

## **Entrevista com Alexandra Tsallis, doutora em psicologia pela UERJ, psicoterapeuta e professora substituta da UFRJ.**

### **Qual a origem da Gestalt?**

O grande formulador da Gestalt foi Fritz Perls, junto de outros autores, como sua esposa, Laura Perls, e Paul Goodman. Na verdade, o núcleo chave é o *Gestalt Therapy*, que é lançado nos EUA, não tendo, a princípio, uma repercussão muito estrondosa. A Gestalt terapia trabalha com uma posição existencial-humanista e trabalha com o que a gente chama de método fenomenológico. Ela não é uma fenomenologia, mas trabalha com o método fenomenológico, nas figuras de Merleau-Ponty e de Husserl. A origem dela é um pouco disso tudo, de toda essa discussão, de toda essa mistura filosófica, mas também tem origem na Psicologia da Gestalt, embora a Gestalt Terapia não seja uma aplicação da Psicologia da Gestalt — a qual trabalhou com idéias perceptivas, com a noção de insight e se questionou como é que esse processamento perceptivo que fazemos das coisas pode ser pensado em termos, também, de um trabalho psicoterápico.

### **Como funciona a terapia da Gestalt? Vocês fazem um diagnóstico, trabalham com um conceito de cura?**

Se tivermos que pensar em cura, pensamos em aumentar o “leque de possibilidades” que uma pessoa tem na vida. Arnold Beisser afirma, num texto chamado “A teoria paradoxal da mudança”, que o processo psicoterápico é talvez o processo pra que a pessoa possa ser aquilo que ela já é. Ele chama isso de teoria paradoxal da mudança porque, afinal de contas, é estranho perguntar como você pode vir a ser aquilo que você já é, mas a idéia também é uma idéia que passa pela aceitação, pela possibilidade que uma pessoa tem de se ver mais plena, mais íntegra.

### **Vocês trabalham com terapia em grupo? O método é diferente?**

Sim, ela tem uma especificidade. Claro, nós, basicamente, em termos teóricos, é a mesma orientação. A idéia da Gestalt é que você possa experimentar, ou seja, vivenciar as coisas. Não é alguma coisa que passa apenas por um entendimento racional, mas por um entendimento integral, holístico — que é você poder entender as coisas rapidamente, mas você poder sentir, você poder se expressar.

### **O que você considera um comportamento ético para um psicoterapeuta?**

Agir eticamente na psicoterapia significa que você possa acompanhar uma pessoa naquilo que ela precisa, mas que você também saiba identificar qual é o limite nesse acompanhamento, que você saiba até onde você pode ir. Pra mim, a clareza ética é aquilo que eu possa fazer, mas o que eu saiba diferenciar daquilo que eu não posso fazer, aquilo que eu não tenha capacidade. Não acredito que existam psicoterapeutas que possam atender a tudo e qualquer pessoa. Eu acho que é preciso saber aquilo que eu não tenho condição de atender, seja porque eu não tenha o conhecimento técnico, seja porque eu não tenha o instrumental pessoal. O instrumento do psicoterapeuta é ele próprio, ele é um ser humano, então se o psicoterapeuta não puder ficar de posse da sua humanidade, ele não vai se dar conta dos seus limites. Alan Badiou diz que ser ético é ser fiel a si próprio, aos seus princípios. Se a gente pensar que fidelidade pode ser pensada como fidelidade à humanidade, que o psicoterapeuta tem, ele vai poder diagnosticar com precisão quais são os limites nesse acompanhar uma pessoa naquilo que ela precisa. Aliás, acompanhar é uma palavra que tem uma etimologia bonita, porque significa “compartilhar o pão”...

### **O que você considera, que singulariza a gestalt-terapia em relação a outras correntes?**

Acho que a Gestalt Terapia está voltada para o aqui e o agora, entendendo que o “aqui-agora” não é sinônimo do presente, mas é sinônimo daquilo que está presente no momento. Nesse sentido ela trabalha com o fenômeno e ela trabalha enfatizando a dimensão vivencial. A dimensão vivencial sendo aquilo que é uma mistura de pensar, agir e sentir, aquilo que pode ser sintetizado, didaticamente, em pensar, agir e sentir. É porque uma vivência é sempre mais, não é? A gente separa didaticamente, mas é mais do que isso.

### **E o que reúne todas as abordagens?**

Pra mim, não existem boas linhas, o que existem são bons terapeutas. Eu na Universidade dou aula de Personalidade I. São todas as abordagens psicoterápicas: análise de TCC [Terapia cognitivo-comportamental], análise humanístico-existencial, abordagem centrada na pessoa, abordagem reichiana — eu dou todas essas abordagens e todas elas têm sua contribuição. A minha linha teórica não importa para o cliente, importa pra mim, porque é uma reflexão que eu sempre vou fazer *a posteriori*. Quando estou diante de alguém, eu penso no contato que estou fazendo com essa pessoa. Acho que o que diferencia as abordagens é a ênfase que cada uma delas dá, a maneira como elas sintetizam certos conceitos, como elas apreendem esses conceitos. Claro que as abordagens são distintas teoricamente e isso faz uma diferença de alguma maneira, no modo de entender, mas elas não são hierarquicamente organizadas, elas são diferentes e eu escolho uma pela afinidade que eu sinto em relação a ela. Mas acho que o que reúne todas elas é uma reflexão sobre o outro, sendo que o outro pode ser eu mesmo, é uma reflexão sobre o que é ser pessoa, sobre a humanidade.

### **Como é a representação da gestalt-terapia no Brasil?**

Tem uma boa representatividade. Não sei quantificar o quanto, não sei esses números. Praticamente todas as universidades têm. Gestalt Terapia tem uma representação nacional, representações locais, congresso internacional, tem uma boa representatividade. Claro que cada universidade tem o seu perfil. Na UFRJ, por exemplo, neste momento, se tem muita psicanálise e TCC. Quando eu fiz UFRJ, era só psicanálise, agora a universidade tem psicanálise e TCC. Quando eu fiz, era psicanálise e Gestalt-terapia. A psicanálise permanece, até porque Freud é uma referência. Fritz Perls inicia seu trabalho como psicanalista. Ele rompe em um determinado momento com a psicanálise, mas também faz referência a Freud. De forma geral, todas as abordagens se remetem a Freud. Acho que só uma psicologia hindu que não se remete a Freud. Ela é uma psicologia, é um sistema teórico, não que seja uma abordagem psicoterápica, mas é um sistema de pensar o psiquismo; eles têm um sistema para pensar o psiquismo. A gente tem um, eles têm também. Eles não se remetem a Freud, mas isso é um fenômeno, também, do ponto de vista geográfico, mas todas as abordagens ocidentais, acredito, fazem referência a Freud. Pelo menos 90% delas fazem uma menção a Freud, e as que não fazem, é estranho que não façam assim... Foi um pensamento genial, embora datado. Ou seja, hoje em dia a psicanálise já não é só Freud, é tudo que a psicanálise cresceu também, são muitos outros autores...