



ARTIGO ESPECIAL

Criação, questões e soluções da Psicoterapia Gestaltista

VERA FELICIDADE DE ALMEIDA CAMPOS¹

Resumo

Este artigo apresenta os conceitos fundamentais da Psicoterapia Gestaltista, método e teoria psicoterápica por mim desenvolvida nos últimos 40 anos e exposta em meus livros. Um dos conceitos-chave de minha abordagem é percepção e entendo que no processo psicoterápico, mudando a percepção, muda-se o comportamento. Para mim, vida psicológica é vida perceptiva.

Palavras-Chave: Psicoterapia Gestaltista, percepção, não aceitação.

Abstract

This paper shows the fundamental concepts of the Gestalt Psychotherapy (*Psicoterapia Gestaltista*), a psychotherapeutic method and theory developed by myself over the last 40 years and published in my books. One of the key concepts of this approach is perception and I understand that in the psychotherapeutic process, changing perception, one changes one's behaviour. For me, psychological life is perceptive life.

Keywords: Gestalt Psychotherapy, perception, non-acceptance.

¹ Psicóloga formada na UFRJ – Universidade Federal do Rio de Janeiro; criadora da Psicoterapia Gestaltista exposta em 8 livros. E-mail: verafelicidade@gmail.com.

Introdução

No começo dos anos 70, aos 28 anos de idade, iniciei a formalização dos conceitos básicos da Psicoterapia Gestaltista, conceitos esses expressos em meu primeiro livro *Psicoterapia Gestaltista Conceituações* publicado em 1973. Com esta publicação, o termo *Psicoterapia Gestaltista* por mim criado (Cf. Campos, 1973), foi pela primeira vez utilizado em língua portuguesa, expressando um sistema teórico acerca do humano e seu comportamento, assim como um método psicoterápico.

Desde o início de minha formação em Psicologia, sentia-me insatisfeita com as abordagens psicoterápicas vigentes, todas elas fundamentadas nas escolas funcionalistas e dualistas, cujos principais expoentes eram a Psicanálise e o Behaviorismo. Eu me interessava pelo trabalho dos alemães Koffka (1953, 1959), Koehler (1955, 1957, 1959, 1964) e Wertheimer (1961), que em 1912 fundaram a *Gestalt Psychology*. Estes três autores, juntamente com Kurt Lewin (1964, 1965, 1966), dedicaram-se a pesquisas sobre percepção. Não desenvolveram uma psicoterapia.

Neste panorama, senti necessidade de desenvolver uma psicoterapia baseada nos princípios da *Gestalt Psychology*, que se constituísse em antítese às abordagens baseadas em teorias funcionalistas e dualistas, principalmente a Psicanálise, que com o conceito de inconsciente (Freud, 1948) influenciava todo o pensamento do século XX, seja na Psicologia, seja nas Ciências Humanas.

Iniciei essa árdua tarefa do ponto onde penso que qualquer trabalho em psicoterapia deveria iniciar: perguntando-me *o que é o ser humano?* Responder esta pergunta é a única maneira de desenvolver um corpo teórico que realmente possibilite um trabalho de transformação de uma estrutura humana.

Responder à questão *o que é o ser humano?* se constituiu em uma nova abordagem; até então as questões sobre o homem eram formalizadas e respondidas segundo o ponto de vista biológico, determinista, reducionista: Sigmund Freud (1948, 2010) é um de seus principais arautos na Psicologia. A visão freudiana, para nós, não passa de uma dinamização da velha psicofisiologia, acrescida de um toque mágico e mítico: o inconsciente (Cf. Campos, 1973).

Freud, ao longo de sua obra, desenvolve basicamente duas teorias para o que ele denomina aparelho psíquico, teorias essas conhecidas como primeira tópica e segunda tópica.

Como o próprio nome indica, são teorias que supõem que o psiquismo é formado por sistemas com características e funções diferenciadas. Na primeira tópica o termo inconsciente aparece como substantivo: a *psíque* é entendida como dividida em inconsciente, pré-consciente e consciente. O inconsciente é constituído de conteúdos reprimidos, conteúdos aos quais os sistemas pré-consciente e consciente não têm acesso (desejos originários da infância, processos primários ligados a prazer e desprazer etc.). Na segunda tópica, inconsciente é um adjetivo aplicado às três instâncias descritas nesta segunda teoria: *id*, *ego* e *superego*; mas predominantemente o inconsciente é associado ao *id*, uma espécie de reserva de energia psíquica. Aparentemente Freud não queria associar estas instâncias psíquicas a uma localização anatômica (como o termo tópica sugere), ele fala em funcionamento inconsciente ao invés de lugar do inconsciente, mas ao mesmo tempo fala em conteúdo reprimido que aflora à consciência nos sonhos ou na análise, por exemplo, abordagem que remete a um modelo espacial do aparelho psíquico. Os analistas de sua obra entendem o conceito de regressão no sentido de funcionamento psíquico, de direção deste funcionamento entre as instâncias psíquicas; alguns afirmam que o inconsciente tem um caráter simbólico, que ele indica forma, maneira de funcionar e não conteúdo localizado, substancializado (Garcia-Roza, 1987).

Independente da evolução do conceito de inconsciente em Freud e em seus seguidores, uma constante é observada, a base elementarista que divide a vida psicológica: o homem é o somatório de dinâmicas existentes no seu psiquismo. Por mais que Freud tentasse evitar, a noção de inconsciente tornou-se, entre leigos e especialistas, um lugar mítico e caótico onde se origina grande parte das ações e pensamentos humanos.

Criação da Psicoterapia Gestaltista

Na interação entre trabalho clínico e reflexões teóricas, desenvolvi a Psicoterapia Gestaltista² ao longo das últimas quatro décadas. Cada um de meus livros expressa um avanço conceitual no desenvolvimento da teoria.

