os requisitos básicos que compõem a personalidade e aptidões pessoais do psicoterapeuta, mencionando que o psicanalista é alguém que deve saber escutar. A escuta que a autora se refere, é considerada por ela como uma arte que não se adquire sem a formação adequada que envolve autoconhecimento, estudo, prática e especialmente vida pessoal que contenha fontes de satisfação e segurança, para que

o profissional não venha a usar o seu paciente como fonte de gratificações.

Método

Identificar as percepções de psicoterapeutas e pacientes acerca das características necessárias para ser um bom psicoterapeuta foi o problema proposto por este estudo. Em torno dele algumas questões norteadoras serviram para ampliar o conhecimento acerca da temática, sendo as seguintes:

Quais as características que os profissionais percebem como essenciais para a formação do psicoterapeuta?

Quais as características que profissionais e pacientes percebem como sendo essenciais para o psicoterapeuta ser um bom profissional?

As características são inatas ou adquiridas pela formação?

Profissionais e pacientes concordam acerca das características tidas como necessárias para ser um bom psicoterapeuta?

Tomando a complexidade do objeto de estudo definido anteriormente, o estudo teve como método de pesquisa, o qualitativo, sendo que as verbalizações dos sujeitos foram analisadas a partir da análise de conteúdo sugerida por Bardin (1988). As descrições das verbalizações foram agrupadas em unidades de sentido, sendo estas reescritas em sínteses que formaram as categorias *a posteriori*.

Participaram do estudo cinco psicoterapeutas de orientação psicanalítica (Grupo 1) e cinco pacientes desta mesma abordagem psicoterápica (Grupo 2). Cabe salientar que os integrantes do Grupo 2 não foram pacientes dos profissionais que compõem o Grupo 1.

Tabela 1 - Profissionais Entrevistados

Depoente	Tempo de Formação em Psicologia/ anos	Tempo de Exercício em Psicoterapia/anos
T1	11	11
T2	11	11
T3	21	08
T4	7	7
T5	12	11

Os psicoterapeutas entrevistados têm formação reconhecida pelos pares e os pacientes estão em tratamento há, no mínimo, 6 meses, com frequência mínima semanal. Ambos os grupos foram contatados a partir dos critérios de indicação e acessibilidade.

O instrumento utilizado foi uma entrevista semi-estruturada específica para cada grupo. O roteiro utilizado para o Grupo 1 continha questões como ser psicoterapeuta, características necessárias para o profissional, modelos de identificação e sobre a relação com o paciente. O roteiro de entrevista utilizado com o Grupo 2 continha questões acerca do que seja psicoterapia, sobre as características importantes do psicoterapeuta e sobre a escolha em fazer psicoterapia.

Tabela 2 – Pacientes Entrevistados

Depoente	Tempo que faz psicoterapia/anos
P1	4
P2	8
P3	1
P4	10
P5	5

Devido a questões éticas, os sujeitos participantes do estudo receberam em duas vias, termo de consentimento livre e esclarecido, anterior ao início da entrevista, os quais assinaram.

Apresentação dos resultados

Através da análise de conteúdo, foi possível dividir as entrevistas em quatro categorias e quatro subcategorias, especificadas abaixo.

Categoria 1 – Ser psicoterapeuta

1.1 – Ser psicoterapeuta na percepção do próprio psicoterapeuta

1.2 – Ser psicoterapeuta na percepção do paciente

Categoria 2 – Características de um bom psicoterapeuta

2.1 – Características de um bom psicoterapeuta na percepção do próprio psicoterapeuta

2.2 – Características de um bom psicoterapeuta na percepção do paciente

Categoria 3 – Características inatas e construídas

Categoria 4 – A percepção dos psicoterapeutas acerca do que pensam os seus pacientes

Os profissionais depoentes foram identificados por T1, T2, T3, T4, T5 e os pacientes entrevistados por P6, P7, P8, P9 e P10.

