

# MANEJO DA SESSÃO NA TERAPIA PSICANALÍTICA DE CASAL

## MANEJO DE SESSIONES EN PSICOTERAPIA PSICOANALÍTICA DE PAREJA

## SESSION'S HANDLING ON COUPLE'S PSYCHOANALYTIC PSYCHOTHERAPY

Mauro Hegenberg

**Resumo:** Um exemplo de terapia de casal ilustra as incontáveis possibilidades de manejos clínicos, fundamentadas em opções teórico-clínicas do analista. A partir da distinção entre método, técnica e enquadre, justificam-se manejos diferentes dentro da sessão, sempre respeitando-se o vértice psicanalítico. A utilização do WhatsApp, sugerir um tema, perguntar, explicar uma situação ao casal, são aspectos discutidos, levando-se em conta a psicanálise e seus limites. A história do casal, a biografia de cada um, os tipos de personalidade baseados nas angústias de castração, de fragmentação e de separação, são os elementos norteadores da terapia breve psicanalítica preconizada pelo Napc - *Núcleo de atendimento e pesquisa da conjugalidade e da família*, da Clínica do Instituto Sedes Sapientiae.

**Palavras chave:** método, técnica, manejo da sessão psicoterápica, psicoterapia breve psicanalítica de casal, vértice psicanalítico.

**Resumen:** Un ejemplo de terapia de pareja ilustra las incontestables posibilidades de manejos clínicos, fundamentadas en opciones teórico-clínicas del analista. A partir de la distinción entre método, técnica y encuadre, se justifican manejos diferentes dentro de la sesión, siempre se respetando el vértice psicoanalítico. La utilización del WhatsApp, sugerir un tema, preguntar, explicar una situación a la pareja, son aspectos discutidos, teniendo en cuenta el psicoanálisis y sus límites. La historia de la pareja, la biografía de cada uno, los tipos de personalidades basados en las angustias de castración, de fragmentación y de separación, son elementos que rigen la terapia breve psicoanalítica preconizada por el NAPC – *Núcleo de atendimento e pesquisa da conjugalidade e da família*, de la clínica del Instituto Sedes Sapientiae.

**Palabras clave:** método, técnica, manejo de la sesión psicoterápica, psicoterapia breve psicoanalítica de pareja, vértice psicoanalítico.

**Abstract:** An example of couple therapy illustrates unchallenging possibilities of clinical handling, based on the analyst's clinical-theoretical options. Departing from the distinction between method, technique and frame, different handlings are justified in a session, always regarding the psychoanalytic vertex. The use of WhatsApp, suggesting a topic, asking, explaining the couple a situation, are discussed aspects, considering psychoanalysis and its boundaries. The couple's story, the biography of each one, the personality types based on anxieties of castration, fragmentation and separation are guiding elements for brief psychoanalytic therapy as advocated by NAPC– *Núcleo de atendimento e pesquisa da conjugalidade e da família* – from Instituto Sedes Sapientiae's clinic.

**Keywords:** method, technique, psychotherapeutic session handling, brief psychoanalytic couple psychotherapy, psychoanalytic vertex.

## Manejo da sessão na terapia psicanalítica de casal

Em uma terapia de casal são possíveis variações no modo de conduzir a sessão, dependendo das concepções teóricas do analista, de suas filiações a determinadas correntes da psicanálise e da maneira como se entende o método, a técnica e o enquadre, por exemplo.

### Vértice psicanalítico

Um analista pratica a *Psicanálise* quando ele está dentro do *vértice psicanalítico*, ou seja, quando ele respeita alguns parâmetros essenciais para se considerar uma prática como psicanalítica.

Segundo Laplanche&Pontalis (1970), *Psicanálise* é uma disciplina fundada por Freud na qual se distinguem três níveis: um método de investigação, uma prática psicoterápica e um conjunto de teorias derivadas da investigação e do tratamento.

Em 2001, Kernberg (1984/87) apresenta os três elementos essenciais do método psicanalítico: interpretação, investigação (análise) da transferência e neutralidade técnica. Bollas (2001) acrescenta o *par analítico* associação livre/atenção flutuante como pertencente ao método.

O psicanalista, portanto, se encontra dentro do *vértice psicanalítico* quando articula a teoria com o método, ou seja, quando investiga/interpreta a transferência/contratransferência, quando utiliza a associação livre/atenção flutuante e quando respeita as regras de abstinência e neutralidade.

Para clarear a questão, cabe delinear os conceitos: método, técnica (Hegenberg, 2005) e enquadre, que apontam para os manejos possíveis em uma sessão.

