

PSICOTERAPIA DE ABORDAGEM GESTÁLTICA: UM OLHAR REFLEXIVO PARA O MODELO TERAPÊUTICO

*GESTALT PSYCHOTHERAPY: A REFLECTIVE
LOOK AT THE THERAPEUTIC MODEL*

*PSICOTERAPIA DE ENFOQUE GESTÁLTICA: UNA MIRADA
REFLEXIVA HACIA EL MODELO TERAPÉUTICO*

Manoel Antônio dos Santos ⁽¹⁾
Patrícia Francielly Araújo Lara Silva ⁽²⁾
Lucila Castanheira Nascimento ⁽³⁾
Marciana Gonçalves Farinha ⁽⁴⁾

RESUMO

Tendo em vista a relevância da Gestalt-Terapia (GT) para o cenário atual da Psicologia, este estudo apresenta reflexões teóricas sobre os fundamentos filosóficos e teórico-epistemológicos que sustentam essa abordagem. Por meio de breve retrospectiva histórica, a pesquisa localiza o surgimento da abordagem em um cenário então dominado pelas perspectivas psicanalítica e comportamental. A seguir, são abordados os fundamentos teórico-epistemológicos que sustentam e norteiam as intervenções da GT. Em seguida, discorre-se conceitualmente sobre o modelo terapêutico da GT, concentrando-se na análise de conceitos como aqui-agora, 'awareness' e fronteiras de contato. A última parte é dedicada à consideração de apontamentos críticos e identificação de limitações da GT. A partir das reflexões desenvolvidas, entende-se que a intervenção terapêutica em GT privilegia a experiência presente e tem por objetivo restaurar o contato, utilizando para

⁽¹⁾ Psicólogo, Mestre, Doutor e Livre-Docente pela Universidade de São Paulo (USP); Professor Titular da Universidade de São Paulo (USP), Docente do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (FFCLRP-USP), Ribeirão Preto, SP, Brasil. email: masantos@ffclrp.usp.br

⁽²⁾ Psicóloga pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU), MG, Brasil. email: triccia.araujo@gmail.com

⁽³⁾ Livre-Docente pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (EERP-USP), com Pós-doutorado pela University of Alberta, Edmonton, Canada; Professora Titular do Departamento de Enfermagem Materno-Infantil e Saúde Pública da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (EERP-USP), Ribeirão Preto, SP, Brasil. email: lucila@eerp.usp.br

⁽⁴⁾ Doutora em Enfermagem Psiquiátrica pela Universidade de São Paulo (USP); Docente do Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia (UFU), MG, Brasil. email: marciana@ufu.br

Os autores agradecem o apoio do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq).

tanto a relação dialógica. Na abordagem gestáltica, o indivíduo é considerado um ser provisório que está em permanente construção, a partir das relações que estabelece. Essas relações acompanham o movimento de inacabamento, inerente à condição do homem, e a eterna reconstrução que caracteriza o devir humano. Ao final, demonstra-se que a GT reúne um acervo que contribui de modo significativo não apenas para a clínica psicoterápica, como também para o avanço do saber psicológico.

Palavras-chave: Gestalt terapia; psicoterapia; processos psicoterapêuticos; psicologia e filosofia; contato.

ABSTRACT

Given the relevance of Gestalt-Therapy (GT) to the current scenario of Psychology, this study presents some theoretical reflections on the philosophical and theoretical-epistemological foundations that support this approach. Through a brief historical retrospective, the study locates the emergence of the approach in a scenario then dominated by the psychoanalytic and behavioral perspectives. Next, the theoretical-epistemological foundations that support and guide GT interventions are addressed. Conceptual discourse is then discussed about the therapeutic model of GT, focusing on the analysis of concepts such as here-now, awareness, and contact boundaries. The last part is devoted to the consideration of critical notes and limitations of GT. From the reflections developed, it is understood that the therapeutic intervention in GT privileges the present experience and its function is to restore the contact, using to that end the dialogical relation. In the Gestalt approach, the individual is considered a provisional being, which is under permanent construction, based on the relationships established. These relations accompany the movement of unfinishedness, inherent to the human condition, and the eternal reconstruction that characterizes becoming human. Finally, it is shown that the GT brings together a collection that contributes significantly not only to the psychotherapeutic clinic, but also to the advancement of psychological knowledge.

Keywords: Gestalt therapy; psychotherapy; psychotherapeutic processes; psychology and philosophy; contact.

RESUMEN

En vista de la relevancia de la Gestalt-Terapia (GT) para el escenario actual de la Psicología, este estudio presenta algunas reflexiones teóricas sobre los

fundamentos filosóficos, teóricos y epistemológicos que sostienen ese abordaje. Por medio de una breve retrospectiva histórica, el estudio localiza el surgimiento del abordaje en un escenario entonces dominado por las perspectivas psicoanalítica y conductual. Así, se abordan los fundamentos teórico-epistemológicos que sostienen y orientan las intervenciones de la GT. En seguida se discurre conceptualmente sobre el modelo terapéutico de la GT, concentrándose en el análisis de conceptos como aquí-ahora, ‘awareness’ y fronteras de contacto. La última parte está dedicada a la consideración de apuntes críticos y limitaciones de la GT. A partir de las reflexiones desarrolladas se entiende que la intervención terapéutica en GT privilegia el experiencia presente y tiene por función restaurar el contacto, utilizando, para tanto, la relación dialógica. En el abordaje gestáltico el individuo es considerado un ser provisional, que está en permanente construcción, a partir de las relaciones que establece. Estas relaciones acompañan el movimiento de inacabamiento, que es inherente a la condición del hombre, y la eterna reconstrucción que caracteriza al devenir humano. Al final, se demuestra que la GT reúne un acervo que contribuye de modo significativo no sólo a la clínica psicoterápica, sino también al avance del saber psicológico.

Palabras clave: terapia de Gestalt; psicoterapia; procesos psicoterapéuticos; psicología y filosofía; contacto.

Introdução

Este estudo pretende apresentar reflexões sobre os principais fundamentos filosóficos e teórico-epistemológicos da Gestalt-Terapia (GT), bem como delinear um breve panorama histórico de suas origens, em um cenário então dominado pelas abordagens psicanalítica e comportamental. De acordo com Cardoso (1999), a GT surgiu de uma discordância capitaneada por Frederick (Fritz) S. Perls (1893-1970) em relação a alguns postulados básicos da Psicanálise. Porém, é preciso examinar com cuidado as circunstâncias históricas, os fundamentos epistemológicos e as influências teóricas e filosóficas que levaram à criação da GT por Perls e seus outros precursores.

A abordagem gestáltica (e, dentro dela, a GT) tem um vasto campo de sustentação teórica, enraizada em postulados filosóficos (Ribeiro, 2006). Preliminarmente, é preciso reconhecer a colaboração de autores considerados fundadores da abordagem, que historicamente contribuíram para sistematizar e impulsionar a GT em seus primórdios. O Grupo dos Sete era constituído por Isadore From, Paul Goodman, Paul Weisz, Sylvester Eastman, Elliot Shapiro,

Laura Perls e Fritz Perls. Em especial, deve ser creditada a contribuição destacada de Laura Perls, psiquiatra e neurologista, além de professora e psicoterapeuta, que havia estudado os existencialistas (especialmente Kierkegaard e Heidegger) e os fenomenólogos (Husserl e Scheler). Laura (nascida Lore Posner) havia trabalhado com Paul Tillich e foi aluna de Wertheimer, um dos expoentes da psicologia da Gestalt, com quem se tornou íntima das ideias da doutrina conhecida como psicologia da forma. Ela também havia trabalhado com o neurologista alemão Kurt Goldstein, pai da Teoria Organísmica. Foi nesse contexto que conheceu Fritz Perls, no período em que ambos viviam na Alemanha antes de emigrarem em razão da perseguição aos judeus pelo nazismo (Frazão, 2013). Perls, na época em que exerceu a função de médico-assistente de Goldstein, foi profundamente influenciado por sua teoria sobre o processo de readaptação de soldados que haviam sofrido lesão cerebral durante a segunda guerra mundial (Lima, 2009). As observações de Goldstein evidenciaram que, embora o dano fosse circunscrito a uma área cerebral específica, ocorria uma reorganização geral do comportamento do indivíduo lesionado (Frazão, 2013).

O ano de 1951 é considerado o marco histórico do surgimento da GT, com a publicação da obra *Gestalt-therapy: Excitement and growth in the human personality* (Perls et al., 1951). Esse livro inaugural é fruto de rascunhos de um manuscrito que Perls trouxe de sua viagem à África e de anotações dos debates ocorridos com a colaboração dos demais precursores que compunham, junto com ele, o Grupo dos Sete, que se reuniam no apartamento de Laura e Perls em Nova York (Frazão, 2013).

Perls tinha formação médica, como a maioria dos pioneiros da psicoterapia. Formou-se em medicina em 1920 e recebeu sua formação psicanalítica até 1932, transitando entre as cidades de Frankfurt, Viena e Berlim. Em 1928 foi analisado por Wilhelm Reich, de quem assimilaria seus ensinamentos sobre *couraçã caracterológica* e tomaria emprestado o termo “terapia da concentração”, que chegou a ser cogitado pelo Grupo dos Sete para nomear a GT (Frazão, 2013). Goodman também havia sido influenciado pelas ideias de Reich, tendo contato com seu pensamento por intermédio de seu terapeuta Alexandre Lowen, discípulo de Reich. Perls emigrou para os Estados Unidos da América (EUA) em 1946, onde se dedicaria à prática clínica e a divulgar a GT até o final de sua prolífica vida, tendo falecido em 1970.