Discussão dos resultados

O Grupo 1 define ser psicoterapeuta (subcategoria 1.1) como um profissional que se coloca em uma posição de ajuda, pois se dispõe a entender os processos psíquicos de uma pessoa para que assim possam pensar juntos (terapeuta/paciente) e transformar algumas coisas na vida desta pessoa que procura a ajuda. Sendo assim, o psicoterapeuta permite que o outro possa construir sua própria história. Para isso, é necessário que este profissional possua condições tanto pessoais como técnicas para exercer satisfatoriamente este papel. Além disso, é mencionado que o psicoterapeuta necessita estar disposto a receber coisas novas e ser alguém que goste e tenha um perfil para lidar com seres humanos, o que é percebido como algo delicado, necessitando, portanto, de muito estudo e treino.

Um dos principais aspectos apontados pela bibliografia é a capacidade de escuta que o profissional deve ter. Tal capacidade de escuta é referida pelos profissionais como algo essencial no exercício da psicoterapia e está relacionada com a técnica do psicoterapeuta, por isso deve sempre estar sendo aperfeiçoada através do estudo, da prática e do próprio tratamento pessoal. Tal achado reforça a idéia de Fromm Reichmann (citado por Cardoso, 1985) que considera a escuta como uma arte que não se adquire sem um treinamento especial. Menciona que dentre outros

fatores, o autoconhecimento proporciona ao psicoterapeuta a possibilidade de escutar, fator observado também nas opiniões dos entrevistados (subcategoria 2.1).

Já o que é ser psicoterapeuta para os pacientes (subcategoria 1.2) encontra-se a percepção da necessidade do profissional estudar muito e, além disso ser alguém que possua capacidade para lidar com o ser humano. Através das verbalizações dos pacientes, é possível inferir que esta capacidade de lidar com pessoas é muitas vezes percebida pelos pacientes como um “dom”, contudo Bucher (1989) referiu que o interesse pelo ser humano é a primeira característica essencial do psicoterapeuta. Este profissional deve possuir interesse em aprofundar-se no funcionamento dinâmico e dialético do ser humano.

Pode-se observar que os conceitos oferecidos pelos pacientes não diferem muito dos mesmos dados pelos profissionais entrevistados, o que sugere que a percepção dos pacientes tem ligação com o que os psicoterapeutas pensam sobre si mesmos. Pode-se inferir que os psicoterapeutas transmitem para seus pacientes estas mesmas percepções sobre a identidade de ser psicoterapeuta. Além disso, o psicoterapeuta é visto pelos pacientes como alguém que se pode contar em todos os momentos, sendo muitas vezes idealizado, principalmente no início da psicoterapia.

Segundo Pessanha (2000) o bom desempenho na profissão de psicoterapeuta exige destes profissionais qualidades definidas e específicas. A idealização do paciente pelo psicoterapeuta pode estar ligada à percepção destes profissionais sobre estas qualidades. As atribuições exigidas para o exercício da psicoterapia tais como capacidade de escuta, disponibilidade de ajuda, muito treino e estudo, possivelmente estão relacionadas a esta idealização, pois o psicoterapeuta pode sentir-se e ser, realmente, visto como alguém que se encontra disponível para ajudar a qualquer momento. Também pode ser percebido como “grandioso” e possuidor de um poder de cura e soluções mágicas.

Conforme relato dos profissionais, pode-se observar uma série de características percebidas pelos mesmos como essenciais para o psicoterapeuta (subcategoria 2.1), já referidas pela literatura psicanalítica. Isto se evidencia nas verbalizações dos profissionais acerca de diversos atributos que os profissionais devem possuir, citados por Zimerman (1995) e Bion (1992). Dentre estes, referem como principal a capacidade de continência, seguida pela necessidade de entrar no setting sem expectativas prontas em relação ao paciente, sem algo arquitetado e sem uma necessidade de compreensão imediata.

Ainda acerca da subcategoria 2.1 foi possível identificar similaridades nas opiniões dos profissionais entrevistados, pois todos consideram o tratamento pessoal e a supervisão como fundamentais para a formação do psicoterapeuta. A análise pessoal é vista como um dos aspectos primordiais para se tornar um bom psicoterapeuta, visto que os profissionais consideram extremamente necessário o autoconhecimento para o exercício desta profissão. E a supervisão é vista como essencial no processo de construção da identidade do psicoterapeuta.