### Método

Método é um termo que se refere a procedimentos ou *processos para alcançar um objetivo*. Método diz respeito a um *modo de investigação* adotado por uma disciplina ou arte.

Na *Psicanálise*, como as teorias são várias (Freud, Klein, Lacan, Winnicott, por exemplo), o método é fundamental para a definição de *Psicanálise*.

O método *princeps* da *Psicanálise* é a *investigação da transferência*.

### Técnica

“As palavras técnica e método recebem significados oscilantes, nem sempre coerentes” (Hegenberg, L., 2005, p. 10), mas sua distinção interessa ao psicanalista.

Enquanto *método* alude a meios para atingir determinados fins, *técnica* se refere a um conjunto de processos adotados para *executar uma dada atividade* científica.

Genograma, espaçograma, utilização de bonecos ou desenhos, são exemplos de técnicas dentro da *Psicanálise*.

Além disso, são questões técnicas: se o analista vai interpretar muito ou pouco, se vai pronunciar frases longas ou curtas, se interpreta apenas depois de fazer recortes nas falas dos pacientes, por exemplo.

Um terapeuta habilidoso, que domina a técnica da psicanálise, poderia ser alguém que nem fala muito nem pouco, interfere apenas quando necessário, permite aos membros do casal ou da família se expressarem com fluência, interpreta na hora adequada, por exemplo.

### Enquadre

*Enquadre*, em português é verbo e não substantivo.

Para *cadre* (francês) e *encuadre* (espanhol), a melhor tradução seria qual?

O nome enquadre, embora inadequado, é utilizado, posto que está consagrado entre os profissionais da área.

O termo enquadre se refere a: quadro, enquadramento, cenário, moldura.

Em inglês *frame* e *setting* são usados, às vezes como sinônimos, embora em geral, *frame* pode ser quadro, moldura, estrutura de suporte e *setting* é lugar, cenário.

Em todo caso, o conceito se refere a estes dois aspectos: uma estrutura que limita e dá suporte, e um lugar específico, um cenário.

A noção de enquadre em *Psicanálise* se relaciona tanto a um cenário (divã, por exemplo) quanto a um vínculo (falar o que vem à cabeça, por exemplo).

Esta moldura se constitui por uma série de regras afeitas ao campo psicanalítico, como a associação livre, o analista interpretar e não reagir à demanda do paciente, sessão com tempo fixo de 50 minutos ou não, divã ou frente a frente, utilização de brinquedos ou desenhos, interdição ao sexo/ação, predominância da fala, número de participantes (individual, casal, grupo), tempo da terapia limitado ou não, falar o que vem à cabeça (polidez não recomendada), etc.

O enquadre sustenta o processo. Ele não é fixo e imutável, mas poroso tanto em relação à sociedade quanto aos momentos de cada análise.

Alguma confusão se faz entre enquadre, setting e dispositivo. Melhor apontar os conceitos a título de esclarecimento.

### Setting

*Setting* pode ser traduzido por configuração, segundo o dicionário *Cambridge*.

Em *Psicanálise*, o *Setting* implica nos parâmetros fixos do enquadre: tempo, local, disposição (divã), pagamento etc.

### Casal

Nahan e Ana Nery estão casados há 20 anos, com duas filhas. Os dois têm 42 anos de idade e esta é a primeira terapia de casal dos dois.

Nahan é engenheiro e nunca fez terapia antes. Ana Nery é psicóloga e já fez outras terapias.

Motivo da consulta: Nahan descobriu Ana Nery com um amante.

## Situação atual

Nahan mudou de emprego recentemente. Ele chega tarde da noite em casa e fica ao celular durante muito tempo, trabalhando.

Ana Nery resolveu fazer, há poucos meses, uma segunda faculdade, de Matemática, no período da manhã. Ela passou um mês das últimas férias em Barcelona, fazendo uma pós graduação; lá ela se sentiu livre, jovem e sem obrigações, o que a deixou particularmente reflexiva.

O sexo entre eles é raro e ruim, segundo ela.

## Nahan

Ele foi criado basicamente pela mãe, que foi freira durante alguns anos até se casar com um homem frágil, conservador e ausente.

Nahan foi rebelde na adolescência, não quis estudar, mas se destacou no trabalho; depois fez uma faculdade, mais por necessidade do que por interesse.

Ele prefere uma vida organizada, sem variações, não se sente entediado, repetindo o padrão conservador/"freira" que aprendeu com os pais.

Em casa, está sempre cansado. Trabalha muito, com receio de perder o emprego. Dá até para dizer que ele tem amante, que é o trabalho.

## Ana Nery

Foi criada por um pai autoritário e mãe submissa ao marido.