² A psicoterapia por mim desenvolvida, difere radicalmente da *Gestalt Therapy* criada por Fritz Perls (1969). Ele falava que o todo não é a soma das partes (conceito da *Gestalt Psychology*) mas, preso à idéia de existência do inconsciente não conseguia admitir o conhecimento como um dado relacional, perceptivo; continuava achando que o conhecimento era o resultado de um processo interno, subjetivo. Ele não entendia o comportamento como processo perceptivo, entendia comportamento como expressão das motivações inconscientes. Este dualismo conceptual o impediu de perceber o ser-no-mundo, esta gestalt; pensando ainda como Freud (1948) em ser *versus* mundo, exilou-se de qualquer contexto gestáltico, onde o todo não é a soma de suas partes.

No primeiro livro, dediquei um capítulo à crítica ao conceito de inconsciente (Campos, 1973), com o intuito de enfrentar o cerne da teoria Psicanalítica, deixando claro as diferenças fundamentais entre minha nova abordagem psicoterápica e todas as psicoterapias que incorporam tal conceito, afirmando a Psicoterapia Gestaltista como antítese não só à Psicanálise, mas a todas as propostas psicoterápicas que nela se apoiam. Neste livro, cito Freud (1948), exemplificando meus argumentos, minha crítica à visão dualista e metafísica da Psicanálise seja na afirmação de realidade externa e interna, seja na admissão da incognoscibilidade do mundo: “A psicanálise nos obriga pois, a afirmar que os processos psíquicos são inconscientes e a comparar sua percepção pela consciência com a percepção do mundo exterior através dos órgãos dos sentidos. Esta comparação nos ajudará ainda a ampliar nossos conhecimentos. A hipótese psicanalítica da atividade psíquica inconsciente constitui de certo modo uma continuação do animismo, que nos mostrava sempre fiéis imagens de nossa consciência e por outro lado a da retificação feita por Kant da teoria da percepção externa. Do mesmo modo que Kant nos levou a considerar a condicionabilidade subjetiva de nossa percepção e, a não considerá-la idêntica ao percebido incognoscível, convida-nos a psicanálise a não confundir a percepção da consciência com o processo psíquico inconsciente objeto da mesma. Tampouco o psíquico precisa ser, em realidade, tal como o percebemos. Mas, temos que esperar que a retificação da percepção interna não ofereça tantas dificuldades como a da externa e que o objeto interior seja menos incognoscível que o mundo exterior” (Campos, 1973, p.71).

A postulação do inconsciente é influenciada pela visão kantiana de conhecimento. Para Kant (1994), a coisa em si não pode ser conhecida, o conhecimento das coisas, do mundo é impossível enquanto apreensão do dado fenomênico; são necessárias categorias que sistematizem o conhecimento. Daí advém inclusive a negação do tempo e espaço como realidades existentes, cognoscíveis e a colocação delas como categorias para o conhecimento. Em Freud (1948, 2010) encontramos a mesma sequência: a atividade consciente, o homem em si não pode ser conhecido; só o é enquanto representação de uma realidade inconsciente (mecanismo de projeção). Assim, o inconsciente (Freud) é a categoria lógica (Kant) que possibilita o conhecimento ou desvendamento da complexidade humana.

Naquela época eu já afirmava e continuo afirmando, o inconsciente é um mito: “Dentro de uma visão unitária, objetiva, não há como subsistirem, como admitir existências atemporais. Tal admissão significaria a negação de toda a ordem física do universo. Além e por causa destes

dualismos de influência metafísica, a idéia, o postulado do inconsciente, não pode ser experimentado, comprovado; a psicanálise justifica-se dizendo que o inconsciente é um *constructum* lógico, explicando assim a impossibilidade de comprovação experimental, mas por outro lado criando novo impasse, ou seja, sendo um *constructum*, toda a idéia de sistema inconsciente, dentro do ponto de vista tópico, fica negada, isto é, já não se poderá falar em id, ego e superego, consciente e pré-consciente como instâncias psíquicas. É um beco sem saída, um mito e como diz Van den Berg (1966, p.120): “O consciente do terapeuta é o inconsciente do paciente (...) o fenomenologista nunca tem necessidade de hipóteses. As hipóteses surgem quando a descrição da realidade termina prematuramente. A fenomenologia é a descrição da realidade”.

Criticando a base do sistema freudiano, seu elementarismo e reducionismo, busquei uma visão unitária, para explicar o humano. Baseie-me na Fenomenologia de Edmund Husserl (1950) na *Gestalt Psychology* (Koffka, 1938; Koehler, 1964; Wertheimer, 1964) e no Materialismo Dialético (Academia de Ciências da URSS, 1956) para desenvolver minha teoria. Comecei a pensar no fenômeno – o que aparece (Husserl, 1950) – como sendo a evidência à partir da qual tudo poderia ser estabelecido, ser conhecido. A idéia de conhecimento sugere a admissão de consciência, de conhecedor, de sujeito e objeto. Estas questões acerca do conhecimento, acerca da consciência me remeteram às abordagens materialistas.³

Na *Gestalt Psychology*, Koffka, Koehler e Wertheimer (Koffka, 1938) conseguiram unificar os dualismos existentes entre sensação e percepção. Desde o Empirismo inglês (Locke, 1956; Hume, 2004) acreditava-se que os dados sensoriais, os dados decorrentes das sensações eram elaborados pela percepção. Os gestaltistas disseram que o mundo não era um caos, era um cosmos e que a apropriação dos dados sensoriais era instantânea e organizada. Não havia uma sensação depois elaborada e organizada pela percepção; havia uma percepção organizada do que estava sendo percebido visual, olfativa, gustativa, tátil e auditivamente. Não se falava mais em sensação, já não era necessário, não significava.

Beneficiada pela unificação feita pelos gestaltistas, encontrei uma unidade: percepção. Este conceito é muito fértil pois além de unificar as divisões entre sensação e percepção, entre captar e elaborar, me possibilitou a junção entre os chamados físico e psíquico, orgânico e

³ No entanto, eu já percebia que no materialismo, os dualismos entre ideia e realidade persistiam como resíduos cartesianos – ainda que em uma ordem inversa.