Segundo Nascimento e Ribeiro (2017), em 1952 foi fundado o primeiro instituto de GT nos Estados Unidos. A partir desse marco inaugural, a GT e a abordagem gestáltica se difundiram em diversos países, incluindo o Brasil (Holanda, 2009; W. F. R. Ribeiro, 2007). Logo nos seus primórdios a GT

conquistou projeção e ganhou visibilidade nos EUA, com os *workshops* coordenados por Perls, que alcançaram grande repercussão. Mas a consistência dos fundamentos teórico-epistemológicos e a difusão sistemática da teoria só se tornaram possíveis com o extraordinário impulso proporcionado pela criação dos institutos e associações.

Para conhecer os primórdios da abordagem gestáltica é imprescindível se debruçar sobre o primeiro livro de Perls (1942/2002). Intitulado *Ego, fome e agressão: uma revisão da teoria e do método de Freud*, essa obra foi escrita em um período de transição e virada teórico-epistemológica do autor, quando ele já não se identificava com a Psicanálise e questionava abertamente várias das concepções psicanalíticas vigentes na época. Esse movimento de vigorosa contestação doutrinária teve início bem antes da criação da GT. O referido livro reúne uma variedade de estudos elaborados em diferentes momentos e permite conhecer as convergências e divergências fundamentais do autor em relação à psicanálise e seu método terapêutico.

Uma das críticas mais incisivas de Perls à Psicanálise põe em relevo a excessiva ênfase do método psicanalítico clássico à esfera do intelecto. Na perspectiva do autor, esse foco em conteúdos intelectuais deixava em segundo plano, ainda que não negligenciasse, a dimensão afetivo-emocional do cliente. Para Perls (1942/2002), era fundamental que o terapeuta levasse o cliente a usar mais de suas capacidades sensoriais e afetivas, e menos de suas faculdades racionais, para que pudesse viver integralmente suas sensações, emoções e pensamentos, sem censuras e cesuras. Nesse sentido, Perls se colocou totalmente alinhado a uma postura existencial-experiencial e imprimiu esse caráter fortemente vivencial ao método terapêutico que viria a desenvolver. No entanto, a princípio, ele se preocupou mais em difundir o método que criara de forma prática, ministrando regularmente *workshops* e seminários, vindo a desenvolver tardiamente os fundamentos teóricos da GT apenas no final da década de 1960, portanto, em seus últimos anos de vida.

O vocábulo *gestalt*, de origem alemã, significa forma ou configuração, ou ainda “um modo particular de organização das partes individuais que entram em sua composição” (Perls, 1988, p. 19). Dessa maneira, *gestalt* corresponde a uma forma, uma integração de partes, uma totalidade indivisível. Já a palavra *terapia* tem origem no vocábulo grego *therapeia*, que significa ato de curar ou reestabelecer-se. Esse termo, por sua vez, remonta ao verbo grego *therapeuein*, que significa “curar” ou “realizar tratamento médico”.

Por conseguinte, na perspectiva da GT entende-se que o cliente se submete a um processo sistemático de “cura”. Em síntese, é um modelo de psicoterapia

que enfatiza o tratamento do indivíduo como um todo e que tem como foco a percepção sensitiva da experiência presente (Perls, 1977). Já no subtítulo da obra inaugural da GT – *Excitement and growth in the human personality* (Perls et al., 1951), nota-se que a preocupação de Perls não era apenas com a “cura”, mas sim com o desenvolvimento e crescimento do ser humano, o que inclui a totalidade de suas potencialidades (Frazão, 2013).

É preciso entender o que significa “crescimento” para as abordagens existenciais. Sabemos que “a terapia é um processo de mudança da *awareness* e do comportamento. O *sine qua non* do processo criativo é a mudança: a conversão de uma forma em outra” [...] “a responsabilidade essencial do terapeuta em relação ao cliente é criar um terreno experimental em que ele procede a uma ativa investigação de si mesmo como um organismo vivo” (Zinker, 2007, p. 17). Portanto, por “cura” entende-se o processo de desenvolvimento e crescimento do cliente.

O encontro entre o terapeuta e seu cliente é capaz de ativar poderosas forças restauradoras, que mobilizam a remoção dos processos obstrutivos do *contato*, corrigindo a interferência das barreiras e impedimentos emocionais que obstaculizam o crescimento do indivíduo. Fazer *contato*, na abordagem gestáltica, “tem que ver com relacionar-se, com encontrar-se consigo mesmo e com o outro, sem nunca perder a perspectiva de que tudo ocorre no mundo. (...) é olhar para dentro e se reconhecer como sendo si mesmo” (Ribeiro, 2006, p. 91). A pessoa está necessariamente sempre em contato, embora este ocorra “em diferentes níveis: do sentir, do pensar, do fazer, do falar” (p. 91). Por essa razão tem-se o pré-contato, contato, contato pleno e pós-contato, a depender do nível de aproximação. A essência do contato é estar em contato consigo mesmo. Por outro lado, a intensidade e duração do contato dependerão do sentido que o indivíduo dá à realidade fora dele próprio.

Segundo Ribeiro (2006), “o contato com o passado e com o futuro acontece em determinado espaço e tempo” (p. 91). Para estar inteira no contato, a pessoa precisa ter consciência de ter intuído a totalidade de sua relação com um determinado campo e em um determinado momento. “O contato, portanto, é aqui e agora” (p. 91). O processo de crescer em psicoterapia diz respeito a caminhar cada vez mais na direção daquilo que a pessoa realmente é, ampliando seu senso de congruência interna e fortalecendo a identidade com base na autenticidade. Segundo Beisser (1975), a mudança acontece quando o indivíduo se torna o que ele é, não quando tenta se converter no que não é. A compreensão do processo terapêutico, na perspectiva da abordagem gestáltica, requer uma visão de campo, que norteia a compreensão da mudança em psicoterapia. O campo é o solo ne-

cessário para se abordar uma transformação que não é apenas psíquica, mas que incide sobre a totalidade do ser.

A GT sofreu a influência direta da noção de campo (Teoria de Campo) de Kurt Lewin. Isso implica conceber a psicoterapia como um campo de forças. A relação terapêutica, experienciada como campo, é orientada para “a realidade das coisas existentes, o mundo, o corpo” (Ribeiro, 2007a, p. 76). Ali são ativados os processos psicológicos por meio dos quais a psicoterapia se mantém como um campo constante de força e de energia de mudança. Toda a realidade acontece em um dado campo e em dado momento, como afirma Ribeiro (2007a), “nada acontece antes ou depois, pois o que está acontecendo é o que devia estar acontecendo, tanto que está acontecendo” (p. 76). “A questão é saber como o campo se organiza se conservando e, ao mesmo tempo, se transformando. O contato é a força permanente do crescimento e a consciência emocionada é o veio que garante e produz mudanças” (p. 77).

Fundamentos teórico-epistemológicos da GT

Evidentemente, não se pretende abarcar o conjunto das contribuições teóricas e filosóficas da GT, mas tão somente articular alguns de seus fundamentos com a prática. Yontef (1993, 1993/1998) define a GT por meio de três princípios complementares: (1) é um método terapêutico que tem fundamento fenomenológico, sendo que seu objetivo e metodologia confluem para a *awareness*; (2) também tem por fundamento o existencialismo dialógico; (3) sua visão de mundo é sustentada no holismo e na teoria de campo. A visão holística preconiza que qualquer parte só é compreendida a partir do todo. O todo tem uma unidade orgânica, sendo muito mais do que a simples soma das partes. Desse modo, o fundamento central da sólida base conceitual e epistemológica da GT é a consideração da interação, da integração e da totalidade.

A fundamentação filosófica da GT está baseada em três pilares centrais: o Humanismo, a Fenomenologia e o Existencialismo. Isso significa que a abordagem gestáltica está comprometida com uma visão de ser humano e de mundo, o que assegura maior consistência epistemológica para a abordagem (Ribeiro, 2006). Outras teorias fundamentais que influenciaram a GT foram: Psicologia da Gestalt, Teoria de Campo e Teoria Organísmica. Também podem ser consideradas fontes de inspiração a psicanálise, o pensamento reichiano e o Zen Budismo.

(1) No que diz respeito ao Humanismo, Cardoso (1999) aponta que é uma teoria que eleger como questão central o homem, ou seja, é uma forma de

compreender o ser humano como ser único em sua totalidade, tendo como proposta principal favorecer condições propiciadoras do crescimento do indivíduo, a partir daquilo que ele tem de positivo, de qualidades e criatividade, enfim, do que cada pessoa possui de potencial de vida. Assim, a GT se apropria do Humanismo no que concerne à valorização do ser humano, levando-o a experimentar todas as suas potencialidades e limites, na busca por crescimento existencial (Holanda, 1998b). Outra dimensão importante é a ênfase dialógica, que imprime protagonismo ao encontro entre o “eu” e o “outro”. Isso aparece, claramente, no conceito de “fronteira de contato” extraído da teoria da Gestalt, que é o espaço no qual os indivíduos se encontram e interagem, implicando sempre uma relação (Perls et al., 1998).

Contato, na perspectiva da GT, se refere ao fato de que o ser humano é compreendido como inerentemente relacional, singular, corporificado, concreto e criativo, aberto a infinitas potencialidades e sempre em movimento, em eterna construção a partir das interações que estabelece com o meio. O indivíduo se caracteriza como ser de relação, que se constitui “entre”, em um espaço vincular compartilhado com outros seres, sendo o vínculo terapêutico uma dessas relações.

Essa concepção relacional reverbera em um dos construtos cruciais da abordagem gestáltica: o contato, um dos mais importantes elementos teóricos e práticos da GT. O contato é considerado como a forma pela qual a vida acontece e se expressa. É pelo contato com o outro que o ser humano se percebe como existente e como estando presente nas relações intra e interpessoais (Ribeiro, 2007c, p. 11). Por isso, a “Gestalt-terapia tem sido definida como Terapia do Contato” (Ribeiro, 2007b, p. 135). Como fenômeno, o contato é o que possibilita o encontro, sendo por esse motivo um ingrediente essencial da relação terapêutica (Ribeiro, 2007a). É por meio do encontro que acontece e se funda a relação psicoterapêutica, na qual tanto o cliente como o psicoterapeuta são modificados.

