

O PSICOTERAPEUTA EM ACÇÃO: A PROBLEMATIZAÇÃO CONSTRUTIVISTA DA PSICOTERAPIA
Cortez, H., Santos, E., & Ferreira, J. A. (2008).

Resumo:

Neste sintético texto, procura-se reflectir sobre as bases do aconselhamento/psicoterapia construtivista, a partir de uma perspectiva metalinguística. Algumas premissas para a intervenção e investigação são identificadas.

Palavras-chave: psicoterapia, construtivismo, metalinguagem

PSYCHOTHERAPIST IN ACTION: THE CONSTRUCTIVIST PROBLEMATIZATION OF PSYCHOTHERAPY
Cortez, H., Santos, E., & Ferreira, J. A. (2008).

Abstract:

In this brief text, the authors reflect about the psychological constructivist basis for the process of counseling/psychotherapy, from a metalanguage perspective. Some considerations for intervention and research are identified.

Key-words: psychotherapy, constructivism, metalanguage

Introdução

O paradigma narrativo na psicoterapia apresenta-se como uma das formas de expressão daquilo que se designou como "terceira via" para a psicologia clínica, campo de inovação construtivista e fenomenológico, e, simultaneamente, campo de convergência dos modelos comportamentalistas e psicodinâmicos.

A expressão narrativa desta abordagem construtivista psicoterapêutica ganha, assim, na ênfase sobre o discurso uma modalidade clínica bastante bem aceite na área da saúde mental (cf. Gonçalves & Gonçalves, 2000).

A mudança comportamental ou de funcionamento da personalidade, enquanto objecto primordial da psicoterapia, e entendida como um processo de co-construção linguística, muito semelhante a análise lacaniana do processo psicanalítico (Lacan, 1980).

"Se as pessoas são textos"

Esta metáfora que Gergen (1988) nos apresenta é a base conceptual de uma prática psicoterapêutica em que o clínico terá de no primeiro momento, do ponto de vista técnico, funcionar como um hermeneuta. O que se pretende é a interpretação de uma narrativa pessoal através da construção de um discurso clínico sobre a "doença", feito de interações sistémicas de macro-textos científicos sobre a nosografia em questão, de molde a que na "conversa" terapêutica emergja um novo discurso individual por parte do paciente.

Esta abordagem fenomenológica, da explicação do fenómeno pelo fenómeno, radica-se numa perspectiva que entende que o comportamento possui uma estrutura linguística, não apenas no sentido formal, mas virtual, pois ele carrega "um fantasma no texto" que é preciso libertar para que o discurso flua de modo criativo e não neurótico.

O psicoterapeuta será, então, alguém que problematizara as raízes de um texto pessoal que se encontra bloqueado, como se de um "bloqueio de escrita" se tratasse. . O seu

trabalho será o de ir de encontro à arqueologia da narrativa pessoal, mas com um sentido agêntico, isto é, partindo do material explanado para construir outras semânticas e gramáticas comportamentais e personalísticas.

A psicoterapia como meta-teoria

Desde nomes fundadores do construtivismo como Kelly ou Watzlawick, que a psicoterapia se pode analogicamente entender como a criação de uma meta-teoria clínica sobre uma teoria disfuncional do paciente (Chiari & Nuzzo, 1996). E o trabalho da palavra que carrega significados a procura de um sentido vivencial. A palavra terapêutica, ou a "conversa" que procura objectivar uma narrativa a partir da análise psicolinguística do discurso, articula mundos subjectivos e exteriores, através da criação de um espaço comunicacional e de transitividade. Se a realidade é inventada, então haverá que a fantasiar de novo quando esta se apropriar do seu autor. Será esta a acção do psicoterapeuta, que no bom sentido piagetiano, deverá provocar desequilíbrios ou tensões que permitam a construção de novos esquemas de conhecimento e de operações mentais e comportamentais. Ainda neste enquadramento, se é a metacognição que catalisa a própria cognição, deverá do ponto de vista discursivo, ser a teoria sobre a teoria o catalisador da reorganização clínica da narrativa.

Contextualização sociocultural do discurso: o exemplo pela metáfora

Na sequência do exposto anteriormente, se existe uma construção (social) do discurso e da narrativa, será importante que o terapeuta no seu trabalho de problematização construtivista ganhe consciência do contexto sociocultural de produção dos comportamentos e das estruturas da personalidade.

A manipulação simbólica do mundo que nos envolve não é um processo meramente intimista, mas pressupõe intersubjectividade. O funcionamento mental é acção humana, o que numa acepção vygotkiana poderíamos tematizar afirmando que o "intramental" é "intermental" (Wertsch, del Rio & Alvarez, 1995).