“mental” ou psicológico, junção esta feita através da hipótese isomórfica⁴ (Koehler, 1959). Os gestaltistas diziam que a toda forma (*gestalt*) psicológica corresponde uma forma (*gestalt*) biológica, neurológica. Consequentemente pensei: dentro e fora não existem ou interno e externo não existem, a unidade é uma *gestalt*. Eu agora podia responder à pergunta *o que é o ser humano?*

“O ser humano é um todo que não sendo a soma das partes, é unitário enquanto essência constitutiva; entretanto, seu comportamento nem sempre reflete esta estrutura unificada; (...) tentaremos focalizar a questão, sem dualismos, nem valores, dentro de uma posição gestaltista, mantida por uma perspectiva fenomenológica descritiva. Usando uma analogia, plasticamente configurada na idéia de um cilindro (Fig.1), diremos que o ser humano tem na base inferior suas relações imanentes, constitutivas, representadas pelo nível de realização (NR), e na base superior, seus objetivos ou metas ou ideais transcendententes representados pelo nível de aspiração (NA).

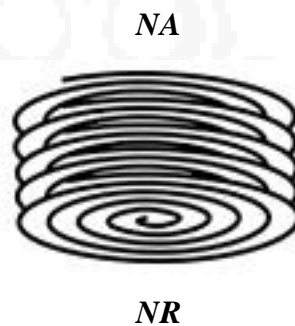


Figura 1

O nível de realização é puro domínio do comportamento enquanto situacionamento aqui-e-agora, estruturando-se em níveis biológicos, fisiológicos e neurofisiológicos, contextualizado social, econômica e culturalmente, contextuamentos esses que, dentro dos limites de nossa analogia geométrica, poderiam ser entendidos como fatores dimensionais: tamanho, cor, altura, raio, etc., do cilindro. Ora, o ser humano está situado no mundo, tanto quanto o cilindro em um espaço; entretanto, as relações cilindro-espaço e homem-mundo não são constituintes, o espaço não faz o cilindro; nem constituídas, o cilindro não cria um espaço, embora configure uma porção de espaço. Enfim, não é uma questão de gênese ou de determinantes, e por mais alheio que isto seja ao nosso raciocínio dedutivo ou indutivo, também não se trata de negação da lógica ou bom

⁴ A toda forma psicológica corresponde uma forma neurológica, isto é, existe uma sincronização entre o psicológico e o fisiológico.

sensu mas de uma re colocação da lógica formal em termos de lógica dialética, geométrica, que até certo nível pode ser entendida como lógica descritiva ou atitude fenomenológica” (Campos, 1973, p.1. 1ª edição).

A globalização advinda desta visão unitária homem-no-mundo foi fundamental para o desenvolvimento da Psicoterapia Gestaltista, marcando a diferença das visões vigentes. Estas visões ao tentar compreender o homem sempre unilateralizam, buscando determinações e causas, gerando assim, afirmações elementaristas como por exemplo, dizer que o homem é fruto da sociedade, da família, que age e reage a partir de padrões biológicos, instintivos, etc. (Cf. Campos, 1973).

Afirmo que existe uma relação constante e integrativa homem-no-mundo que não pode ser dividida.

Questões e soluções da Psicoterapia Gestaltista

Quando nasce, o homem é um organismo, existindo no mundo com funções metabólicas, com estrutura biológica. À medida que está no mundo, percebe; inicialmente esta percepção é referenciada em estruturas biológicas limitadas por ordens neurofisiológicas, aspectos do desenvolvimento motor, por exemplo, mas trata-se de uma relação interativa que traduz-se por uma relação isomórfica de transformação, quer dizer, o desenvolvimento é sincrônico enquanto estrutura psicológica e fisiológica (Koehler, 1959).

Como psicoterapeuta, baseando-me nestes princípios teóricos, pude trabalhar com os conceitos psicoterápicos de uma maneira bem diversa dos psicanalistas; enquanto eles realizavam a “*arte da escuta*”, eu realizava o diálogo, o questionamento. Passei a definir neurose como distorção perceptiva estruturadora de não aceitação. Não se aceitar é estabelecer divisão, fragmentação responsável por dificuldades relacionais. A psicoterapia é a antítese geradora de mudança (C.f Campos, 1978).

Freud (1948), com o conceito de neurose, chamou a atenção para a causa psíquica de várias doenças ou sintomas para os quais não se encontrava uma explicação orgânica. Na Psicanálise, neurose se caracteriza por um conflito psíquico que normalmente se origina na infância e que se expressa como somatização. Esta visão, obviamente, está contextualizada na

abordagem segmentada que a Psicanálise faz ao psiquismo e em seu conceito chave, o inconsciente, repositório dos desejos reprimidos.

Neste início de minha atividade profissional, durante e após quatro anos de trabalho psicoterápico, vi a dificuldade, quase que a impossibilidade de mudança; as pessoas mudavam as inconveniências, os sintomas e mantinham suas fontes geradoras à medida que as mesmas lhes eram convenientes. Responder e globalizar a questão da mudança em psicoterapia, me levou ao próximo passo no desenvolvimento de minha teoria: a conceituação de mudança, desdobramento expresso no segundo livro *Mudança e Psicoterapia Gestaltista* (Cf. Campos, 1978).

“Ao conceituar comportamento humano como movimento, procuramos extrair daí implicações e explicações para o processo humano: seu desenvolvimento, suas problemáticas, sua desumanização, seu enlouquecimento, sua realização, seu tratamento, suas tentativas de reencontro e encontro. Conceituamos a mudança como a síntese resultante de teses negadas, chamando atenção para os erros da visualização dualista, elementarista, ao enfatizar a dialética humana do estar-no-mundo.” (Campos, 1978, p.9).

Afirmo que mudança é um processo dialético, uma síntese resultante do encontro de tese (problemática do cliente) e antítese (a Psicoterapia Gestaltista). Na psicoterapia pode haver mudança como ajuste ou como transformação; a psicoterapia pode ser um posicionamento, um lugar onde o cliente esconde, guarda ou acalenta seus problemas. O psicoterapeuta é o propiciador de antítese, de mudança: “caso ele se posicione, estabilize-se, defina-se como portador de verdades, teorizador de realidade, e representante/defensor de ordens constituídas, sejam quais forem, mesmo as mais revolucionárias, ele se nega como psicoterapeuta, virando autoridade, determinante de melhor bem-estar, ajuste, nunca de transformação, sincronização-existencial” (Campos, 1978, p.11).