Considerado como unidade processual, “o contato não é fruto do acaso, mas de uma intencionalidade que dirige o encontro entre os diversos seres do e no universo, o contato é a alma que dita e dirige todos os passos evolutivos de nossa caminhada” (Ribeiro, 2007b, p. 135). Na terapia ancorada no encontro entre psicoterapeuta e cliente desvendam-se outras formas de ser e estar no mundo. A relação psicoterapêutica, centrada no contato, é propiciadora de mudanças e desenvolvimento pessoal. Por meio dela o cliente pode descobrir novos caminhos de crescimento.

Perls et al. (1998) dividem o ciclo de contato em quatro fases: pré-contato, fase na qual a sensação corporal torna-se figura; contato (nessa fase o que se destaca é a ação do organismo no ambiente); contato final (na qual ocorrem as trocas

devido à flexibilização ou perda temporária da fronteira de contato) e pós-contato (quando ocorre a assimilação do novo, que gera crescimento). O contato “inclui a experiência consciente do aqui-agora, envolve uma sensação clara de estar em, de estar com, de estar para e cria algo diferente do sujeito e do objeto (pessoa ou coisa) com a qual está em relação” (Ribeiro, 2006, p. 93).

Ao contrário do senso comum, aqui-agora em GT é um campo temporal, é o vivido; diz respeito ao fluxo de experiência vivido no presente. São as figuras que emergem no presente de um fundo indiferenciado, formado tanto por memórias difusas de experiências do passado como pelas expectativas com relação ao futuro.

Segundo Mesquita (2011), o contato ocorre no limite denominado fronteira de contato. Essa fronteira une e ao mesmo tempo separa. Como uma membrana semipermeável, tanto pode favorecer como dificultar – ou até mesmo impedir – o contato. O processo de interação entre organismo e meio não pode prescindir de uma fronteira de contato que o indivíduo estabelece dialeticamente com o ambiente com o qual se mantém conectado em uma relação de reciprocidade (Perls et al., 1998). Sujeito e mundo estão longe de serem instâncias distintas e cindidas, tendo em vista que estão em permanente movimento e constante processo de determinação recíproca acerca de suas necessidades. Por conseguinte, o contato pode ser definido como o processo (e impulso) mais primitivo do ser humano em sua relação com o mundo e, como tal, está situado aquém da relação dialógica e é até mesmo anterior ao estabelecimento das relações objetais (Mesquita, 2011).

Segundo Perls et al. (1998), a experiência é, em essência, contato, isto é, tem estreita relação com o funcionamento da fronteira móvel e porosa entre organismo e ambiente, que permite calibrar o ajustamento. Contato saudável com o mundo é o que mantém o sujeito consciente na situação presente, é a *awareness* que possibilita fortalecer seu senso de estar vivo e existir – em outras palavras, a autopercepção. Esta, por sua vez, é o que leva à vivência autêntica. No vocabulário da GT, o termo *awareness* ganha um sentido próprio. Alvim (2014) propõe compreender o conceito como “saber da experiência”. O sujeito está presente e se mantém alerta, consciente de si mesmo e de suas possibilidades e limites (Mesquita, 2011). Para Ribeiro (2006), “a *awareness*, ou o dar-se conta pleno, é uma forma integrada e totalizante do resultado das variáveis presentes em dado campo e apreendidas pela consciência” (p. 91).

Uma atenção especial é dedicada às possíveis perturbações existentes na fronteira de contato entre paciente e terapeuta. É no âmbito das relações que se constituem os contatos tidos como disfuncionais ou não saudáveis, bem como a

ressignificação dessas interrupções de contato. Assim, a psicoterapia busca disponibilizar ao cliente a retomada da fluidez de contato, promovendo a emergência de contatos saudáveis e a ampliação de sua *awareness*. Quanto mais o psicoterapeuta consegue estar junto e disponível, mais o cliente é capaz de ficar *aware* de seus processos, mobilizar seus próprios recursos, descobrir suas capacidades e desenvolver suas potencialidades em sua plenitude. E quanto mais o cliente se sente reconhecido em sua singularidade, mais fortalecido se sentirá para enfrentar suas vulnerabilidades e mais ele se sentirá acolhido e confiante para a entrega. As novas formas de estabelecer contato proporcionam à pessoa a experiência de assinar e ser autora de sua existência, reconhecendo-se capaz de estabelecer escolhas satisfatórias para si e de se responsabilizar pelas opções que fez, em vez de considerá-las como incontornáveis desígnios do destino.

(2) Em relação à Fenomenologia, Rehfeld (2013) afirma que a GT busca a suspensão do pré-dado, isto é, daquilo que é da ordem do senso comum e que é, portanto, dado *a priori*, para tentar descobrir o novo, desvelar uma nova compreensão sobre as coisas. Esse aprendizado provém da atitude fenomenológica, que, ao contrário da atitude natural, preconiza a *epoché*, que por sua vez implica a suspensão em relação à posição de existência do mundo, de fundamental importância para promover o desenvolvimento de atitudes e posturas terapêuticas. Dessa forma, na intervenção operada pelo gestalt-terapeuta, compreender passa a ser mais importante do que interpretar. Assim, psicoterapeuta e cliente passam a caminhar juntos, rumo àquilo que é novo e desconhecido para ambos. Assim, terapeuta e cliente se constituem mutuamente como dois parceiros de caminhada, que participam de forma colaborativa do processo de “cura”, marcado pela experiência relacional e por uma atitude autêntica, afetuosa e respeitosa. Estar aberto para o novo significa abrir outras possibilidades de criar significações e sentido no decorrer do processo terapêutico. A consciência em fluxo – ou, como é chamada na GT, a *awareness* – é um conceito primário nessa abordagem e um dos construtos mais importantes do seu arcabouço teórico (Yontef, 1993, 1993/1998), como será tratado mais detalhadamente no decorrer deste estudo.

(3) No que concerne ao Existencialismo, Cardoso (2013) argumenta que a GT herdou dessa corrente filosófica notadamente a preocupação em compreender a existência humana e em perceber o homem como um ser livre e responsável por construir sua própria existência, ou seja, ele é livre para escolher sua essência continuamente. Além disso, o ser humano é um ser aberto para o mundo, condenado à liberdade, mas ele é, acima de tudo, possibilidades. No entanto, essa liberdade radical acarreta, para o homem, o que os existencialistas denominaram de angústia, que é um sentimento irrevogável, gerado por essa condição de ser

lançado no mundo sem qualquer garantia ou salvaguarda. Nesse sentido, a GT é existencialista, porque busca auxiliar a pessoa a ampliar sua consciência de si mesma no mundo, capacitando-a a fazer escolhas mais autênticas. Do existencialismo heideggeriano a GT importa, ainda, o conceito de *Dasein*, que pode ser compreendido como uma percepção do homem enquanto ser de possibilidades, sempre em contato com o que lhe é significativo e com aquilo que constitui a sua essência. A perda do sentido da vida seria, então, uma queda no vazio existencial, outro conceito muito difundido na GT (Perls, 1977; Perls et al., 1998).

Cardoso (2013) aponta que a GT também se apropriou do conceito de cuidar, que é próprio do quadro teórico do Existencialismo. O gestalt-terapeuta persegue uma forma de cuidar que seja autêntica, que é aquela na qual há o reconhecimento do outro na sua singularidade, buscando-se “estar com” o cliente, olhando-o e acolhendo-o por inteiro, ajudando-o a descobrir suas potencialidades, mas acima de tudo respeitando seu ritmo e suas fragilidades. Esse cuidar equivale a inspirar no outro a confiança vital de que ele necessita para reconhecer em si o seu próprio valor e sua capacidade singular para realizar seu potencial.

Há, entretanto, outras bases filosóficas importantes para a fundamentação da GT, tais como a Teoria de Campo, a Teoria Organísmica e a filosofia oriental (Holanda, 2005). Com relação à Teoria de Campo, também conhecida como “espaço vital psicológico”, Rodrigues (2013) esclarece que suas formulações consideram a totalidade de fatos que determinam o comportamento do sujeito em um determinado momento. Essa totalidade é composta pela pessoa em si e seu ambiente. Temos, então, uma dinâmica de forças do meio interno e externo, que se influenciam mutuamente e, juntas, configuram um todo unificado e interativo. O que vai influenciar a GT, dentre os vários aspectos que constituem a Teoria de Campo de Kurt Lewin, é o fato de que todo campo se organiza em função do que ocorre nele e tudo tem um sentido que deve ser compreendido nessa interação (Perls et al., 1998; Rodrigues, 2013). Além disso, Rodrigues (2013) aponta que tudo o que afeta o campo está no presente, no aqui-agora, mesmo que seja um fato passado ou um pensamento futuro.

Segundo Rodrigues (2013), Perls não estava satisfeito com a transposição da teoria de campo de Kurt Lewin e mais de uma vez manifestou seu desejo de criar uma teoria de campo própria para a GT. Atualmente, as novas concepções de campo oferecem uma melhor sustentação para a abordagem do que a teoria proposta por Lewin, que permanece um autor importante do ponto de vista histórico. Desde então a concepção de campo da Gestalt se desenvolveu e se sofisticou, assim como as teorias de campo evoluíram, gerando contribuições variadas para a GT.

A concepção de campo está na base de toda a teoria e prática da GT. Yontef (1993, 1993/1998) concebe o campo como uma totalidade composta por uma teia de vínculos, relacionamentos mútuos, multidimensionais, dinâmicos, organizados e contínuos no espaço e no tempo. A perspectiva de campo da abordagem oferece importante contribuição para o trabalho terapêutico. A psicologia da Gestalt emerge como base da GT, como se verá mais adiante na concepção de figura e fundo (Robine, 2006; Silveira & Peixoto, 2012).