Embora obediente ao marido, a mãe criou Ana para ser livre. As duas mentiam para o pai sobre as travessuras da filha.

Ana Nery ama a liberdade, é competidora de trekking, odeia rotinas e considera sua vida atual com o marido como um grande tédio.

Em nome da liberdade, sentiu-se à vontade para arrumar um amante, colega da Faculdade.

Para ela, mentir para o marido segue a ética aprendida com sua mãe, qual seja, mentir para os homens é natural.

## Terapia

Ana Nery deseja liberdade e Nahan quer estabilidade.

Ela não quer se separar, considera legítima sua posição porque está apaixonada pelo colega, e propôs inclusive relações sexuais os três juntos, o que Nahan não aceitou.

Durante as oito sessões que durou a terapia (3 vezes em dezembro, três vezes em janeiro, uma em fevereiro e outra em abril), os assuntos circularam pelos motivos que levaram à atitude de Ana Nery, ou seja, seu desejo de liberdade, o excesso de trabalho do marido conjugado a seu modo "freira" de ser, à vida entediante de Ana Nery, sem surpresas; isso compreendido a partir das experiências de vida e modos de criação diferentes de cada um dos cônjuges.

O marido queria que sua esposa deixasse a faculdade e o amante, o que Ana Nery considerava como interferência em sua liberdade; na opinião dela, caso não vivesse a situação até o fim, não se libertaria da paixão e um fantasma estaria para sempre permeando a vida do casal.

Além disso, segundo ela, Nahan deveria trabalhar menos e tornar a vida do casal mais empolgante e diversificada, ou a necessidade de variações retornaria à tona mais cedo ou mais tarde.

### Método, técnica

Questão de método é investigar a transferência; no casal, as transferências: da díade entre si, de cada um com o analista e do conjunto casal com o terapeuta.

Nahan me convoca o tempo todo para que eu aponte absurdos nas falas de sua esposa: “ela só pode estar louca ao sugerir um sexo a três” (sic).

Ana Nery, em nome de um feminismo pulsante, me incita a concordar com ela, posto que seu desejo de liberdade é intocável.

Para eu me manter fiel ao vértice da *Psicanálise*, pouco importa se eu concordo ou não com as opiniões de Ana Nery ou de Nahan.

É questão de método não permitir que minhas opiniões pessoais interfiram no processo (regras da abstinência e da neutralidade) e é questão técnica ficar atento às minhas observações, para que elas não influenciem o andamento da terapia.

Se eu tendo a ser “freira” ou amante da liberdade, é algo que não interessa. Como salientado desde os tempos de Ferenczi, o que o terapeuta sente é parte inevitável do processo, mas se deve ter cuidado para que estes sentimentos não interfiram no processo terapêutico.

Investigar é preciso, esse é o nosso método: reflexão sobre si mesmo, tornar consciente o que está inconsciente.

Investigar a transferência: diante de um marido “freira”/conservador, Ana Nery tende a se comportar como sua mãe a educou, ou seja, desobedecer e lutar pela liberdade.

A mãe de Ana, submissa ao marido, vive seu desejo de libertação através da filha, induzindo-a a mentir, a tomar riscos (treking, amante), a lutar contra o tédio.

Nahan, educado de forma conservadora, tentou ser rebelde na adolescência, mas apenas repete o que os pais lhe ensinaram, e pretende uma vida de casal estável, organizada e tradicional.

Será que Ana Nery, ao lutar pela sua liberdade, não está simplesmente obedecendo a sua mãe? Ela é livre ao buscar um amante, ou está apenas sendo submissa ao desejo materno?

### Manejo das sessões

A pergunta sobre a liberdade deve ser colocada, porque ela auxilia o casal a entender como transcorre a sua dinâmica. Saber que Ana tem na sua liberdade um valor inestimável, que o tédio é algo fundamental na relação dos dois e que ela talvez obedeça à mãe mais do que imagina, auxilia Nahan a observá-la não como uma louca sem freios, mas como uma pessoa que responde aos conceitos e preconceitos dentro dos quais foi criada.

Da mesma forma, Ana Nery saber que seu marido teve uma educação rigorosa e conservadora a ajuda a compreender o desejo dele por estabilidade, além de conceber que ele não percebe a rotina como tédio, mas como segurança.

### Manejo das angústias

As oito sessões também se destinaram a que o casal percebesse como cada um lida com suas angústias. Neste ponto, sigo os parâmetros norteadores do trabalho em psicoterapia breve psicanalítica preconizados pelo NAPC - *Núcleo de atendimento e pesquisa da conjugalidade e da família* do Instituto Sedes Sapientiae (Hegenberg, 2016).