Em relação à questão do tratamento pessoal pode-se inferir que as percepções dos profissionais condizem com o que é visto na teoria na qual os autores referem que supervisão constante e o estudo da teoria e da técnica são fatores muito importantes, mas destacam o tratamento pessoal como um fator determinante neste processo de formação. Este aspecto encontra-se reforçado pelo exposto por Zimerman (1999) acerca da atitude psicanalítica composta pelos atributos naturais e pelos desenvolvidos na análise pessoal.

Os profissionais referem que para entender o paciente, e ajudá-lo, é necessário que possam se conhecer. Mencionam ainda que através do tratamento pessoal, o psicoterapeuta tem mais possibilidades de entendimento em relação ao paciente, bem como menos probabilidade de se misturar com as questões do mesmo, fato mencionado por

Freud em 1912. Além disso, a questão do tratamento pessoal é vista pelos profissionais como constituinte da ética profissional. Se é transmitido para o paciente a necessidade dele se conhecer, é importante que esteja claro para o psicoterapeuta que esta é uma condição necessária a ele.

Outro atributo mencionado por Zimmerman (1999) é o respeito, no qual o profissional deve aceitar o paciente como de fato ele é e, portanto, aceitar o que este paciente traz. Através de suas verbalizações, os profissionais mencionam que é necessário que o psicoterapeuta respeite o tempo e os desejos do paciente, devendo ainda perceber no vínculo com o paciente o que pode ser conseguido na relação terapêutica com ele.

Os profissionais entrevistados referiram ainda como atributos a necessidade do psicoterapeuta reconhecer seus próprios limites; saber tolerar o não saber, bem como o que pode lidar e o que não pode. Pode-se deduzir que o reconhecimento destes limites pelo psicoterapeuta está relacionado com o autoconhecimento que este adquire através de seu tratamento pessoal, fator já referido anteriormente. Através do tratamento pessoal, o psicoterapeuta poderá conhecer seu próprio inconsciente e, portanto suas limitações, o que facilitará seu exercício. Conforme Bucher (1989) o autoconhecimento proporciona ao profissional em psicoterapia uma familiarização com suas questões inconscientes, bem como uma resolução ao menos aproximativa de seus conflitos, fatores importantes em sua formação.

O Grupo 1 referiu a supervisão como o aspecto que proporciona reconhecer as questões implicadas na relação terapêutica, bem como suas limitações frente a esta relação, o que vai ao encontro com o que fora mencionado por Schlesinger (1981). Este cita como uma das principais funções da supervisão o desenvolvimento no psicoterapeuta supervisionando de uma capacidade em perceber suas dificuldades frente a seus pacientes.

Dentro da categoria 2, pode-se observar que as percepções dos pacientes, em alguns momentos, se assemelha com as dos

profissionais. No entanto, em determinados aspectos os pacientes percebem o psicoterapeuta de uma forma diferenciada. Os pacientes entrevistados estão extremamente preocupados com a experiência do psicoterapeuta, em termos de estudo e especialização. Cabe destacar ainda que os pacientes não diferem tão claramente o que é ser psicoterapeuta do que acreditam ser um bom psicoterapeuta, pois repetem as mesmas características nestas diferentes questões.

Ao não diferenciarem estas características (subcategoria 2.2), pode-se inferir que os pacientes entrevistados demonstram que para o psicoterapeuta lhes transmitir credibilidade e confiança é necessário que saibam que o mesmo tem uma vasta experiência e muito estudo teórico. Sabe-se, contudo, que a teoria é algo muito importante, mas não garante por si só a formação do psicoterapeuta.

Nota-se aqui a diferença básica entre os psicoterapeutas e os pacientes sobre o que é ser um bom psicoterapeuta: para os pacientes a formação do psicoterapeuta está centrada no estudo teórico, enquanto que para os profissionais esta é apenas uma das partes que constituem esta construção.