Segundo Frazão (2013), Goodman, um dos mais destacados membros do chamado Grupo dos Sete, reconheceu a influência do psicanalista Otto Rank no pensamento de Perls, por ter sido o primeiro analista a usar a expressão aqui-agora e a perceber sua relevância na psicoterapia. Mas Perls e Goodman ampliaram consideravelmente esse conceito, que se converteu em uma das pedras angulares da abordagem. Assim, aqui-agora, na abordagem gestáltica, diz respeito à experiência individual do momento presente, atual. A GT consiste em um modelo psicoterápico que enfatiza a experiência individual do momento presente (aqui-agora) e seu papel matricial na autorregulação e ajustamento criativo do sujeito ao seu contexto de vida.

A GT também é influenciada pelo conceito reichiano de autorregulação orgânica, articulada à noção de ajustamento criativo (Frazão, 2013). Esse princípio ofereceu um solo fértil para o desenvolvimento da GT, que pensa o ser humano como um sistema complexo que se atualiza na permanente interação que se estabelece entre suas partes constitutivas e seu contexto de vida, estando, portanto, em constante e inevitável transformação. Autorregulação é definida, no contexto da GT, como um processo que, quando se estabelece de maneira harmônica, leva a pessoa a viver a experiência de permanentes mudanças no seu viver (Lima, 2013). A função da psicoterapia é justamente auxiliar o cliente a perceber como e para que ele interrompe seu fluxo autorregulativo.

O gestalt-terapeuta se empenha em fornecer subsídios facilitadores para que a pessoa busque modos criativos de agir, ou seja, que encontre respostas inovadoras para as diversas situações da vida com as quais ela inevitavelmente se defronta no transcurso de seu processo de desenvolvimento e crescimento pessoal (Lima, 2009). Para que isso funcione a contento, a GT exige envolvimento e engajamento da dupla terapeuta-paciente. A efetividade da postura acolhedora do terapeuta depende de sua capacidade de ser tocado, sensibilizado e mobilizado nesse processo.

Em relação à Teoria Organísmica, a GT deve muito de suas concepções a essa doutrina, principalmente porque parte da percepção do ser humano em sua totalidade, ou seja, como algo que transcende, indo muito além da mera soma de

suas partes constitutivas. O ser humano é um todo em si, inserido em um dado contexto e horizonte histórico; portanto, é preciso enxergá-lo assim, como um ser em suas circunstâncias (Lima, 2013; Perls et al., 1998; Rodrigues, 2000). Esse método foi designado como holístico por Goldstein. Desse método e da Teoria Organísmica foi deduzida a lei geral, que afirma que todo organismo tende a se atualizar recorrendo ao princípio da autorregulação (Lima, 2009).

Além dessas influências teóricas, a GT recebeu forte inspiração do pensamento oriental, especialmente do taoísmo e do zen-budismo. Para Veras (2013), essas filosofias orientais propõem uma visão de existência paradoxal e uma ampliação dos conceitos de tempo e espaço, dentro da compreensão do aqui-agora da GT. Dessa maneira, podemos afirmar que a perspectiva da GT visa a promover condições facilitadoras do processo de crescimento, bem como desenvolver todo o potencial humano. Assim, por meio dessa abordagem psicoterápica, o foco se concentra no momento e na experiência presentes, ressaltando as vivências do indivíduo por meio dessa consciência aguçada do aqui-agora (Costa, 2014; Ginger & Ginger, 1995). Um dos objetivos centrais da GT é ampliar a consciência do cliente sobre sua forma de se relacionar consigo mesmo, com os outros e com o mundo à sua volta. Essa ampliação favorece com que ele vislumbre um caminho de maior autonomia e independência, e que se sinta seguro, acreditando que pode contar com seus próprios recursos internos (autossuporte) (Freitas, 2016).

Na perspectiva da abordagem gestáltica, o indivíduo é compreendido como um ser inerentemente relacional, singular e criativo, com aberturas e potencialidades inesgotáveis. É um sujeito que está sempre em movimento, em incessante busca de realizar seu potencial. Portanto, é considerado um ser transitório, em estado provisório, que está em permanente construção, na medida em que se constrói, se desconstrói e se reconstrói continuamente e a cada momento, com base nas relações que estabelece com o meio externo. Essas relações acompanham os movimentos de perene inacabamento e de interminável reconstrução que caracterizam o devir humano em sua busca de realização.

Modelo terapêutico da GT

O processo psicoterapêutico sempre é mediado por uma determinada visão de homem e de mundo. Desse modo, a prática clínica do terapeuta está fortemente calcada na singularidade do seu olhar. Essa prática é fundamentada pela perspectiva teórica adotada. Como toda teoria que sustenta um método terapêu-

tico, a GT tem sua própria metodologia, que visa a apoiar o terapeuta com todas as ferramentas disponíveis para melhor compreender o cliente, propiciando as mudanças necessárias e o seu fortalecimento, ou seja, seu crescimento enquanto pessoa. Na sequência serão abordados os principais conceitos estruturantes da GT, como: aqui-agora, *awareness*, fronteira de contato, *Self*, maturação, impasse, figura-fundo e autorregulação organísmica.

Na GT o agora pode ser entendido como uma ponte entre a teoria e a prática. Discorrendo sobre a temporalidade, Perls (1977) lembra a importância do *agora*, uma vez que o passado não existe mais e o futuro é um ponto incerto. Assim, o agora passa a ser o ponto de equilíbrio, pois é a própria experiência, o fenômeno em si, a consciência em seu desdobrar-se. Para Polster e Polster (2001), apenas o presente (o *ethos* do agora) existe e qualquer tentativa de se desviar dele poderia nos afastar de uma realidade viva e pulsante. No entanto, esses autores apontam dois paradoxos que podem encobrir a dinâmica do presente: (1) embora exista uma preocupação com o passado e o futuro no funcionamento psicológico do indivíduo, estar preso a um desses polos compromete as possibilidades vitais de ter a experiência do agora, ou seja, a apropriação da existência em si, no tempo e espaço onde ela acontece; (2) o ato de falar sobre alguma coisa sem, com isso, sacrificar a imediaticidade e o valor real da experiência que se está tendo *naquele* momento pode tornar isso um ciclo vicioso para o indivíduo.

D'Acri et al. (2014) chamam a atenção para o termo *aqui e agora*, ressaltando a importância de compreender que esse conceito não pode ser entendido separadamente, isto é, de forma a tornar estanques o aqui e o agora. Dessa forma, na perspectiva da GT, a prática clínica vai se utilizar desse conceito buscando experienciar a situação passada no aqui-agora, pois, como afirma Costa (2014), os fatos passados que têm significância são aqueles que são vivenciados no presente. Por isso, só existe o agora, enquanto fenômeno e estado de consciência. A prática do aqui-agora busca integrar situações não fechadas, chamadas de *gestalt* incompleta, solicitando ao cliente que permaneça focado no que está acontecendo consigo naquele momento, por meio de uma situação ocorrida no passado, o que favorece a *awareness*.

A concepção de *awareness* é central na abordagem da GT e se caracteriza pela consciência de si e a consciência perceptiva. *Awareness* é um termo de difícil tradução. Seu significado literal designa o estado de estar consciente de alguma coisa. Para evitar confusão com a palavra “consciência”, um conceito psicanalítico, os gestalt-terapeutas preferiram manter o termo original em inglês (Frazão, 1995). Em uma tradução aproximada, pode significar presentificação (*tornar-se presente* ou *estar presente*), concentração, conscientização (Costa et al.,

2017). Por essa razão Perls, inicialmente, manifestou o desejo de nomear a GT de *terapia de concentração*.

Awareness pode ser definida como estar em contato pleno com a própria existência, com *aquilo que é* (Costa et al., 2017). Desse modo, equivale a *dar-se conta* ou *estar presente*. Então, por *awareness* compreende-se também a forma singular de cada indivíduo experienciar, ou seja, é a tomada de consciência global no instante presente, com total implicação do *Self* e máximo envolvimento de todas as vias de comunicação com o mundo e consigo mesmo: sensorial, emocional, racional e energética (Yontef, 1993, 1993/1998). Assim, entende-se por *awareness* total o processo de manter-se em contato atento com os eventos mais relevantes do campo constituído pela relação da pessoa com seu ambiente, vivenciando em plenitude o apoio em todos os níveis: sensorio-motor, emocional, cognitivo e energético. “Tudo no universo está em contato, pois é ele a alma que transforma e sintetiza todas as coisas. O contato está no olhar, na fala, no ouvido, no gosto, no movimento. Contato não é toque” (Ribeiro, 2006, p. 92-93). “O contato inclui a experiência consciente do aqui-agora, envolve uma sensação clara de estar em, de estar com, de estar para e cria algo diferente do sujeito e do objeto (pessoa ou coisa) com o qual está em relação” (p. 93).

De acordo com Polster e Polster (2001), o conceito de *awareness* está diretamente relacionado ao aqui-agora do cliente. Estar *aware* significa estar consciente do que se está pensando, sentindo, fazendo, planejando, desejando no momento. É uma forma de abranger e, depois, integrar as sensações e sentimentos do indivíduo, a fim de que ele possa alterar de alguma forma o seu comportamento. *Awareness* é apreensão da ocorrência do mundo dos fenômenos dentro e fora de nós, com todas as possibilidades de captação de nossos sentidos; apreensão que se dá no presente, no aqui-agora (Frazão, 1995). Assim, pode-se dizer que “a *awareness* é um meio contínuo para manter-se atualizado com o próprio eu” (p. 217). Segundo Alvim (2014), remete à “consciência”, diferenciando-se, no entanto, da noção de consciência como representação, reflexão, conhecimento. Assim, na abordagem gestáltica *awareness* assume um sentido próprio, que é o *saber experienciado*. Seria como uma apreensão de totalidades e um estar e manter-se em fina sintonia com o que se passa consigo mesmo. “Mesmo quando lembramos de algo do passado, o *lá-e-então*, o ato de lembrar está se dando no presente. Embora a *awareness* seja sempre presente, o objeto dela pode pertencer a um outro tempo e espaço” (Frazão, 1995, p. 146).