A questão da mudança é um tema central em psicoterapia que sempre esteve nas entrelinhas das várias teorias sem, no entanto, ser abordada diretamente. A mudança, em Psicologia, precisa ser entendida tanto em termos do desenvolvimento psicológico (infância, adolescência, vida adulta) quanto em termos das transformações advindas do processo terapêutico. A primeira abordagem é exaustiva tanto na Psicologia quanto na Psicanálise, com suas visões do desenvolvimento infantil, aprendizagem e teorias comportamentais. Quanto à mudança no processo terapêutico, as teorias são menos explícitas: para o psicanalista ela depende do descortinamento do inconsciente através da interpretação de sonhos, livre associação,

transferência, gerando autoconhecimento e este, por si só, resume a mudança; para behavioristas, o condicionamento (punição e recompensa) geraria a mudança. Naturalmente atreladas a suas matrizes teóricas, estas abordagens são dualistas e baseadas na segmentação entre homem e mundo, visão fragmentada do psíquico, interno e externo.

Na *Gestalt Therapy*, de Fritz Perls e seguidores, a abordagem à mudança em psicoterapia é caótica, dizem que o indivíduo deve “tornar-se seja o que for que ele estiver experimentando nesse momento” (Shepherd & Fagan, 1973) e ao mesmo tempo afirmam que “o estado natural do homem é como um ser único e total não fragmentado em duas ou mais partes opostas (...) se os eus alienados, fragmentários, num indivíduo assumem papéis distintos, compartimentados, o gestalt-terapeuta encoraja a comunicação entre os papéis; pode realmente, pedir-lhes que falem um com o outro” (Shepherd & Fagan, 1973) e este diálogo interno geraria a integração. Ora, mesmo admitindo tal processo, permanece o dualismo básico entre interno e externo; Perls em seus escritos, apesar de falar em o homem e seu meio, não via a totalidade homem-no-mundo como uma *gestalt*, se assim o visse, não proporia diálogos internos entre eus fragmentados.

Como sempre afirmo, comportamento é movimento, é mudança constante. “Mudar é desadaptar-se, porque a mudança é um movimento antitético à estabilização, à inércia. Mudança é transformação de quantidade em qualidade, é perceber o mundo, os outros e a si mesmo de maneira nova. Neste sentido todos os processos comportamentais humanos podem ser enfocados sob este aspecto de mudança, admitindo que o comportamento humano é sempre um movimento, convergente ou divergente, estruturante ou desestruturante, daí a constante humana ser a mudança enquanto ser-no-mundo temporalmente presentificado, sem apriorismos ou metas. Estar-no-mundo implica mudar, movimentar-se, vivenciar, situar-se no presente, no aqui-e-agora da relação perceptiva que se estabelece com os outros, com o mundo e consigo mesmo. Quando isso acontece somos sempre atingidos, dinamizados pelo que ocorre, somos teses abertas a antíteses, desencadeadoras de sínteses. Por causa disso os seres humanos motivam-se, apreendem, desenvolvem-se, relacionam-se” (Campos, 1978, p.15).

Conceituar comportamento como movimento é um nível de abstração aparentemente incompatível com os propósitos da psicoterapia: compreender e possibilitar a resolução de problemas comportamentais humanos. No entanto, entendo que esta conceituação é congruente e fundamental para minha abordagem à mudança e à finalidade terapêutica em Psicoterapia

Gestaltista que consiste em um movimento relacional antitético aos posicionamentos do cliente, exercido através do questionamento terapêutico.

“Todos os capítulos da psicologia tradicional podem ser unificados nestes conceitos. O desconhecido, o novo é uma antítese que desencadeia uma síntese; a criança vence o obstáculo, descobre o desconhecido, apreende; estar motivado é sentir-se questionado, solicitado etc., sempre uma antítese, uma dinamização, um movimento. A continuidade da mudança é fundamental: só com a percepção do movimento é possível acabar com dualismo do tipo permanência versus mudança, muito ao gosto da filosofia idealista e da psicologia elementarista. Estar-no-mundo aberto a todas as possibilidades sem estar ancorado na inércia das necessidades é a vivência do homem estruturado, livre” (Campos, 1978, p.15).

A mudança pode ser um descontextuamento estagnador ou dinamizador. A transformação do problema em justificativa é um exemplo do descontextuamento estagnador; a terapia como fator de questionamento, dinamiza, tirando da estagnação. O questionamento, a antítese propiciam mudança e descontextualização, recriando a dinâmica (Cf. Campos, 1983). Em meu terceiro livro *Individualidade, Questionamento e Psicoterapia Gestaltista*, eu dizia: “Ao procurar a Psicoterapia Gestaltista, o cliente está coisificado⁵ e dependente dos sistemas que o alienaram, sua atitude geral diante da vida é obedecer, desobedecer. Sempre aprisionado em seus compromissos, medos e certezas, ele busca garantias a fim de, nelas situado, apoiado, realizar seus projetos esquemáticos de vida. A estagnação em seu estar-no-mundo é tão visível que se torna fácil para o psicoterapeuta gestaltista prever o que vai acontecer em sua vida coisificada. Através de questionamentos, aceitações, impactos, impasses, consegue-se destacar, separar este coisificado ser de seu contexto alienante, massificante e assim vai se estruturando a individualidade, substituindo a atitude de obediência, fruto de dogmas e regras passadas, pela atitude de coerência, resultante da apreensão e percepção do presente, trocando os apegos, dependências, inclusive a própria psicoterapia, por dedicação, percepção do outro; mudando os compromissos com as certezas em disponibilidade lúcida, totalizante, globalizante do estar-no-mundo-aqui-e-agora-com-o-outro, o que elimina os aprisionamentos restritivos, as atitudes de manutenção que levavam à vivência do futuro como metas e transformavam as motivações humanas em necessidades. Durante e após a psicoterapia, se percebe que as atitudes de

⁵ Considerar(-se) meramente como coisa, destituindo(-se) de outros valores. O mesmo que objetificado.

transformação criam perspectivas de vida, situam o ser humano no nível de possibilidades, permitindo uma existência autêntica, estruturada e estruturante” (Campos, 1983, p.100).

