

Maria Rita Mendes Leal

A Psicoterapia como Aprendizagem. Um processo dinâmico de transformações, Associação dos Psicólogos Portugueses, 1993

O título, algo surpreendente, da presente obra, *A Psicoterapia como Aprendizagem*, dadas as convicções psicodinâmicas da autora, rapidamente ganha sentido à medida que a vamos lendo. Pensamos que ele espelha não só duas das preocupações mais recentes da comunidade psicoterapêutica internacional: a necessidade de explicitação dos processos de tomada de decisão clínica e a elaboração de manuais de intervenção terapêutica baseados nesta explicitação, mas também o entendimento de que todo o espaço terapêutico é também um espaço de aprendizagem.

O campo da psicoterapia dinâmica é vasto e nem sempre de fácil entendimento, assentando na ideia de que é possível ao cliente mudar os rumos do seu viver. Na presente obra a autora consegue realizar uma difícil tarefa: pôr em linguagem de iniciantes aquilo que normalmente só os seniores entendem. Trata-se de um trabalho dividido em quatro grandes partes, a que se adicionam uma outra de apresentação de casos e

um glossário temático de extremo interesse.

Na primeira parte, a autora procura contextualizar a relação que se cria na situação de consulta psicológica e a importância do treino básico na relação de entrevista associativa, assim como do processo que conduz ao contrato de análise psicológica (horários, pagamentos e relações com familiares). O campo da intervenção é definido como a área transacional, ou seja, aquela em que é possível a fantasia, mas onde, também é mantido o contacto com o real. Assegura-se ao cliente que é possível fazer um parêntese entre o que se diz, sente e faz lá fora. Tratam-se aspectos pragmáticos, como a duração temporal das sessões e o ambiente a criar, recorrendo à decoração do gabinete.

Na segunda parte, trata-se da fenomenologia do encontro do psicoterapeuta com o cliente. A autora diz-nos que da entrevista se podem recolher amostras representativas da forma como este sente e reage, donde emergem as estratégias de resolução de conflitos que, pelo seu carácter repetitivo, se tornam ineficazes e empobrecedoras da capacidade associativa do cliente.

Ao falar da entrevista associativa divide-a em três partes: uma primeira, em que se convida (silenciosamente ou não) o cliente a dar o mote à sessão; uma segunda em que

o consultor configura algum aspecto importante da sequência associativa que leve o cliente a estabelecer contacto com objectos internos ansio-génicos ou com movimentos defensivos; um terceiro momento em que se desprende o cliente da área de imprecisão transaccional em que se trabalha, apontando dados do real. A autora refere-se ao consultor como «o especialista na clarificação dos processos emocionais que impedem a luta saudável da implantação na caminhada da vida. Compete-lhe clarificar os automatismos e apoiar a aprendizagem num modelo de sobrevivência emocional, em que o cliente possa inscrever os seus valores e utilizar de melhor maneira os seus recursos».

A concepção do trabalho psicoterapêutico que a autora nos apresenta é clara. Num ambiente semilivre associativo, o cliente é convidado a encetar uma caminhada que o leve à realização das suas necessidades emocionais básicas: amar e ser amado; sentir que as suas produções são valiosas para si e para os outros; encontrar sentido para a vida, morte, cultura e fantasia.

Na psicoterapia dinâmica, o consultor não deve preocupar-se exclusivamente com a tradução dos significados implícitos da comunicação, mas sobretudo com o cuidar da manutenção do fluxo dessa comunicação, de modo a que possa

encontrar no texto aí produzido os mecanismos de defesa que impediram na configuração da realidade interna do cliente. Tal configurar permite, na relação, pelo ecoar das emoções expressas e pela interpretação do vivido transferencial, a potenciação de novas elaborações e o trazer para a narrativa consciente novas lembranças que, ao serem aceites, podem ser reelaboradas no presente. Este movimento vai permitir ao cliente *aprender um modelo* básico de reparar experiências vividas como frustrantes, e que consiste no «ligar» a queixa presente a uma rede associativa de significados múltiplos.

Na terceira parte, designada «Interpretação configuracional», define-se a interpretação psicológica como a sugestão para o cliente de significados que estarão contidos na sua experiência objectiva. Indica algumas regras para elaborar interpretações na entrevista relacional: *a)* deve inscrever-se numa atmosfera de intercâmbio relacional em que a realidade é posta entre parênteses; *b)* deve reportar-se a aspectos formais do relato associativo e não a conteúdos desse relato; *c)* quando a ansiedade bloqueia o processo associativo a actividade interpretativa deve reportar-se a essa angústia desagregadora, levando em conta a sua qualidade e as distintas posições de relação com o objecto; *d)* deve

levar-se em conta o modelo de pensar do cliente e considerar que para alguns não adianta tentar integrar relatos de experiência por meio de interpretações de significados (*e.g.*, os estados-limite).

Trata-se, em todo o processo, de interpretar, de encaminhar o cliente para uma aprendizagem, para o processo de cura e não para explicação, mais ou menos educacional, da psicopatologia.

Eis uma obra na qual facilmente se identificam factores comuns a todas as formas de terapia, nomeadamente: a importância atribuída à aliança terapêutica, espaço no qual

ganham sentido existencial os «rituais terapêuticos» e ainda a necessidade de identificação e de ultrapassagem de automatismos relacionais rígidos.

Trata-se, em nossa opinião, de uma obra central no panorama editorial da especialidade, em Portugal, de extrema utilidade para terapeutas de orientação psicodinâmica mas também para todos aqueles que «piscam o olho» à integração terapêutica.

Fernando Silva
António Branco Vasco