A GT trabalha com o sujeito como um todo, considerado dentro de um contexto específico do qual ele não pode ser jamais abstraído, ou seja, o seu ambiente, valores, costumes, hábitos, crenças, experiências de vida (Frazão & Fuku-

mitsu, 2015). O sujeito é formado pela coordenação de diferentes partes de si mesmo, as quais compõem o todo do organismo. Essa integração dinâmica das partes é o que se chama de tomar consciência de si por si mesmo (Perls, 1977). O psicoterapeuta na abordagem gestáltica almeja promover condições facilitadoras de uma ampliação das perspectivas do indivíduo, acompanhando-o como um anjo protetor em sua jornada única e imprevisível rumo ao crescimento. Quando tomamos consciência de que existe um eu (*Self*) e o outro (ou o mundo), delimitamos o que Perls (1977, 1988) denominou de *fronteira do ego*. Essa fronteira é a margem que delinea o limite de trocas entre o eu e o outro. É a zona liminar onde duas pessoas se encontram. Para o autor, existem dois fenômenos da fronteira do ego: (1) *identificação*: que são pessoas, coisas ou situações com as quais o indivíduo se identifica ao longo de seu processo de desenvolvimento, e os quais deseja preservar; (2) *alienação*: que são pessoas, coisas ou situações com as quais o sujeito não se identifica e, portanto, gostaria de excluir de sua vida.

Self é um conceito complexo na abordagem gestáltica. Entende-se por *Self* “uma estrutura cujo processo pretende revelar o íntimo funcionamento da personalidade ou da pessoa. É também um processo na e da pessoa, que indica um jeito peculiar e restrito de funcionar da personalidade” (Ribeiro, 2006, p. 170). *Self* pode ser traduzido como “o si mesmo”. O conceito de *Self*, para a GT, refere-se à condição de estar totalmente conectado ao eu ou à personalidade de alguém. Nessa acepção, o *Self* faz parte das relações, não existe fora delas, é um fenômeno que emerge no processo de contato (Távora, 2014). Por *Self*, na perspectiva da GT, entende-se o processo perceptivo, visto como uma totalidade, utilizado pelo indivíduo para esquematizar as próprias ações dentro do campo em que se encontra. Para apreender sua configuração e seu papel, é fundamental que se esteja atento a todas as dimensões e possibilidades. Não é definido, como em outras perspectivas teóricas, como representação de si ou centro da personalidade. Na abordagem gestáltica, o *Self* caracteriza-se como um sistema complexo, que atua como agente propiciador do contato (Rodrigues, 2000). Também é por meio do *Self* que se estabelece o ajustamento aos estímulos, contribuindo assim para a adaptação da pessoa ao seu meio. É o “eu”, o si mesmo vivido e percebido pelo sujeito quando está em contato com o outro e consigo próprio.

Segundo Ribeiro (2006), o *Self* tem a função de facilitar a cada pessoa a percepção de si mesma, de fazer com que ela sinta *quem e como* ela é. A pessoa tem a sensação de que ela é. Essa sensação nada mais é do que o *Self* sendo experienciado. O *Self* é “um sistema de contatos mediante os quais a pessoa se vê como sendo ela mesma e que lhe dá identidade” (p. 170). O *Self* não pode ser pensado apenas como processo, uma vez que, segundo esse autor, não existe processo em estado

puro. Deve ser visto também como um atributo da personalidade, que auxilia em sua estruturação. É um sistema de contatos definido por três estruturas: id, ego e personalidade, no qual cada estrutura tem uma função. O processo de estruturação da personalidade, guiado pelo *Self*, ocorre por meio de suas três atribuições: (1) O id, que tenta responder à pergunta sobre “o quê” é o *Self*, está ligado ao sistema sensorio-motor e representa o arcaico, o primevo e as emoções básicas. (2) Já o ego tenta responder à pergunta sobre “o como” o *Self* funciona e está relacionado à função motora da personalidade, sendo responsável pelo movimento e execução das tarefas que a pessoa pensa e propõe. (3) A personalidade, que responde ao “para quê” o *Self* existe, é parte do sistema cognitivo da personalidade, sendo responsável por responder à pergunta: “Quem sou eu?”.

É preciso, no entanto, diferenciar a “função personalidade do *Self*” do construto “personalidade” em si, que envolve a totalidade da pessoa. Essas três funções, id, ego e personalidade, estão sempre funcionando juntas: “o ‘id’ como um gerador de processos, a personalidade como uma experiência consciente do que a pessoa humana é [...] e o ‘ego’ como aquele que faz, que executa e está sempre disponível motoramente para o id e para a personalidade” (p. 171).

O *Self* está intimamente relacionado a outros conceitos fundamentais da GT, como *awareness*, que diz respeito à consciência de si, e à consciência perceptiva, caracterizada como consciência global centrada no aqui-agora, que influencia as percepções pessoal, corporal e emocional. Além disso, o *Self* se desenvolve (ou não) *no e por intermédio* do vínculo que o sujeito estabelece com determinada situação, no ato de contatar ou, ainda, como fenômeno que emerge no campo, um acontecimento que, ao se atualizar, põe em marcha e atualiza também os processos de subjetivação.

O ajustamento criativo é definido como um processo no qual o *Self* pensa, sente e age, e assim realiza a autorregulação, estabelecendo estratégias para satisfazer as necessidades, escolhendo ou rejeitando determinadas possibilidades e atribuindo um sentido para determinada situação. Só a partir daí o *Self* pode se ocupar espontaneamente do contato na fronteira organismo-ambiente, usufruindo dessa experiência na medida em que é assimilada ou rejeitada, o que pode contribuir para o processo de evolução do indivíduo.

Para Polster e Polster (2001), esse fenômeno é o que designa a *fronteira de contato*, e é por meio dessa função que a percepção do indivíduo acerca das diferentes facetas que compõem sua identidade pessoal pode se desenvolver plenamente. É, então, *no e pelo* contato que se dá a experiência e, desse modo, a possibilidade do crescimento. O contato é o solo que envolve o que é de senso próprio do indivíduo e também o senso daquilo que difere dele, ou seja, o que

distingue o eu do não-eu, a alteridade. Isso possibilita, inclusive, ampliar a capacidade de contato consigo mesmo, o que contribui para ampliar o autoconhecimento do sujeito, permitindo que esse saber gradualmente deixe de ser rígido ou que tenda a se cristalizar em formações estereotipadas. Felizmente, mesmo pessoas altamente inflexíveis podem mostrar, sob certas circunstâncias, ampla disponibilidade para admitir mudanças em suas fronteiras de contato. As pessoas que promovem as maiores mudanças em suas fronteiras são reconhecidas como aquelas que mais crescem do ponto de vista psicológico e existencial.

D'Acri (2014) argumenta, inclusive, que é na fronteira de contato que os fatos realmente ocorrem e que as mudanças acontecem porque o contato remete à ideia do organismo situado em um determinado campo e, por conseguinte, mobiliza as interações. Ou seja, a experiência é essencialmente contato. O indivíduo, por ser relacional, promove seu crescimento na interrelação entre eu e não-eu. Para Salomão et al. (2014), a dinâmica de funcionamento da fronteira de contato pode ser comparada à da membrana citoplasmática das células, por ter uma função seletiva e semipermeável, ou seja, deixa entrar o que pode ser nutritivo e se mostra impermeável ou elimina o que é desnecessário ou potencialmente nocivo, mantendo assim o organismo em constante equilíbrio, o que na GT é denominado de autorregulação orgâsmica. A preservação da homeostase é possível porque essa fronteira é permeável e dotada de elasticidade e plasticidade. Uma vez que o indivíduo entra em contato com o que é diferente ou novo, ocorre a assimilação e apropriação do que é nutritivo e/ou a repulsa daquilo que é percebido como nocivo, para que, assim, o crescimento aconteça com base nessa permeabilidade seletiva de sua fronteira de contato.

Pode-se estabelecer, até certo ponto, uma comparação entre a autorregulação orgâsmica e o princípio homeostático da biologia, pois a homeostasia nada mais é do que a busca de manutenção das condições mais constantes no meio interno, ou seja, é o trabalho do organismo para a preservação de condições favoráveis ao seu ajustamento interno e externo (Lima, 2014). O organismo se esforça para satisfazer suas necessidades mais prementes; a autorregulação é a busca pelo equilíbrio como princípio para reger todos os processos de funcionamento orgânico, inclusive quando se é frustrado na sua plena satisfação. Diante da frustração, entra em ação o que a GT denomina de *ajustamento criativo*. Segundo Perls (1977), se o indivíduo não se frustra, anula-se a necessidade de mobilizar seus recursos internos a fim de buscar restaurar a fluidez do contato. É, portanto, a existência de um descompasso entre a necessidade e a possibilidade de satisfazê-la que acionará o ajustamento criativo, com a finalidade de revigorar a capacidade do organismo, restituir seu dinamismo e a fluidez.

dez do contato. Por isso esse fenômeno adquire tanta relevância no caminhar do processo terapêutico. Na GT o manejo da evitação do contato é um importante recurso psicoterapêutico de compreensão fenomenológica das experiências vividas pelo cliente.

Ainda em relação ao ajustamento criativo, Cardella (2014) afirma que esse conceito se refere à criatividade que busca se ajustar, bem como a um tipo de ajustamento que é ativo e criativo, proporcionando uma relação que compõe uma totalidade. Portanto, todo contato é ajustamento criativo do organismo ao seu ambiente. Para a autora, ajustar-se criativamente é colocar sua própria marca nos acontecimentos da vida, atualizando, assim, suas potencialidades e singularidades. Cardella aponta que, quando há uma adaptação excessiva ou acomodação servil ao meio, ocorre um ajustamento inócuo e destituído de criatividade, que é ao mesmo tempo produto de submissão servil e cristalização. Trata-se, assim, de um ajustamento estéril, também conhecido como ajustamento criativo disfuncional, com reações autorreguladoras precárias e reforço de estereotípias.