Todos estes conceitos me permitiram mais *insights* acerca do humano. O trabalho com a unidade, só é possível sem determinismos, foi e é a constante fundamentação da minha abordagem do homem e seu comportamento. Husserl (1950), com o conceito de consciência como intencionalidade norteava meus desenvolvimentos conceituais, entretanto, senti que estas referências eram posicionantes, quebravam a dinâmica, “Husserl não aceitava a dialética, dizia que ela vai além do fenômeno. Ele não conseguia perceber, por preconceitos, *a priori* metafísicos, reducionistas, que o fenômeno (tese) traz em si suas antíteses e sínteses, daí não ir além; o fenômeno X é sempre uma tese, uma antítese em relação a Y e uma síntese em relação a Z. Todas estas incoerências husserlianas – apesar de sua limpidez conceitual na apreensão do presente como evidência e de consciência como intencionalidade enquanto relação entre sujeito e objeto, temporal e espacialmente configurados – decorrem de um dualismo básico entre essência e existência (*Wesenchau e Erlebnis*), entre fenômeno físico e fenômeno psíquico, coisa mais tarde unificada por Koehler, embora em outro contexto de pensamento, com outra intencionalidade.” (Campos, 1983, p.110). Percebi também que a dinâmica era a ordem do universo, era a trajetória do humano, era o relacionamento. Escrevi o quarto livro *Relacionamento Trajetória do Humano* conceituando percepção como relacionamento, como relação (Cf. Campos, 1988). Foi um momento importante do desenvolvimento da Psicoterapia Gestaltista: o de realizar a síntese entre o dado relacional (fenomenologia) e o perceptivo (gestáltico). Consegui, assim, extinguir dualismos residuais tanto na visão gestáltica, quanto na fenomenológica, que eram meus fundamentos teóricos.

“Ao perceber no comportamento humano, que tudo é dinâmico, que tudo é relacional, que tudo se estrutura enquanto percepção do outro, do mundo e de mim, o *insight* de que o relacionamento gera posicionamentos, geradores de novos relacionamentos que por sua vez geram novos posicionamentos, indefinidamente, foi, para mim, satisfatório e fundamental” (Campos, 1988, p.14).

Constatando no comportamento humano posicionamentos e relacionamentos, sua infinita alternância, cheguei aos conceitos de nível de sobrevivência e nível existencial: “Tudo que é psicológico, comportamental, resulta da percepção. As próprias relações estabelecidas consigo mesmo, com nossa estrutura orgânica, se fazem no contexto relacional perceptivo e é através da

própria percepção que vão se estabelecendo os níveis de existência do ser. Esses níveis estabelecem-se enquanto sobrevivência, função, imanência e enquanto existência, contemplação, transcendência” (Campos, 1993, p.21).

Enfrentando o dualismo ainda existente na idéia de consciência e conhecimento, escrevi o quinto livro, *Terra e Ouro São Iguais* (Cf. Campos, 1993), abordando dicotomias seculares como sujeito e objeto, subjetividade e objetividade, mente e corpo etc., chegando à afirmação de que a polaridade resulta da unidade, de que a essência humana é uma unidade que se polariza enquanto sujeito e objeto: “Psicologicamente, a unidade – essência humana – configura os polos de sujeito e objeto, ou seja, ser sujeito ou ser objeto é uma resultante de ser humano. O que cria o sujeito? O que cria o objeto? Enfim, o que permite a polarização? O relacionamento com o outro, com o mundo e consigo mesmo. É o atrito, polarização dinâmica, que configura o sujeito, que configura o objeto. É através da percepção que se estruturam o sujeito e o objeto. Ao fazermos esta afirmação estamos dizendo que o ser humano não é sujeito nem objeto, ele é ser humano que a depender da própria percepção se configura em sujeito ou objeto, ocorrendo o mesmo em relação à percepção do outro – o outro, ao me perceber, configura a mim como sujeito ou como objeto” (Campos, 1993, p. 27).

No início de meu trabalho, desenvolvi os conceitos básicos da teoria dispensando, o conceito de inconsciente. Vinte anos depois, na continuidade do desenvolvimento teórico, dispensei o conceito de mente: “ora, se o que está dentro está fora – princípio isomórfico (Koehler, 1959) – corpo e mente não existem como realidades distintas. Mente é corpo, é cérebro, são neurônios, nervos, sinapses, engramas, etc.. O homem é um organismo no mundo, uma possibilidade de relacionamento. Ao começar esse processo de relação, de percepção, ele estrutura níveis internos de sujeito – escondidos, não explicitados, não expostos. Em outras palavras, ele se percebe cercado de situações, coisas e pessoas que estão junto dele, com ele ou separadas deles, com ele ou contra ele: ele percebe semelhanças e dessemelhanças. Surgem os significados, as valências, os valores que vão estruturando, configurando os níveis de sujeito e de objeto” (Campos, 1993, p.30).

No livro *Desespero e Maldade* reafirmo a idéia de que o comportamento é estruturado pela percepção, mostrando a importância das leis de percepção, da lei de Figura-Fundo (Campos,

1999). Dedico-me ao estudo da percepção partindo do ponto em que a deixaram os gestaltistas⁶, chegando a conclusões como perceber é vivenciar, percepção é relação, tudo o que percebemos está contextualizado no presente, mesmo quando recordamos ou imaginamos, a vivência é sempre presente. Estas conclusões têm consequências importantes para a psicoterapia: o passado não explica o presente, o passado não interfere no presente, o presente é que modifica o passado. As explicações causalistas – Psicanálise e congêneres – sempre acham que o antes determina o depois. Mas o passado passou, se ele persiste, por memória⁷, ele é presente. O presente é um novo contexto a partir do qual se percebe o passado, ele, o passado, é modificado pelo contexto da percepção atual⁸ (Campos, 1999).

O meu conceito de percepção se apoia na *Gestalt Psychology*. Toda percepção se dá em termos de Figura-Fundo (Wertheimer, 1964), o que é percebido é a Figura, o Fundo nunca é percebido. Se Freud conhecesse a lei de Figura e Fundo, não teria em seu sistema divisões entre consciente e inconsciente.

