

Tânia Martins, psicóloga e terapeuta de casal e família

- Qual a origem da terapia sistêmica?

Elas surgiram nos meados dos anos 50, começando com pesquisas com famílias de doentes mentais. E começaram a se formar juntando conhecimento de áreas diversas, na época, da cibernética e da teoria da comunicação, entre outras. Sendo que a terapia basicamente começou com o atendimento a famílias

- Como a terapia sistêmica funciona? O que se espera como resultado do encontro com o paciente?

Acho que o que caracteriza muito a terapia sistêmica é que ela se propõe a co-construir com o cliente o objetivo dele a ser alcançado na terapia. O terapeuta foge um pouco de um lugar de especialista, de dizer o que é certo ou errado. Ele constrói com o paciente que tipo de mudança ele quer fazer. Geralmente, o cliente vem te procurar em algum tipo de sofrimento. Acho que é uma postura muito respeitosa você escuta-lo e considerar que o cliente é um tipo de especialista, ele é um especialista nas suas questões. Então, é uma postura muito colaborativa.

- O terapeuta estabelece um diagnóstico do paciente?

Nós trabalhamos com hipóteses diagnósticas, que podem ser desmontadas. Tem um autor sistêmico que diz que gosta de pensar o diagnóstico como barracas: você o monta e o desmonta. Então, você trabalha com uma hipótese de diagnóstico que pode ser transformada à medida que a terapia vai se desenvolvendo. Nada muito fechado porque a gente entende que o ser humano é um ser que está em constante transformação.

- Esta corrente trabalha apenas terapia em grupo? O método muda muito?

Não, trabalhamos também com terapia individual. A técnica não muda muito porque basicamente, quando falamos em sistêmica, estamos pensando em um indivíduo dentro de uma rede. Ele está conectado a uma rede, ele está dentro de um contexto, tem uma história, faz parte de um contexto histórico, cultural e isso pode se aplicar tanto a uma terapia individual quanto a uma terapia de família ou casal. O conceito é o mesmo.

- O que é um comportamento ético do terapeuta dentro desta corrente?

Penso que ele não se diferencia muito de outras terapias. É um cuidado do terapeuta em estar o tempo todo em uma posição crítica em relação aos seus preconceitos e às suas limitações, tomando cuidado sempre de que ele não imponha os seus valores e seus pontos de vista ao seu cliente. E dele ter um espaço, dele terapeuta, que ele possa estar constantemente se perguntando a respeito de seus preconceitos e de seus padrões éticos para não impor isso a seu cliente.

- O que singulariza a terapia sistêmica em relação às outras correntes?

Não sei se isso singulariza a terapia sistêmica, mas é um ponto muito importante dentro desta abordagem: uma postura de muita curiosidade do terapeuta, de trabalhar com muitas perguntas e muitas questões e de realmente procurar entender que é o cliente que vai dar o rumo. Não que o terapeuta se exima, se não ficaria muito fácil. Qual é o trabalho então do terapeuta? É criar um contexto facilitador de mudanças. Um espaço onde possa nascer uma conversação propiciadora de mudanças. E a partir daí, que o cliente possa encontrar seus rumos.

- Para você, qual é o objetivo comum entre a terapia sistêmica e as outras correntes?

Penso que toda terapia, para ela ser produtiva, tem que ter um encontro muito bom,

também no nível afetivo, em paciente e terapeuta. Não considero que existe uma terapia melhor que a outra. No momento, por exemplo, eu me sinto confortável trabalhando com a terapia sistêmica. Eu comecei com a psicanálise e fiz todo um trajeto. Então, acho que abordagem é um lugar de conforto. E para o paciente também. Tem clientes que vão ficar mais confortáveis em uma terapia cognitivo-comportamental, outros na psicanálise. Então, acho que é muito este lugar de conforto, onde você se sente escutado e que você tem possibilidade de promover mudanças. Acredito que todas as terapias se encostam aí.