Outros conceitos fundamentais operam no cenário da GT, como a diferenciação entre autorrealização e autoimagem proposta por Perls. Para o autor, muitas pessoas passam toda a vida realizando com esmero uma concepção do que elas *devem ser*, ao invés de realizarem a si mesmas; ou seja, a maior parte do tempo essas pessoas vivem em função de sua imagem e, portanto, daquilo que projetam de si. Perls (1977) afirma: “Onde algumas pessoas têm um *Self*, a maioria tem um vazio, pois estão muito ocupadas em parecer isso ou aquilo” (p. 38). Isso vai ao encontro de um dos principais conceitos da GT, que é aceitar o que se é e, portanto, conseguir realizar-se naquilo que se é, buscando ser fiel e autêntico consigo mesmo.

Perls (1977) destaca ainda um outro conceito relevante, que ele designa como *maturação*. Consiste na possibilidade de transição ou transcendência de um apoio do ambiente, ou seja, do outro e do mundo, para um autoapoio. Nesse sentido, ele acrescenta um outro conceito: o *impasse*. O impasse seria o ponto crucial da psicoterapia, pois é o momento em que o indivíduo caminhará por si mesmo, ou seja, sem a ajuda do meio ou de qualquer força exterior a ele, buscando o suporte em si próprio. É, portanto, por meio da resposta que dará ao seu impasse que o sujeito crescerá (ou não) com vistas a atingir o processo de maturação, que nada mais é do que deixar de depender dos outros para passar a depender exclusivamente de si mesmo.

Ainda com relação ao processo de maturação, Perls (1977) menciona que sem frustração não existe necessidade de o indivíduo mobilizar seus recursos, de modo a fazê-lo crescer diante de determinada situação desafiadora. Conforme

mencionado anteriormente, a frustração seria, portanto, o combustível necessário para o autocrescimento, uma vez que gera no sujeito uma potencialização interior. Assim, ao frustrar o paciente, o terapeuta o coloca frente ao impasse diante de seus medos e bloqueios, provocando deliberadamente uma mobilização de suas potencialidades.

Outro conceito-chave no arcabouço teórico da GT é o de *figura-fundo*. O fundo seria um contexto e a figura seria aquilo que de mais relevante se destaca dentro de determinado contexto ou situação experienciada. Para Perls (1977), é necessário relacionar a figura, ou seja, a experiência que está em primeiro plano, com o fundo, que é o conteúdo, a circunstância vital, a situação de vida. Essas partes, juntas e indissociáveis, formam a *gestalt*. Para Polster e Polster (2001), a figura também emerge do fundo, tal qual um baixo-relevo, de modo a requerer para si toda atenção. Já o fundo, por não ter limites ou forma específica, não se destaca, embora seja um campo fértil e provocativo em termos de possibilidades latentes. Sua função principal é fornecer um contexto que dê total visibilidade à figura.

Na GT, a experiência de cada indivíduo é captada como algo que tem fluidez, ou seja, o que agora é figura pode daqui a pouco se transformar em fundo, e vice-versa, isto é, sob certas circunstâncias, algo do fundo a qualquer momento também pode emergir como figura. Segundo Polster e Polster (2001) existem três elementos que compõem o *fundo* na vida de uma pessoa: (1) suas vivências anteriores; (2) situações inacabadas; e (3) o fluxo da experiência presente. Dessa forma, se o indivíduo não consegue formar figuras claras e precisas sobre suas necessidades no contexto de determinado fundo, então dizemos que essa *gestalt* ainda não foi fechada. Ao longo da vida, várias *gestalts* se fecham e outras tantas permanecem abertas, ora emergindo do fundo, ora se tornando parte dele, em um movimento contínuo e dinâmico. Por isso, o indivíduo está sempre em busca do equilíbrio interior por meio da autorregulação orgânica, que como vimos é um recurso imprescindível para restituir a fluidez da fronteira de contato (Frazão & Fukumitsu, 2015).

Dialogar na fronteira: apontamentos críticos e limitações da GT

Os conceitos fundamentais da GT desenham mais claramente seus contornos quando articulados com as experiências que lhe deram origem. Um ponto frequentemente criticado por alguns teóricos da GT, a começar pelo próprio Perls (1977, 1988), é o fato que, nessa abordagem, não haveria espaço para análise,

mas sim para uma integração. Na compreensão proposta pelo autor, interpretar é buscar explicar algo, uma função que o autor considera extremamente irrelevante na psicoterapia. Pelo contrário, se o terapeuta tenta explicar, por meio da interpretação, ele deixa de compreender profundamente. Esse mesmo pensamento vale para a questão de como os sonhos são trabalhados na GT.

Para Perls (1977), a abordagem gestáltica não se ocupa apenas dos sintomas, mas se preocupa, principalmente, com a existência total do indivíduo. Assim, ele acredita que tudo o que acontece na existência do cliente, seus problemas, vivências e atribuições cotidianas, podem, claramente, aparecer no conteúdo dos sonhos. Os sonhos seriam, então, o caminho mais verdadeiro e genuíno para a integração do sujeito, uma vez que eles são a criação mais espontânea do ser humano. Perls (1988) acredita que as diferentes partes dos sonhos são, em verdade, a projeção de fragmentos de nossas personalidades e, por isso, elas não devem ser interpretadas. A melhor forma de se chegar até o que há de mais vital nos sonhos não é, propriamente, relatando seus conteúdos, mas os encenando no presente para que eles possam se tornar verdadeiramente parte do indivíduo. Outro pressuposto é o de que o relato de sonhos durante o processo terapêutico oferece uma oportunidade valiosa para o terapeuta descobrir as dificuldades de seu cliente.

Polster e Polster (2001) concordam com Perls (1977) e acrescentam que uma estratégia interessante é propor ao cliente desempenhar todos os papéis que emergiram em seu sonho, encenando-o na sessão terapêutica, pois dessa forma ele conseguirá sentir uma total identificação no aqui-agora. Para esses autores, a identificação é exatamente o oposto da alienação. No entanto, Polster e Polster (2001) foram além, ao sugerir trabalhar o sonho como projeção, o que sem dúvida é apenas uma das perspectivas possíveis. O terapeuta teria diante de si uma gama enorme de alternativas para escolher, dentre elas, o modo como deseja trabalhar os sonhos com seu cliente. Para esses autores, entretanto, o sonho é um estágio no qual o contato pode ser significativamente ativado. Além disso, o sonho é, via de regra, trazido para o aqui-agora, sendo trabalhado no presente e não apenas compreendido como veículo de vestígios oníricos.

Nunca é demais lembrar que as descobertas da GT também contribuíram de modo significativo para movimentar os estudos da percepção, linguagem, inteligência, aprendizagem e memória, dentre outros campos do saber psicológico (Frazão, 2013). Apesar desse rico acervo de contribuições, como em todo sistema composto por uma teoria e uma técnica psicoterápica, a GT tem suas limitações e, portanto, deve ter cautela e prudência na aplicação de seu método. De acordo com Shepherd e Fagan (1977), a GT nos oferece um leque

de possibilidades surpreendentes, com técnicas potentes para operacionalizar a intervenção terapêutica tanto nos casos de neurose quanto de autofrustração, prestando-se à reorientação e mobilização da energia do cliente no sentido de buscar o desenvolvimento de sua capacidade de independência e expansão de sua criatividade e espontaneidade. O terapeuta busca ampliar a consciência do cliente ao trabalhar com o aqui-agora, ou seja, com o fenômeno que se mostra, mantendo ativa sua atitude fenomenológica. Assim, o cliente é estimulado a vivenciar uma situação passada ou futura no *agora*, o que é o mesmo que promover a *awareness*, o que só pode acontecer quando se está com os pés fincados no presente (Costa et al., 2017).

Segundo Freitas (2016), o trabalho do gestalt-terapeuta é apoiar seus clientes no processo de descoberta de si, acompanhando-os nessa jornada de maneira a ampliar sua *awareness*, seu crescimento e amadurecimento pessoal, com possibilidades de construir relações vitalizadoras. A GT é

uma prática psicoterapêutica que se orienta por uma visão integradora do homem, procurando vê-lo como um todo, não como um “neurótico”, um “esquizofrênico” ou como um “isso” ou “aquilo”. A patologia é apenas mais uma das várias partes do todo que aquele indivíduo é, e sua “doença” é encarada como a maneira mais “saudável” que encontrou para enfrentar situações insuportáveis ou conscientemente inconciliáveis (Freitas, 2016, p. 89).

Antes de o cliente contar sua história ao psicoterapeuta, ele já o fez a si mesmo inúmeras vezes. Como muitas vezes essa história é contada com uma fala sem uma expressão emocionada, produz uma leitura que já se faz encurtada (Rehfeld, 2013). Ciente desse viés, em seus primórdios a GT desenvolveu um grande número de técnicas com a finalidade de facilitar a expressão emocional do cliente. Porém, com o decorrer do tempo, percebeu-se que o uso dessas técnicas que liberam os afetos mais intensos induzia o paciente a assumir a perspectiva do olhar prévio do terapeuta. Ou seja, o excesso de técnicas acaba por conduzir o cliente a um ponto em que o terapeuta já se encontrava, ou seja, arrasta-se o cliente para assumir a percepção ou posição que o terapeuta já tinha assumido previamente. Com isso, incorria-se no erro de induzir o cliente em sua expressão, perdendo sua singularidade e originalidade. Por essa razão, a GT contemporânea tende a valorizar o “experimento” em detrimento da técnica. Nessa redução fenomenológica, cliente e terapeuta caminham juntos em direção ao novo, que é novo para ambos (Rehfeld, 2013).

Segundo Hycner (1995), a GT é vista como uma abordagem dialógica que valoriza a relação entre pessoa e pessoa. É uma abordagem que acontece no “entre”, na qual ambos participam e se mostram envolvidos e genuinamente interessados em outra pessoa. A compreensão desses preceitos é relevante para o exercício da prática terapêutica.