Sem mente, sem inconsciente, com mais domínio das implicações dos processos perceptivos, da estrutura de seus constituintes, dediquei-me a entender o que é o ser, o si mesmo e o eu. O resultado destas reflexões é o livro *A Questão do Ser do Si Mesmo e do Eu*.

Vida psicológica é vida perceptiva, conseqüentemente problemas psicológicos são questões, distorções perceptivas. Um dos problemas humanos é aceitar que está no mundo e não precisar justificar isto, aceitar a vida, perceber suas possibilidades de relacionamento e suas necessidades de relacionamento. A essência humana, ou a característica do ser, é a possibilidade de estabelecer relações (Campos, 2002). “Não podemos dizer que ser é a relação, o ser é a possibilidade de. Essa lacuna, esse incompleto, esse apontar, esse aberto é preenchido, completado pelo outro, pelo além do ser, surgindo assim a relação, a resultante. O ser é a possibilidade de resultante, de dinâmica, de processo, de movimento. Sem o mundo, sem o outro não há a realização da possibilidade de relacionamento, desaparece, morre o ser. Falar do ser é

⁶ Para os gestaltistas, a apropriação dos dados sensoriais era instantânea e organizada; percepção não era organização de sensações. Sua grande contribuição foi extinguir o dualismo entre sensação e percepção (Cf. Wertheimer, 1964, p.115).

⁷ A memória, resíduo perceptivo, é uma maneira de atualizar, fazer aparecer acontecimentos já sucedidos. É através da memória que se presentifica o passado e, como o pensamento é um prolongamento da percepção, é através dele que antecipamos, presentificamos o futuro ou ampliamos e presentificamos nossas percepções passadas (Campos, 1999).

⁸ Às vezes pela própria configuração perceptiva existem no contexto induções (por Fechamento, Semelhança, Proximidade) que arrebatam e devastam o presente, esvaziando-o e espacializando o ser, mas, via de regra, a *Pregnância – Boa Forma* – do presente é um fato.

falar da possibilidade de relacionamento, falar da possibilidade de estar no mundo, do estar com o outro... Nos humanos o posicionamento do ser cria o eu, o ego, submetido e ancorado nos padrões relacionais” (Cf. Campos, 2002, p.36).

O ser é a possibilidade de relacionamento; seu posicionamento cria o eu, que é um sistema de referência mantido fundamentalmente pelos arquivos da memória.

Se o aparente é o real, como dizia Husserl (1950), se fenômeno é tudo que aparece, que se dá, eu me perguntei: o que é ilusão? Como conceituá-la sem dualismos? Responder esta pergunta me levou a escrever *A Realidade da Ilusão A Ilusão da Realidade*, “trazendo novos desdobramentos decorrentes da nossa conceituação de que vida psicológica é vida perceptiva. Conseguir responder à questão do que é o real e do que é a ilusão, sem dualismos, foi importante, fértil para o trabalho psicoterápico, permitindo inclusive abordar a loucura através de conceitos relacionais, perceptivos. O empirismo continua a influenciar a conceituação de realidade. Real, nessa visão é o denso, o que pode ser tocado. Qualquer coisa que fuja dessa característica obriga a novas classificações, como a de virtual, por exemplo. Não precisamos falar de realidade virtual, desde que real é tudo que é percebido. Perceber não significa elaborar sensações, perceber é o conhecimento que surge da relação que se estabelece com o outro, com o mundo e consigo mesmo” (Campos, 2004, p.7).

Tudo o que é percebido é real. Nas relações de Figura e Fundo, o percebido é sempre a Figura, o Fundo nunca é percebido enquanto Fundo, quando o é, se transforma em Figura; a isto os gestaltistas alemães chamavam reversibilidade perceptiva (Koffka, 1938). Para mim, ilusão é o não percebido, portanto, não real.

Na continuidade do desenvolvimento da teoria, vinha me ocupando da questão da linguagem e suas implicações conceituais na Psicoterapia Gestaltista. Estas reflexões estão em meu último livro *Linguagem e Psicoterapia Gestaltista*. Como definir linguagem em um contexto perceptivo, relacional? Como não a transformar em uma função inata, biológica? Entendendo que a construção da fala, a expressão do pensamento através de palavras, através da linguagem é um processo perceptivo. O percebido é nomeado, categorizado – este prolongamento perceptivo é o pensamento. Primeiro se percebe, depois se pensa, depois se fala. Esta afirmação difere das colocações que postulam que se não houver a palavra, não se percebe o objeto, não se pensa nele.

Hoje, posso dizer que tudo é relação. Este processo configura o psicológico e suas decorrências.

Trabalho psicoterápico

Neurose⁹ é a não aceitação geradora de posicionamentos, geradora de não aceitação da não aceitação, de fragmentações estruturais, divisões relacionais, de quebra de continuidades do estar-no-mundo com os outros e consigo mesmo. O ser humano, durante confrontos e constatações relacionais, evidencia não aceitação ou aceitação de suas percepções e situacionamentos (Cf. Campos, 1988).

A Psicoterapia Gestaltista, com o conceito de não aceitação, explica os posicionamentos responsáveis pelo autorreferenciamento gerador de impermeabilização e impossibilidades relacionais. Não aceitação é uma das atitudes básicas da neurose, ela é o saldo negativo do que é avaliado, tanto quanto pode ser seu saldo positivo. Neste sentido, o problema é a atitude de avaliação. Ao avaliar se faz um destaque, uma pausa nos fluxos relacionais, conseqüentemente, uma divisão entre sujeito e objeto. Esta divisão fragmenta, pontualiza. Os polos (sujeito-objeto) de uma unidade – ser-no-mundo – são transformados em posições, pontos de polarização e dispersão. Este novo desenho, cria uma geometria onde apenas existem pontos de convergência e de divergência. Está montado o autorreferenciamento, a tautologia se impõe. Tudo é percebido em função do eu, do sistema construído para convergências e divergências (Cf. Campos, 1993).