Ana Nery tem um tipo de personalidade anaclítico/neurótico (Hegenberg, 2016) de ser, ou seja, na relação com o mundo e com o marido ela tende a reagir contra a castração (desejo de liberdade), além de necessitar atenção de seu parceiro (anaclítico, ou relação de apoio); no vínculo do casal, ela não aceita os limites do casamento tradicional, e reclama que o marido só trabalha e pouca atenção lhe dá.

Nahan tem um tipo de personalidade anaclítico/narcísico (Hegenberg, 2016), mais voltado para seu próprio universo interno (narcísico), além de necessitar da atenção e cuidados da esposa (anaclítico); no casal, ele tende a se fechar em seu mundo de trabalho (sempre cansado e ligado ao celular) e a reclamar de falta de parceria da esposa, que trabalha e faz faculdade, pouco cuidando dos filhos e da casa.

Interligado com as histórias de vida, apontar os tipos de personalidade e como estas características interferem no cotidiano da díade, auxilia o casal a ponderar sobre conflitos comuns, que assim ganham nova perspectiva.

### Oito sessões

Estes foram os pontos explorados na terapia de casal que durou oito sessões. O manejo da sessão passa pelas opções teóricas de cada analista. No caso, eu fico atento às histórias de vida de cada membro do casal e da história do próprio casal, levo em conta suas queixas como norte para conduzir o processo, permito que cada um se manifeste, mas interfiro para que a palavra circule entre os dois e não apenas por um deles; fico atento ao jogo da interação entre os tipos de personalidade, sempre a partir do que o casal traz a cada momento.

Como variação técnica, posso até sugerir um livro, um filme, uma tarefa para o casal (como um jantar a dois), mas isto não é essencial ou comum.

### WhatsApp

No domingo antes da sessão número 5, Nahan me acionou no WhatsApp afirmando que Ana Nery teve uma crise muito séria e me perguntou se não seria o caso de internação, ou de uma consulta com psiquiatra no pronto socorro, porque ela estava desesperada.

Questão atual o tal do WhatsApp. Recuso, converso? Arriscado responder, complicado ignorar.

Nahan escreveu que Ana sonhou que teria matado seus dois filhos e depois teve uma crise com aparência de convulsões. No meu tempo de *Residência em psiquiatria*, na década de 1970, a gente chamava isso de crise histérica.

Respondi que não internasse de jeito algum, que ela tomasse um calmante que tinham em casa e esperassem a sessão.

Na terça-feira, Ana Nery concordou, lembrando como se sentiu bem nas férias sem filhos e sem casamento, que a morte dos filhos lhe traria liberdade de movimentos, que ficar sem filhos seria um atalho para viver sua vida sem freios, um alívio para sua angústia de castração (não usei esse termo). E que, seu desespero surgiu porque no fundo quer bem aos filhos, embora eles tolham sua liberdade. Não precisou nem de internação, nem de remédios.

### Uma explicação

Ana Nery apaixonada não queria interromper o relacionamento. Falamos, na sessão número 3, sobre a diferença entre paixão e amor. Paixão é fruto de uma construção idealizada onde o *outro* não existe; quando o amor está presente, o *outro* existe e interfere com sua presença real.

Esta é outra questão de manejo, qual seja, explicar algum conceito. Em alguns casos me arrisco a tecer comentários, sempre a partir de exemplos extraídos naturalmente na sessão, respeitando o *timing* do casal. Tal procedimento se afasta de um modelo mais clássico de psicanálise.

Por falar em paixão, um fator que alterou sobremaneira o curso dos acontecimentos foi uma repentina reviravolta com o amante.

Na terapia da sessão 6, o casal relatou que a esposa do amante descobrira o caso todo. O modo como ele se comportou, grosseiramente exigindo que Ana Nery mentisse para a esposa dele, levou-a a tal grau de decepção, que a retirou de seu estado de apaixonamento.

No momento em que o amante se mostrou em atitude covarde e mentirosa (sic), ele abandonou o estatuto idealizado e se tornou uma pessoa comum, real, com defeitos reprováveis (sic).

Neste dia em diante, o fantasma do amante se evaporou e o casal se viu diante de seus dilemas sem um terceiro ameaçador.

O impasse do casal se fez saliente: como manter este casamento na equação estabilidade + tédio / liberdade + mudanças.

A partir daquele momento, ficou claro que o casamento deles tinha terminado, não era mais possível.

Para que um novo casamento entre eles fosse viável, o casal precisaria fazer novos acordos, ou seja, Nahan teria que rever seu padrão “freira”/segurança e Ana Nery deveria rever seu padrão de liberdade/submissão.