O cliente necessita experienciar profundamente em seu íntimo que o terapeuta o compreende ou, pelo menos, que está fazendo um esforço humanamente possível para compreendê-lo. É somente a disposição dos dois participantes de se engajarem nesse tipo de aliança e vínculo que irá permitir que o ambiente terapêutico seja verdadeiramente curativo (Hycner, 1995, p. 112).

Para que o cliente se engaje de forma plena na psicoterapia é importante que ele se sinta como parte fundamental do seu percurso singular. Para que isso ocorra, ele necessita ser considerado pelo psicoterapeuta como o melhor conhecedor de si mesmo, já que a história é originalmente sua, cabendo a ele assumir o protagonismo. Certamente o terapeuta o acompanhará nesse processo, para facilitar essa apropriação das possibilidades de acesso à própria experiência e lhe mostrar possibilidades de modos de atuar em um processo que, no entanto, é do cliente (Hycner, 1995).

É no cerne das relações que acontecem os contatos funcionais (saudáveis), assim como os não funcionais (não saudáveis). Ao colocar em pauta um novo modelo de relação, que é proposto ao cliente, a psicoterapia enseja uma oportunidade de resgatar a fluidez do contato, dissolvendo os pontos de estrangulamento que obstruem o fluxo de energia. A intervenção terapêutica tem por função buscar restaurar o contato, o que o psicoterapeuta faz ao instrumentalizar a relação dialógica. Essa relação é pensada como um encontro que se dá entre duas pessoas, no qual uma se deixa impactar e responder à totalidade da outra, sendo que o interesse de ambas é fundamentalmente naquilo que acontece *entre* elas (Yontef, 1993, 1993/1998). Por meio do encontro e da mobilização de forças autocurativas, busca-se reparar os processos obstrutivos do contato e, assim, remover os impedimentos que interferem no desenvolvimento e crescimento do indivíduo (Holanda, 1998a, 1998b).

O vínculo terapeuta-cliente, quando genuinamente baseado em empatia, confiança, honestidade e respeito, é o fator mais decisivo para o sucesso do tratamento. A GT considera a relação terapêutica como sua principal ferramenta de trabalho. Na realidade, “estar em contato é nosso principal instrumento de cresci-

mento e de trabalho [...] é muito mais que estar atento, que estar consciente de si e do outro. Estar em contato é se tornar cúmplice com e da totalidade do outro” (Ribeiro, 2007b, p. 135).

Uma relação terapêutica positiva é forte preditor de sucesso no tratamento e desponta como um fator mais significativo do que a abordagem escolhida ou as técnicas utilizadas pelo psicoterapeuta; é a qualidade da relação que facilita a melhora do cliente (Cooper, 2008). Caminhando por essa vertente, o psicoterapeuta da abordagem gestáltica promove um contexto facilitador que possibilita inaugurar uma experiência que possa dar novos contornos e significados às interrupções de contato do cliente, ressignificando os curtos-circuitos que impedem e travam o trânsito fluido, de modo a revitalizar as artérias que alimentam e oxigenam os relacionamentos. Assumindo esse propósito como guia, o processo terapêutico é conduzido no sentido de propiciar a retomada da fluidez de contato, mediante a ampliação da *awareness* do cliente, conforme será discutido mais adiante. “Fazer, de fato, contato com o outro é a mais radical das possibilidades que o outro me apresenta” (Ribeiro, 2007b, p. 135).

A terapia visa à manutenção e desenvolvimento de um bem-estar harmônico que a pessoa sinta ao experimentar a si própria. Não se visa à cura ou reparação de qualquer distúrbio, anormalidade ou transtorno. A ideia de perturbação sugere que há uma referência implícita a um estado de suposta normalidade, o que evidentemente é uma posição que contraria o próprio espírito da psicologia da Gestalt, que valoriza as diferenças, o direito à diversidade e a originalidade irredutível de cada pessoa.

Considerando essas dimensões do trabalho terapêutico, um desafio importante na abordagem da GT tem a ver com o tempo de formação e o montante de experiência clínica necessários para a sedimentação da perícia e discernimento do terapeuta, já que é uma abordagem que facilita e até mesmo encoraja o exercício da liberdade no fazer psicológico. Isso mostra os desafios que aguardam os gestalt-terapeutas, supervisores, docentes, clínicos e pesquisadores. O mais importante é que cada um, no decorrer de sua formação, encontre seu próprio modelo terapêutico (Vieira & Vandenberghe, 2011), no qual se sinta confortável para expandir sua criatividade e curiosidade na arte de cuidar do outro. O estudo de Nascimento e Ribeiro (2017) mostrou que a formação em GT em solo brasileiro se dá basicamente por duas vertentes: cursos livres e especializações, e a partir de estudo e supervisão clínica com gestalt-terapeutas mais experientes. Assegurar a qualificação dos profissionais no decorrer de seus diferentes itinerários formativos é uma responsabilidade coletiva, mas cabe principalmente aos protagonistas desse

cenário oferecer sua parcela de contribuição decisiva para que a GT se mantenha saudável e enriquecida.

Como lembram Vieira e Vandenberghe (2011), o Movimento de Integração em Psicoterapia sugere que nenhuma abordagem psicoterapêutica, isoladamente, é capaz de esgotar a compreensão do ser humano em sua infinita complexidade. As diferentes abordagens e escolas psicoterapêuticas apresentam sua visão própria da natureza humana, do sofrimento e do modo de conduzir o processo de *cura*. Os autores ilustram a questão das fronteiras entre abordagens, apontando a proximidade entre a GT e o Psicodrama. Argumentam que essas abordagens, resguardadas suas singularidades e contornos próprios, compartilham uma concepção antropológica e filosófica fenomenológico-existencial, o que dá margem para refletirmos sobre algumas aberturas possíveis para o estabelecimento de um diálogo profícuo entre elas. Esse diálogo é viabilizado pela similaridade entre os estilos clínicos dessas duas escolas consagradas de psicoterapia, uma vez que ambas valorizam as dimensões da ação e do experienciar, da criatividade e da espontaneidade no viver. Para os mencionados autores, dialogar na fronteira entre diferentes abordagens não é uma tarefa simples. Requer que o terapeuta abandone posições dogmáticas e assuma uma postura de permeabilidade e abertura permanente para acolher conceitos e técnicas que, em alguns aspectos, são perfeitamente conciliáveis, em outros aspectos mostram-se complementares e, em outros ainda, claramente antagônicos.

De modo geral, pode-se concluir que, na perspectiva da GT, a relação terapêutica, quando bem manejada, pode ser potencializadora de mudanças e crescimento pessoal (Frazão & Fukumitsu, 2015). Quando o processo é bem-sucedido, ensina o cliente a ser mais autêntico consigo mesmo e com o outro, tornando-o mais motivado e criativo para usufruir em plenitude do seu viver.

Segundo a concepção gestáltica, para que se processe a mudança, é preciso que a pessoa se aproprie de si mesma e consiga integrar e harmonizar suas polaridades, incorporando-as ao seu patrimônio existencial. Para tanto, ela tem que se reconhecer em suas fragilidades, além de saber identificar suas potências. E também tem de se aceitar plenamente, para que possa mudar de fato. Quando isso, por alguma razão, não pode ser alcançado, o fluxo energético e a motivação são jogados para o futuro, lançados para o que se deseja ser e não para o que se é realmente. E como o futuro é sempre um projeto, um *para além* do presente, o momento atual é esvaziado de projetos e, assim, nenhuma mudança real acontece (Mesquita, 2011).

Isso significa que a proposta de mudança terapêutica está intimamente vinculada ao conceito do aqui-agora. É preciso mobilizar o cliente, levando-o a

se apropriar plenamente de sua existência presente. Quanto mais o indivíduo se mostrar apropriado e consciente de quem ele é, mais estará preparado para transitar com leveza em um mundo que se apresenta a cada dia mais fraturado, desigual, polarizado, hostil às diferenças e em constante mutação (Mesquita, 2011).

Para Perls et al. (1998), o eu cresce e se desenvolve por meio da assimilação do não-eu, ou seja, do diferente, a partir da interação e dos laços que estabelece com outras pessoas, com base na diversidade. Isso é parte da concepção de contato, na qual se percebe que é a troca com o meio o elemento que promove mudança. A neurose, por exemplo, é entendida como a perda da capacidade de estabelecer novos contatos e vínculos vivificantes.

Considerações finais

Este estudo buscou examinar os principais conceitos e eixos condutores da GT, com o propósito de desvendar seus percursos e refletir sobre as contribuições dessa perspectiva para o campo da psicoterapia. O exame de algumas das temáticas essenciais da abordagem gestáltica empreendeu uma releitura do que já é conhecido, porém dotando esse olhar de um significado novo, que buscou iluminar a proposta singular dessa vertente, nascida do encontro fecundo entre diferentes inspirações filosóficas de base, notadamente o Humanismo, o Existencialismo e a Fenomenologia.

A GT é um modelo psicoterápico que enfatiza a responsabilidade na condução de si mesmo, na experiência individual do momento presente (aqui-agora), no relacionamento terapeuta-cliente e na autorregulação e ajustamento criativo do indivíduo, sempre levando em conta seu ambiente e contexto de vida. Assim, pode-se afirmar que a GT é hoje uma abordagem com contornos definidos e em constante desenvolvimento, mas que já conta com uma elaboração teórica e prática consistente. Nessa perspectiva, teoria e prática se entrelaçam de forma complementar. Cada uma promove e compõe uma faceta da outra, enriquecendo-se mutuamente. A preocupação com a consistência teórico-epistemológica move o esforço de pesquisadores e estudantes da GT no sentido de aprimorarem cada vez mais sua fundamentação, disponibilizando um corpo conceitual coeso e sólido, de modo a fortalecer o vínculo entre o arcabouço teórico e a operacionalização de cada conceito na prática clínica.