As possibilidades relacionais foram circunstancializadas: são valoradas e percebidas em função do que soma ou do que diminui, do que é bom ou é ruim, do que converge ou diverge das próprias referências. Convergência e divergência são mutáveis em função de circunstâncias; o único permanente e fixo é o próprio sistema de avaliação. Imagens, padrões, regras, medos e desejos sinalizam os caminhos a percorrer ou evitar, o autorreferenciamento aumenta, os recursos de avaliação também. As relações consigo mesmo, com o outro e com o mundo são avaliadas – é a verificação necessária para atender os procedimentos seletivos – e assim, o próprio eu, o outro e o mundo viram carcaças de onde o vital foi extraído. Tudo foi filtrado, não há mais o que filtrar.

⁹ Continuei usando o termo ‘neurose’ pois já está consagrado na literatura psicológica; apesar de ser o responsável por esta divulgação, o próprio Freud (1948) criticava a defasagem entre seu significado literal (desordem nervosa) e seu emprego na psicanálise como transtorno psicológico.

Desespero, pânico. Impossibilidades, dificuldades e sintomas. Crises. Geralmente, neste momento as psicoterapias são procuradas (Cf. Campos, 2002).

Aceitar o que não se aceita é a percepção que surge depois do processo psicoterápico de questionamento e globalização da não aceitação.

Aceitar que não se aceita é conviver com os próprios limites, com o problema e assim, ao se deter e se relacionar com o que não se aceita corta-se os deslocamentos engendrados pela não aceitação e responsáveis por metas e imagens. É uma vivência de inconveniência, de perda, de proteções retiradas que deixam tudo exposto, em carne viva. Este processo pode recriar a não aceitação da não aceitação, agora bem mais estruturada, pois a psicoterapia foi transformada em andaime, luz indicadora. Na dinâmica da não aceitação da não aceitação se quer eliminar inconveniências e manter conveniências. Recriam-se os valores, as avaliações, os destaques e o processo desumanizador recomeça; a psicoterapia deve ser cooptada ou destruída, abandonada, pois ela é percebida como aliada ou inimiga. Freud (1948) chamou isto de transferência, resistência, mecanismo de defesa e de destruição; ele via neste processo, a fatalidade instintivo-biológica do indivíduo, expressão da força motriz da libido ou do instinto destrutivo – Eros e Tanatos. Eros, deus do amor na mitologia grega e Tanatos, a morte, foram usados por Freud para designar as pulsões de vida em oposição às pulsões de morte. As pulsões podem ser entendidas como instintos de vida *versus* de morte, cujo processo dinâmico empurram o organismo em direção a um objetivo.

O todo não é a soma de suas partes; eu não pontualizo o processo. Para mim, quanto mais esvaziado, posicionado, refém de seus sistemas de filtragem/avaliação, mais sucumbe o indivíduo enquanto possibilidade de relacionamento, tanto quanto, mais se exalta o indivíduo na manutenção do que consegue e espera conseguir para satisfazer suas necessidades restauradoras (Cf. Campos, 2004).

A sociedade, em certo aspecto, é uma vitrine onde são expostos o que se consegue e o que se pode conseguir, dos adereços às metas; ela se constitui em uma sugestão graciosa para vencer, melhorar, realizar. Tudo pode aplacar o vazio, a dor, o medo, o desejo, basta ter a senha de acesso: dinheiro, poder, influências. As consequências são: não aceitação aplacada, mais necessidade de avaliação, mais não aceitação, mais desumanização. Todo relacionamento gera posicionamentos, geradores de novos relacionamentos e assim indefinidamente (Cf. Campos, 1988).

Antítese, impactos psicoterápicos resgatam e podem mudar esse esvaziamento desde que sempre estejam ultrapassando os posicionamentos gerados pelo processo.

A psicoterapia reorganiza, abrindo assim perspectivas, reintegrando as possibilidades relacionais ao dia-a-dia conturbado pela contingência, pelas necessidades, estruturando aceitação da não aceitação responsável pela abolição de limites e de obstáculos. O ser humano está no mundo com possibilidades, necessidades, caminhos, direções, limites, questionamentos e motivações a serem enfrentadas, realizadas ou abandonadas (Cf. Campos, 1993).

Psicoterapia é diálogo, é questionamento, é relacionamento. São dois seres humanos que se defrontam, que se encontram. “Ser psicoterapeuta é uma forma de ser no mundo com o outro. Não acredito que exista uma função psicoterápica, não vejo os processos relacionais em função de resultados, embora saiba que a profissão que exerço tem uma estrutura sócio-econômica bem delineada, funcionalmente especificada. Para mim, o que caracteriza o psicoterapeuta é a maneira como ele percebe, o que ele expressa – fala e comunica – como ele se estrutura, quais seus posicionamentos. Sempre tive um enfoque teórico, conceitual, por achar que só a partir daí posso perceber globalmente o outro que está comigo enquanto ‘cliente’. É esse enfoque teórico que me permite perceber o outro não como meu semelhante, pregnantemente, mas como uma queixa, uma dificuldade, uma mágoa, uma incapacidade, uma possibilidade não realizada, contingenciada, limitada por necessidades, um posicionado diante de mim” (Campos, 1993, p.127).

Conclusão

No início de meu trabalho de criação da Psicoterapia Gestaltista, era inevitável o diálogo com a Psicanálise pois ela era a teoria vigente em Psicologia. Eu discordava de sua metodologia não científica, seu elementarismo biológico e conseqüentemente de seu reducionismo instintivista. Além disso, sempre pensei que a Psicologia só poderia ajudar o homem se o conhecesse. Nesta perspectiva, fui buscar respostas ao que era o ser humano, e meu diálogo passou a ser, basicamente, com os psicólogos da *Gestalt Psychology* (Koffka, 1953, 1959; Koehler, 1955, 1957, 1959, 1964 e Wertheimer, 1961). Em 1912, eles conseguiram resolver um grande dualismo da Filosofia e da Psicologia: o dualismo entre sensação e percepção; não era mais necessário elaborar os dados sensoriais, a percepção já era organizada. Até o início da II

Guerra Mundial, os gestaltistas comprovaram os estudos perceptivos em seus laboratórios, entretanto, não havia condições históricas e teóricas para pensarem em trabalho psicoterápico. Todo o conhecimento até então por eles gerado, deixou claro para mim que, para se entender o humano, tinha de ser em termos de como ele percebe.