Os pacientes entrevistados concordam em um ponto no que se refere às características do psicoterapeuta: este deve transmitir segurança e confiança, fatores especificados, anteriormente. Neste sentido, relatam que este profissional deve ser alguém sério, competente, dedicado, honesto, sincero e que se possa contar em todos os momentos.

No que se refere à categoria 3, foi possível conhecer se os psicoterapeutas percebem as características como sendo inatas ou desenvolvidas. Infere-se que grande parte dos psicoterapeutas acredita que para se tornar um bom psicoterapeuta é necessária uma construção, alicerçada por algumas características inatas que corroboram para isso. Esta construção se opera através do aperfeiçoamento teórico, supervisão e, principalmente do tratamento pessoal. Além disso, os modelos de identificação têm grande influência neste processo de aquisição

dos atributos necessários ao bom psicoterapeuta. Estes modelos são os supervisores, os teóricos, enfim, pessoas significativas em seus processos de formação. Grinberg (1975) refere acerca dos supervisores, que estes podem ser internalizados como modelos na medida que demonstram ao psicoterapeuta supervisionando sua maneira de abordar o material, bem como o modo que utilizam e aplicam a teoria. Os profissionais referem ainda que existem algumas características inatas que contribuem para que se possa adquirir as demais. Dentre estas citam uma personalidade adequada, condições egóicas e, até mesmo, certa, predisposição para esta escolha profissional.

Levisky (citado por Outeiral, 1995) descreve algo muito semelhante ao que os entrevistados trouxeram em relação a esta construção da identidade do psicoterapeuta. Este autor salienta que a mesma é desenvolvida por atributos pessoais já característicos do psicoterapeuta, bem como por conhecimentos adquiridos pela análise pessoal, pela prática clínica, pela realização de cursos, seminários e supervisões.

Através da categoria 4, foi possível observar se os profissionais acreditam que seus pacientes percebem as características que lhes proporcionam a condição de bom psicoterapeuta. Conforme os psicoterapeutas é exatamente esta percepção que faz o paciente permanecer em tratamento. Mencionam ainda que esta percepção e a continuidade no tratamento se dá a partir da empatia, ou seja, o paciente sente quando está sendo compreendido pelo psicoterapeuta, o que é extremamente importante, especialmente no início do tratamento, para o estabelecimento do vínculo terapêutico. No entanto, esta percepção é sutil e nem sempre é consciente. O pensamento dos profissionais encontra eco nas palavras de Bion (1992). Conforme este autor, a capacidade empática é essencial ao psicanalista e se, ao contrário, o analista tomasse uma atitude apática, não se manteria sintonizado com o paciente, o que poderia transformar o tratamento em algo monótono ou até mesmo sem continuidade.

Possivelmente, a empatia é vista pelos profissionais como a característica mais percebida pelos pacientes. Por isso entende-se que outras características estejam interligadas, tais como a capacidade de continência. Além disso, estas duas características estão relacionadas com a análise pessoal percebida como essencial pela bibliografia pesquisada. Através do autoconhecimento e da experiência de ter sido paciente, o psicoterapeuta tem mais possibilidades de se colocar no lugar do mesmo.

Considerações finais

Em relação ao que é ser psicoterapeuta conclui-se que este profissional é alguém que deve estar preparado teórica e tecnicamente, e além disso, deve estar em constante aperfeiçoamento. Esta preparação é percebida como, extremamente, importante na medida em que o psicoterapeuta é um profissional que se dispõe a ocupar uma posição de ajuda frente a seus pacientes. E estando neste lugar de quem oferece esta ajuda a outras pessoas, o psicoterapeuta deve estar ciente da responsabilidade que abrange esta profissão, bem como estar preparado para lidar com o mundo interno de seus pacientes. Para tanto, é exigido deste profissional características peculiares e determinantes no exercício da psicoterapia.