Tendo em vista que a GT pretende abordar a experiência humana contemplando suas diferentes dimensões (afetivas, sensoriais, corporais, intelectuais), o método terapêutico proposto busca alcançar a totalidade da expe-

riência vivida por meio do desvelamento de sua singularidade, colaborando para que o indivíduo se reorganize e se reconstrua por meio da resignificação de sua relação consigo mesmo e com o mundo. Na perspectiva da GT, o psicoterapeuta não faz interpretações sobre as dimensões existenciais do cliente, mas o acompanha de perto em seu processo de desenvolvimento e crescimento, conservando os contornos de sua própria alteridade. Todavia, o psicoterapeuta também desfruta da possibilidade de ser transformado pelo encontro inter-humano.

Espera-se que as reflexões apresentadas neste estudo tragam insumos que contribuam para a ampliação do entendimento sobre o método terapêutico da GT, além de proporcionarem uma compreensão mais balizada do arcabouço teórico que fundamenta a prática clínica, estabelecendo a necessária ligação entre teoria e prática. Isso pode favorecer tanto a atuação quanto o desenvolvimento de novos estudos, que possam contribuir para sua expansão teórica e metodológica, de maneira que a consistência teórica possa se integrar harmonicamente com a prática.

Referências

- Alvim, M. B. (2014). *Awareness: Experiência e saber da experiência*. In: Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (org.). *Gestalt-terapia: Conceitos fundamentais*, p. 13-30. São Paulo: Summus.
- Beisser, A. R. (1975). A Teoria Paradoxal da Mudança. In: Fagan, J.; Shepherd, I. L. (org.). *Gestalt-terapia: Teorias, técnicas e aplicações*, p. 110-114. Rio de Janeiro: Zahar.
- Cardella, B. H. P. (2014). Ajustamento criativo e hierarquia de valores ou necessidades. In: Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (org.). *Gestalt-terapia: Conceitos fundamentais*, p. 104-130. São Paulo: Summus.
- Cardoso, C. L. (1999). Aspectos filosóficos, teóricos e metodológicos da Gestalt-terapia. *Revista Psique*, 9(14), 47-65.
- Cardoso, C. L. (2013). A face existencial da Gestalt-terapia. In: Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (org.). *Gestalt-terapia: Fundamentos epistemológicos e influências filosóficas*, p. 59-75. São Paulo: Summus.
- Cooper, M. (2008). *Essential research findings in counselling and psychotherapy: the facts are friendly*. London: Sage.
- Costa, V. E. S. M. (2014). Temporalidade: Aqui e agora. In: Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (org.). *Gestalt-terapia: Conceitos fundamentais*, p. 131-146. São Paulo: Summus.
- Costa, V. E. S. M.; Lopes, M. R. P. R.; Samaridi, I. (2017). A vivência aqui-e-agora na relação terapêutica na abordagem gestáltica. *Fragments da Cultura*, 27(2), 303-312.

- D'Acri, G. C. R. M. (2014). Contato: funções, fases e ciclos de contato. In: Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (org.). *Gestalt-terapia: Conceitos fundamentais*, p. 31-46. São Paulo: Summus.
- D'Acri, G.; Lima, P.; Orgler, S. (org.) (2014). *Dicionário de Gestalt-terapia*, 2ª ed. São Paulo: Summus.
- Frazão, L. M. (1995). A relação psicoterapeuta-cliente. *Psicologia USP*, 6(2), 144-149.
- Frazão, L. M. (2013). Um pouco da história... um pouco dos bastidores. In: Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (org.). *Gestalt-terapia: Fundamentos epistemológicos e influências filosóficas*, p. 11-23. São Paulo: Summus.
- Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (2015). *A clínica, a relação terapêutica e o manejo em Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus.
- Freitas, J. R. C. B. (2016). A relação terapeuta-cliente na abordagem gestáltica. *Revista IGT na Rede*, 13(24), 85-104.
- Ginger, S.; Ginger, A. (1995). *Gestalt: Uma terapia do contato*, 2ª ed. (trad. S. S. Rangel). São Paulo: Summus.
- Holanda, A. F. (1998a). Filosofia dialógica e Gestalt-terapia. *Boletim de Gestalt Terapia*, 3(6), 17-24.
- Holanda, A. (1998b). Saúde e doença em Gestalt-terapia: Aspectos filosóficos. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 15(2), 29-44.
- Holanda, A. F. (2005). Elementos de epistemologia da Gestalt-terapia. In: Holanda, A. F.; Faria, N. J. (org.). *Gestalt-terapia e contemporaneidade: Contribuições para uma construção epistemológica da teoria e da prática gestáltica*, p. 21-53. Campinas, SP: Livro Pleno.
- Holanda, A. F. (2009). Gestalt-terapia e abordagem gestáltica no Brasil: Análise de mestrados e doutorados (1982-2008). *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 9(1), 98-123.
- Hycner, R. (1995). *De pessoa a pessoa: Psicoterapia dialógica* (trad. E. P. Z. Gomes, E. Chagas, M. Portella). São Paulo: Summus.
- Lima, P. A. (2009). Criatividade na Gestalt-terapia. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 9(1), 87-97.
- Lima, P. V. A. (2013). A Gestalt-terapia holística, organísmica e ecológica. In: Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (org.). *Gestalt-terapia: Fundamentos epistemológicos e influências filosóficas*, p. 145-156. São Paulo: Summus.
- Lima, P. V. A. (2014). Autorregulação organísmica e homeostase. In: Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (org.). *Gestalt-terapia: Conceitos fundamentais*, p. 88-103. São Paulo: Summus.
- Mesquita, G. R. (2011). O aqui-e-agora na Gestalt-terapia: Um diálogo com a sociologia da contemporaneidade. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 17(1), 59-67.
- Nascimento, L. C. S.; Ribeiro, J. P. (2017). Reflexões acerca da formação em Gestalt-terapia no Brasil. *Psi UNISC*, 1(1), 142-153.
- Perls, F. S. (1942/2002). *Ego, fome e agressão: Uma revisão da teoria e do método de Freud*, 3ª ed. (trad. G. D. J. B. Boris). São Paulo: Summus.
- Perls, F. S. (1977). *Gestalt-terapia explicada*, 11ª ed. (trad. G. Schlesinger). São Paulo: Summus.

- Perls, F. S. (1988). *A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia*, 2ª ed. (trad. J. Sanz). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.
- Perls, F. S.; Hefferline, R. F.; Goodman, P. (1951). *Gestalt-therapy: Excitement and growth in the human personality*. New York: Dell.
- Perls, F. S.; Hefferline, R. F.; Goodman, P. (1998). *Gestalt-terapia*, 3ª ed. (trad. F. R. Ribeiro). São Paulo: Summus.
- Polster, E.; Polster, M. (2001). *Gestalt-terapia integrada* (trad. S. Augusto). São Paulo: Summus.
- Rehfeld, A. (2013). Fenomenologia e Gestalt-terapia. In: Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (org.). *Gestalt-terapia: Fundamentos epistemológicos e influências filosóficas*, p. 24-33. São Paulo: Summus.
- Ribeiro, J. P. (2006). *Vade-mécum de Gestalt-terapia: Conceitos básicos*. São Paulo: Summus.
- Ribeiro, J. P. (2007a). A resistência olha a resistência. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 23(spe), 73-78.
- Ribeiro, J. P. (2007b). Eu-tu-nós: A dimensão espiritual da alteridade nos ciclos de contato. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 13(1), 135-146.
- Ribeiro, J. P. (2007c). *O ciclo do contato: Temas básicos na abordagem gestáltica*, 4ª ed. São Paulo: Summus.
- Ribeiro, W. F. R. (2007). Gestalt-terapia no Brasil: Recontando a nossa história. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 13(2), 255-259.
- Robine, J.-M. (2006). *O self desdobrado: Perspectiva de campo em Gestalt-terapia* (trad. S. Augusto). São Paulo: Summus.
- Rodrigues, H. E. (2000). *Introdução à Gestalt-terapia: Conversando sobre os fundamentos da abordagem gestáltica*. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Rodrigues, H. E. (2013). Relações entre a teoria de campo de Kurt Lewin e a Gestalt-terapia. In: Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (org.). *Gestalt-terapia: Fundamentos epistemológicos e influências filosóficas*, p. 114-144. São Paulo: Summus.
- Salomão, S.; Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (2014). Fronteiras de contato. In: Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (org.). *Gestalt-terapia: Conceitos fundamentais*, p. 47-62. São Paulo: Summus.
- Shepherd, O. I. L.; Fagan, J. (1977). *Gestalt-terapia: Teoria, técnica e aplicações*, 2ª ed. (trad. A. Cabral). Rio de Janeiro: Zahar.
- Silveira, T. M.; Peixoto, P. T. (2012). *A estética do contato*. Rio de Janeiro: Arquimedes.
- Távora, C. B. (2014). *Self e suas funções*. In: Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (org.). *Gestalt-terapia: Conceitos fundamentais*, p. 63-87. São Paulo: Summus.
- Veras, R. P. (2013). A influência do pensamento oriental na Gestalt-terapia. In: Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (org.). *Gestalt-terapia: Fundamentos epistemológicos e influências filosóficas*, p. 157-177. São Paulo: Summus.
- Vieira, É. D.; Vandenberghe, L. (2011). Reflexões sobre Gestalt-terapia e psicodrama a partir do movimento de integração em psicoterapia. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 17(1), 75-84.

- Yontef, G. (1993). *Awareness, dialogue, process: Essays on Gestalt Therapy*. New York: The Gestalt Journal Press.
- Yontef, G. M. (1993/1998). *Processo, diálogo e awareness: Ensaios em Gestalt-terapia* (trad. E. Stern). São Paulo: Summus.
- Zinker, J. (2007). *Processo criativo em Gestalt-terapia* (trad. M. S. M. Netto). São Paulo: Summus.

Recebido em 15 de junho de 2019

Aceito para publicação em 13 de setembro de 2019