A explicação na supervisão de psicoterapia

ROGÉRIO CHRISTIANO BUYS

1. Introdução; 2. A explicação na situação de supervisão; 3. Conclusão; 4. As relações entre grupo de estudos, supervisão e atendimento.

1. Introdução

A supervisão de psicoterapia é uma situação muito complexa na qual estão presentes e, em mesmo nível de importância, muitos e diferentes aspectos. Para apenas citar alguns, o nível de conhecimento teórico do supervisando; sua capacidade de organizar o aspecto cognitivo da experiência vivida, tanto na relação com seu cliente quanto na relação com o supervisor; sua disponibilidade (abertura à experiência), para entrar em uma relação profunda com o supervisor para que a supervisão seja realmente efetiva; atitude de independência tanto intelectual quanto emocional que permita uma visão crítica e pessoal de sua aprendizagem etc. Em relação ao supervisor as mesmas condições são necessárias, fazendo-se as devidas transposições, acrescentando-se ainda, naturalmente, uma longa e profícua experiência terapêutica e ainda mais uma atitude didática em relação ao supervisando.

As qualidades referidas quanto ao supervisor se objetivam em suas intervenções (sua comunicação) com o supervisando, às quais poderíamos dividir, esquematicamente, em dois níveis: experimental e didático. Em trabalho anterior, o assunto já foi ventilado. Resumiremos aqui, brevemente, estes dois níveis. A intervenção experiencial é aquela que focaliza a experiência sentida, ou seja, os sentimentos gerados na relação de supervisando com seu cliente e do supervisando com o supervisor, enquanto que as intervenções didáticas organizam, em nível cognitivo, esta experiência. Em uma linguagem gendliniana poderíamos dizer que as primeiras focalizam o implicitamente sentido, enquanto que as segundas o conhecimento explícito das primeiras.

Neste trabalho nos restringiremos à segunda forma de intervenção, a organização cognitiva da experiência sentida na situação de supervisão.

No nível didático da supervisão tem importância central a explicação. Existem outros pontos práticos da situação de psicoterapia, mas que são secundários face à relevância da explicação.

Examinaremos esquematicamente a explicação de maneira geral e a explicação na ciência para depois situá-la no âmbito da supervisão, mais profundamente.

Dois aspectos estão presentes na elucidação da realidade: algo que suscita no homem uma explicação (pode ser um evento, uma lei ou mesmo uma teoria) e a explicação desse algo. Chamaremos ao primeiro aspecto *explicandum* e ao segundo *explicans*. Existem vários tipos de explicação, dependendo da natureza do *explicans*.. Por exemplo, a explicação do senso comum é aquela cujo *explicans* é baseado no conhecimento inespecífico, partilhado pela maioria das pessoas, ou seja, não requer nenhum conhecimento particular para ser compreendida. Existe a explicação religiosa que é aquela em que o *explicans* é baseado na doutrina de uma dada religião. Existe ainda a explicação mítica cujo *explicans* é constituído por um mito, ou vários mitos, que explicam a realidade. Entretanto, interessa-nos aqui a explicação científica que tem como *explicans* uma teoria científica e como *explicandum* um fato, lei ou teoria, relevantes, e que o conhecimento comum não pode explicar.

Resumindo, explicação científica é aquela que é baseada em uma teoria científica. Não nos alongaremos discutindo a natureza das teorias científicas. Diremos que teoria científica é aquela que segue as normas atuais de construção de teoria.

Dentro da explicação científica distinguiremos dois níveis muito importantes: a explicação teórica e a explicação técnica, a qual é derivada de uma teoria científica. Um fato é explicado cientificamente quando o é através de uma lei (ou leis) pertencentes ao corpo de uma dada teoria científica. Um fato é explicado tecnicamente quando o é através de regras as quais são derivadas das leis que constituem uma teoria científica. A teoria está preocupada com o conhecimento enquanto que a técnica está preocupada com a aplicação de conhecimento. As regras técnicas são regras de comportamento, de como fazer determinadas coisas, e quando estas regras são criadas a partir de conhecimento científico a explicação delas decorrentes é técnico-científica.

Examinaremos a seguir a importância que as considerações anteriores têm para a supervisão de psicoterapia.