“Minha vivência psicoterápica tem sido um constante questionamento no sentido de não cegar a minha ferramenta de trabalho, eternizando um posicionamento teórico. Quando criei os conceitos responsáveis pela estruturação da Psicoterapia Gestaltista, além de achar que a neurose era fundamentalmente não aceitação, conceituava percepção como conhecer pelos sentidos, seguindo a fundamentação gestaltista, antidualista e não apoiada na hipótese do inconsciente. Nesse contexto, eu acreditava que, através da atitude de aceitação, realizaria a antítese necessária à mudança (...) Mais tarde percebi que conhecer pelos sentidos, percepção, era relação. Essa globalização de processos me fez enfatizar o questionamento como alavanca propiciadora de mudança, pois neurose basicamente era distorção perceptiva, daí o questionamento, a denúncia possibilitarem outras percepções responsáveis por mudanças. Mudando a percepção, muda-se o comportamento, era o conceito dominante (...) percebo também que percepção é vivência, que neurose é posicionamento. Daí minha atitude psicoterápica de antítese basicamente se caracterizar pela quebra de posicionamentos” (Cf. Campos, 1993).

Bibliografia

- Academia de Ciências da URSS. (1956). *Materialismo Dialético*. Rio de Janeiro. Editora Vitória.
- Campos, V.F.A. (1973). *Psicoterapia Gestaltista Conceituações*. Rio de Janeiro: Edição do Autor.
- Campos, V.F.A. (1978). *Mudança e Psicoterapia Gestaltista*. Rio de Janeiro: Zahar Editores.
- Campos, V.F.A. (1983). *Individualidade, Questionamento e Psicoterapia Gestaltista*. Rio de Janeiro: Alhambra.
- Campos, V.F.A. (1988). *Relacionamento Trajetória do Humano*. Salvador: Edição do Autor.
- Campos, V.F.A. (1993). *Terra e Ouro São Iguais – Percepção em Psicoterapia Gestaltista*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor.
- Campos, V.F.A. (1999). *Desespero e Maldade Estudos Perceptivos Relação Figura Fundo*. Salvador: Edição do Autor.
- Campos, V.F.A. (2002). *A Questão do Ser, do Si Mesmo e do Eu*. Rio de Janeiro: Relume Dumará.
- Campos, V.F.A. (2004). *A Realidade da Ilusão, A Ilusão da Realidade*. Rio de Janeiro: Relume Dumará.
- Campos, V.F.A. (2012, em preparação). *Linguagem e Psicoterapia Gestaltista*.
- Freud, S. (1948). *Obras Completas*. (Vols. I, II e III). Madrid: Biblioteca Nueva.
- Freud, S. (2010). *Freud-1911-1913-O Caso Schreber e Outros Textos*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Freud, S. (2010). *Freud-1914-1916-Ensaio de Metapsicologia e Outros Textos*. São Paulo: Companhia das letras.
- Freud, S. (2010). *Freud-1917-1920-O Homem dos Lobos e Outros Textos*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Freud, S. (2010). *Freud-1920-1923-Psicologia das Massas e Análise do Eu e Outros Textos*. São Paulo.: Companhia das Letras.
- Freud, S. (2010). *Freud-1923-1925-O Eu e o Id e Outros Textos*. São Paulo: Companhia das Letras.

- Freud, S. (2010). *Freud-1930-1936-O Mal-Estar na Civilização e Outros Textos*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Garcia-Roza, L.A. (1987). *Freud e o Inconsciente*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor.
- Hume, D. (2004). *Investigações Sobre o Entendimento Humano e Sobre os Princípios da Moral*. São Paulo: UNESP.
- Husserl, E. (1950). *Idées Directrices Pour Une Phénoménologie*. Paris: Gallimard.
- Jung, C.G. (1970). *The Practice of Psychotherapy*. New Jersey: Princeton University Press.
- Kant, I. (1994). *Crítica da Razão Pura*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Koehler, W. (1955). *Dinamica en Psicologia*. Buenos Aires: Paidos.
- Koehler, W. (1957). *The Mentality of Apes*. London: Pelican Books.
- Koehler, W. (1959). *The Place of Value in a World of Facts*. New York: Meridian Books.
- Koehler, W. (1964). *Psychologie de la Forme*. Paris: Gallimard.
- Koffka, K. (1953). *Princípios de Psicologia de la Forma*. Buenos Aires: Paidos.
- Koffka, K. (1959). *The Growth of the Mind-An Introduction to Child Psychology*. New Jersey: Littlefield Adams and Company.
- Koffka, K. (1938). *A Source Book of Gestalt Psychology*. London: Routledge & Kegan Paul Ltd.
- Lewin, K. (1964). *Psychologie Dynamique-Les Relations Humaines*. Paris: PUF.
- Lewin, K. (1965). *Teoria do Campo em Ciência Social*. São Paulo: Livraria Pioneira Editora.
- Lewin, K. (1966). *Principles of Topological Psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Locke, J. (1956). *Ensayo Sobre el Entendimiento Humano*. Cidade do Mexico: Fondo de Cultura Economica.
- Perls, F.S. (1969). *Ego, Hunger and Aggression*. New York: Vintage Books Random House.
- Perls, F.S. (1969). *Gestalt Therapy Verbatim*. Moab-Utah: Real People Press.
- Shepherd, I.L. & Fagan, J. (1973). *Gestalt-Terapia Teoria, Técnicas e Aplicações*. Rio de Janeiro: Zahar Editores.
- Van den Berg, J.H. (1966). *O Paciente Psiquiátrico*. São Paulo: Mestre Jou.
- Wertheimer, M. (1961). *Productive Thinking*. London: Social Science Paperbacks.
- Wertheimer, M. (1964). *Readings in Perception*. New York: Van Nostrand Co. Inc.

Como citar este artigo:

Campos, V.F.A. (2012). Criação, questões e soluções da Psicoterapia Gestaltista. *Revista E-Psi*, 2 (1), 35-54.