Difícilmente sem terapias individuais eles conseguiriam tais feitos, mas eles entenderam que, mesmo que se separassem, a tendência seria repetir tais circunstâncias psicológicas com outros parceiros.

### Casal ou individual?

Qualquer resposta sobre liberdade/obediência, caso seja factível, cabe em uma terapia de casal, ou Ana Nery saber quem ela é nas suas profundezas é tarefa de uma análise pessoal?

Esta é uma decisão complexa e vai depender de como o analista de casal entende o processo terapêutico, ou seja, o manejo das sessões vai depender das convicções teórico-clínicas do terapeuta. Em outras palavras, a terapia de casal deve continuar por um longo tempo, ou terapias individuais seriam mais indicadas?

## Tantos fatores

Nahan nunca fez terapia, nem acreditava que ela poderia ajudar, embora tenha comparecido às sessões e participado ativamente. Este fator foi levado em conta em relação ao número e espaçamento entre as sessões.

Quantas questões complicadas se apresentam em apenas uma singela terapia: quantas sessões vai ter a terapia, deve-se intervir muito ou pouco, qual o intervalo entre as sessões, o enquadre será rígido ou flexível, quando se dá exemplos ou se sugere algo, o que fazer com o WhatsApp, é permitido fazer perguntas ou melhor não?

Tantas perguntas e nenhuma simples.

Exemplificando a complexidade de cada questionamento acima, atendo-me a um deles: a pergunta.

## Perguntar pode?

De novo, o manejo da sessão vai depender das convicções de cada terapeuta.

Caso o enquadre a ser adotado seja o de uma análise clássica, a regra da neutralidade recomenda que se siga o livre fluxo das associações dos pacientes, sem tecer comentários ou fazer perguntas. Seguir tal caminho implica em uma terapia com duração mais longa.

Caso o paciente toque no assunto, a regra estará cumprida, mas quando o analista quer saber algo fora da cadeia associativa do paciente/casal, as perguntas poderão ser feitas, dependendo do caso?

Perguntar por mera curiosidade, para preencher vazios, para completar um formulário, ou seguir um rígido roteiro previamente estabelecido por exemplo, não é da ordem da Psicanálise.

Se a ideia é investigar a transferência, fazer perguntas aos pacientes sobre sua história de vida ou sobre como passaram a semana, por exemplo, pode ampliar horizontes e facilitar o processo terapêutico sem abandonar o método psicanalítico.

## Psicoterapia breve de casal

A psicoterapia psicanalítica breve de casal segue o método e o vértice psicanalíticos, o que varia é o enquadre, acrescentando-se dois elementos fundamentais ao processo terapêutico: um limite de tempo e um foco.

O limite de tempo (máximo de um ano) pode ser estabelecido desde o início ou depois de um tempo da terapia.

O foco é variável e depende da orientação de cada autor.

Na proposta do NAPC/Sedes (Hegenberg, 2016) por exemplo, o foco incide nas três angústias básicas da psicanálise freudiana: de castração, de fragmentação e de separação, e a terapia, em geral, tem a duração de seis meses.

Neste caso, a opção foi por realizar uma terapia breve de casal que durou oito sessões.



## Referências Bibliográficas

- Bollas, C.** (2001). Abandonar o habitual: a derrota da psicanálise freudiana. In: Green, A. (org) (p. 275 - 289). *Psicanálise contemporânea: Revista francesa de psicanálise, número especial*. Rio de Janeiro: Imago, 2003.
- Hegenberg, L.** (2005). Método. In: Hegenberg, L. (org) (cap. 1 p. 9 - 12). *Métodos*. São Paulo: EPU.
- Hegenberg, M.** (2016). *Psicoterapia breve de casal*. São Paulo: Pearson.
- Kernberg, O. F.** (2001). Psicanálise, psicoterapia psicanalítica e psicoterapia de apoio: controvérsias contemporâneas. In: Green, A. (org) (p. 23 - 49). *Psicanálise contemporânea: Revista francesa de psicanálise, número especial*. Rio de Janeiro: Imago, 2003.
- Laplanche, J. & Pontalis, J. B.** *Vocabulário da psicanálise*. São Paulo: Martins Fontes, 1970.

### **Prof. Dr. Mauro Hegenberg**

Médico, psicanalista, doutor em *Psicologia clínica* - IPUSP. Supervisor do NAPC-Sedes. Professor do Instituto Sedes Sapientiae. Livros: *Borderline*, *Psicoterapia breve* e *Psicoterapia breve de casal*, Editora Pearson.

E-mail: [mhegen@uol.com.br](mailto:mhegen@uol.com.br)