Um possível exemplo relativo a esta preocupação diz respeito a utilização de metáforas no discurso, desafio importante numa perspectiva conversacional de transformação das narrativas. As metáforas, importante elemento psicolinguístico e de organização dos comportamentos, cognições e emoções (Lakoff, 1987, Lakoff & Johnson, 1980), são fundamentais na análise clínica por parte do psicoterapeuta. Um estudo que reportamos como demonstração desta ideia (Yu, 1995), revela-nos que "apenas" a diferença de linguagem materna de socialização pode funcionar como factor diferenciador nas expressões emocionais de, por exemplo, raiva e felicidade! Numa investigação comparativa entre a cultura chinesa e inglesa, verificou-se que, embora ambas utilizem a imagem do "calor", as expressões chinesas de raiva e de felicidade têm com maior frequência como referentes as vísceras corporais, numa clara aceção a uma concepção "yin-yang" da mente, e aos cinco elementos da medicina tradicional.

Se as pessoas são textos, e a prática da psicoterapia se pode assemelhar a uma análise do texto, enquanto estabelecimento de uma meta-teoria sobre a teoria implícita no discurso do paciente, então não nos podemos esquecer dos "con-textos", para que a problematização construtivista da psicoterapia se adeque à linguagem "materna" na conversa terapêutica.

Conclusão: algumas premissas para o trabalho terapêutico

De acordo com as reflexões apresentadas acima, poderíamos, em síntese, estabelecer algumas ideias orientadoras para o trabalho terapêutico. Assim:

- as pessoas são sistemas linguísticos geradores de significados. O processo terapêutico é um sistema linguístico;
- os significados comportamentais dos discursos narrativos são construídos socialmente através de interacções psicossociais, e só existem na e pela acção. O processo terapêutico exige acção pela comunicação;
- o sistema terapêutico é um sistema dialógico de comunicação à volta de um "problema". O psicoterapeuta será um "des-re-organizador" coalescente com o cliente / problema;

- a psicoterapia é um evento linguístico de dissolução do problema através da sua auto-dissolução, devolvendo o cliente à produção social de novas narrativas;
 - o terapeuta é um "artista" conversacional, arquitecto dialógico, que criara espaços de comunicação facilitadores da criação auto-poiética do paciente;
 - esta conversa terapêutica devesse partir de uma posição de "nao-conhecimento" prévio da clínica envolvida, pois um método racional *a priori* poderá enviesar a capacidade deste em captar a essência fenomenológica do problema;
 - o sentido último da psicoterapia é desbloquear o potencial criativo e agêntico do paciente através da palavra libertadora;
 - a competência do psicoterapeuta consiste em conseguir participar num complexo mundo de criação de sentidos e de "non-sense" como agente conversacional.
- (in Anderson & Goolishian, 1992)

Referências bibliográficas

- Anderson, H., & Goolishian, H. (1992). The client is the expert: A not-knowing approach to therapy. In S. McNamee & K. J. Gergen (Eds.), *Therapy as social construction* (pp. 25-39). London: Sage.
- Chiari, G., & Nuzzo, M. L. (1996). Psychological Constructivisms: A Metatheoretical Differentiation, *Journal of Constructivist Psychology*, vol. 9, 5, 163-184.
- Gergen, K. J. (1988). If Persons Are Texts. In S. B. Messer, L. A. Sass & R. L. Woolfbk (Eds.), *Hermeneutics and Psychological Theory; Interpretive perspectives on personality, psychotherapy, and psychopathology* (pp. 28-51). New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.
- Gonçalves, M. M., & Gonçalves, O. F. (Eds.) (2000). *Psicoterapia, discurso e narrativa: a construção conversacional da mudança*. Coimbra: Quarteto.
- Lacan, J. (1980). *O mito individual do neurótico*. Lisboa: Assirio & Alvim.
- Lakoff, G. (1987). *Women, fire, and dangerous things: What categories reveal about the mind*. Chicago: Chicago University Press.

Lakoff, G., & Johnson, M. (1980). *Metaphors we live by*. Chicago: Chicago University Press.

Wertsch, J. V., del Rio, P., & Alvarez, A. (Eds.) (1995). *Sociocultural Studies of Mind*. Cambridge: Cambridge University Press.

Yu, N. (1995). Metaphorical Expressions of Anger and Happiness in English and Chinese, *Metaphor and Symbolic Activity*, 10, 2, 59-92.