Os questionamentos acerca destas características é uma preocupação antiga. Precusores da psicanálise como Freud e Bion já mencionavam os atributos referentes ao psicoterapeuta colocados também nos relatos dos profissionais entrevistados, tais como a capacidade de ser continente, a empatia e a conscientização de que é necessário realizar tratamento pessoal e supervisão. Entende-se que para ser um “bom” psicoterapeuta estes atributos devem estar internalizados e serem observados e refletidos ao longo da vida profissional.

Para os psicoterapeutas, as qualidades necessárias para ser um bom profissional podem ser desenvolvidas, desde que se te-

nha uma personalidade adequada, com boas condições de ego, e acima de tudo pela vontade em trabalhar com seres humanos. Ter este desejo em conhecer a dinâmica da personalidade humana, bem como os fenômenos psíquicos, é um fator determinante visto como um grande potencial para desenvolver as demais características. Estas podem ser desenvolvidas durante a construção da identidade psicoterapêutica, que se dá através de muito estudo, treino, prática, supervisão, análise pessoal.

Referências

- Abreu, J. R. P. (1997). Psicoterapeutas no Brasil: formação e atividades terapêuticas- Estudo Piloto. *Arquivos de Psiquiatria e Psicoterapia Psicanalítica*, pp. 45-60
- Bardin, L. (1988). *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70
- Bion, W. R. (1992). *Conversando com Bion*. Rio de Janeiro: Imago.
- Bion, W. (2000). *Cogitações*. Rio de Janeiro: Imago
- Bloch, S. (1999). *Uma introdução às psicoterapias*. Lisboa: Climepsi Bucher, R. (1989). *A psicoterapia depois da fala: fundamentos, princípios, questionamentos*. São Paulo: EPU.
- Cardoso, E. R. G. (1985). *A formação profissional do psicoterapeuta*. São Paulo: Summus
- Cordioli, A. V. (1998). *Psicoterapias – Abordagens Atuais*. Porto Alegre: Artes Médicas
- Dallaroza, H. L. (2001). *Uma breve reflexão sobre a “não compreensão” frente a pacientes em psicoterapia analítica: convivendo com o processo*. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, pp. 275-286
- Etchegoyen, R. H. (1987). *Fundamentos da técnica psicanalítica*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Freud, S. (1980). *Recomendações aos médicos que exercem a Psicanálise*. Em: J. Salomão (Org.). *Edição standard brasileira de obras completas de Sigmund Freud*. Vol. XII. Rio de Janeiro: Imago (Original publicado em 1912)
- Goulart, A. A. (2003). O psicanalista e sua arte: De místico e cientista todos nós precisamos ter um pouco. *Revista Brasileira de Psicanálise*, v. 37, pp. 85-97.
- Grinberg, L. (1975). *A supervisão psicanalítica: teoria e prática*. Rio de Janeiro: Imago.
- Mabilde, L. C. (1995). O psicanalista: Um artífice e os limites de sua identidade. *Revista Brasileira de Psicanálise*, v. 29, n. 3, pp. 509-515.
- Outeiral, J. O. (1995). *Psicanálise Brasileira: Brasileiros pensando em Psicanálise*. Porto Alegre: Artes Médicas
- Pessanha, L. B. (2000). Características e recursos de um psicoterapeuta. *Retirado em 15 -04-2004 no World Wide Web: <http://www.jt.estadão.com.br/suplementos>*.
- Rocha, F. J. B. (1995). O psicanalista: um artífice e os limites de sua identidade. *Revista Brasileira de Psicanálise*, v. 29, n. 3, pp. 441-451.
- Schlesinger, H. J (1981). *General Principles of Psychoanalytic Supervision*. In: R. S. Wallerstein (Ed.). *Becoming a Psychoanalyst*. New York: International University Press.
- Zimerman, D.E. (1995). *Bion: da teoria à prática. Uma leitura didática*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Zimerman, D. E. (1999). *Fundamentos Psicanalíticos: teoria, técnica e clínica. Uma abordagem didática*. Porto Alegre: Artes Médicas.

Recebido em 10/2004

Aceito em 11/2004