2. A explicação na situação de supervisão

A psicoterapia é uma tecnologia derivada de um corpo teórico, a teoria da personalidade, do desenvolvimento e da psicoterapia. Aqui já se levanta uma questão: o psicoterapeuta deve ser um técnico ou um cientista? A resposta que daremos a esta pergunta orientará nossa atuação no sentido de que nossas intervenções didáticas sejam mais técnicas ou mais teóricas. Pensamos que o psicoterapeuta deve ser um técnico, porém, com um profundo embasamento teórico e é esta a orientação deste trabalho, ainda que possam existir outras posições.

A partir deste posicionamento algumas questões de importância são levantadas. Enumeraremos algumas questões que julgamos mais significativas e em seguida proporemos respostas.

1. Quando alguma parte da comunicação do supervisando se torna um *explicandum*?
2. Quando o *explicandum* é um fato ou um processo?
3. Qual a natureza do *explicandum*: a) experiencial? b) teórica? c) técnica?
4. Em relação ao *explicans* teórico: a) qual deve ser sua extensão? b) qual deve ser sua profundidade? c) qual deve ser seu volume?
5. No caso do *explicans* técnico: a) quando a compreensão da explicação técnica deve ser um aprendizado? b) quando a compreensão da explicação técnica deve ser um reaprendizado?

Antes de prosseguirmos é necessário frisar que explicação teórica não é necessariamente citar leis, assim como explicação técnica não é necessariamente citar regras. Entendemos como

explicação teórica aquela que aponta à teoria e explicação técnica a que aponta à maneira de fazer (ou não fazer). Em outras palavras, a explicação teórica é um comentário que se refere imediatamente à teoria e mediatamente à maneira de trabalhar com o cliente. Ela parte do cliente para uma generalização (teoria) ou parte de uma generalização para o cliente, porém, sempre generalização e cliente nitidamente ligados. A pura generalização cabe ao grupo de estudos.

A explicação técnica faz o caminho inverso, ou seja, refere-se imediatamente à maneira de trabalhar com o cliente e mediatamente à teoria.

Outro ponto importante a esclarecer é que o grupo de estudos parece-nos essencial. É o lugar onde os aspectos filosóficos e teóricos devem ser discutidos, livrando a supervisão de uma sobrecarga que ela não atenderá a menos que deixe de ser supervisão. Voltaremos a este assunto mais adiante.

Como última observação: pensamos que cabe tanto ao supervisor quanto ao supervisando dar e pedir explicações; não deve haver delimitação de tarefas, que implicaria uma limitação da supervisão.

1. Quando alguma parte da comunicação do cliente se torna um *explicandum?*

A resposta mais óbvia a esta pergunta é: quando algum aspecto da relação terapeuta-cliente não é entendida, ou pelo supervisando ou pelo supervisor. Uma resposta menos óbvia poderia ser que todo o processo terapêutico é um *explicandum* no sentido de que todos os passos do processo, mesmo quando compreendidos, merecem uma reflexão teórica. Ainda mais, a própria reflexão teórica pode ser tomada como *explicandum*, tornando-se, assim, um processo contínuo de aprofundamento do conhecimento. Porém, este último caso é mais próprio do grupo de estudos, ficando a supervisão com os aspectos mais imediatos da relação terapeuta-cliente, vale dizer, as dúvidas na compreensão do que está ocorrendo nesta relação.

No momento em que destinamos à supervisão esta limitação do *explicandum* surge a pergunta seguinte.

2. Quando o *explicandum* é um fato ou um processo?

O *explicandum* pode ser um fato ou um processo: é um fato quando é um instante ou um ponto da relação terapeuta-cliente, enquanto que é um processo (ou parte dele) quando é uma mudança na comunicação do cliente.

Entretanto, nem sempre está claro na supervisão esta distinção. Faz-se necessário então apurar se um fato na verdade não é um processo mais amplo que o englobe e que não está sendo compreendido, coisa que ocorre com freqüência. Sempre que um fato é apresentado como *explicandum* é importante proceder-se a uma "pesquisa de limites" para verificar-se se não é o processo no qual se situa o fato que não está sendo entendido.

A explicação de um fato ou de um processo são diferentes na medida em que a explicação de um fato é mais simples e mais superficial, enquanto que a explicação de um processo é mais extensa e mais profunda. A apuração sobre a extensão do *explicandum,* fato ou processo, previne a ocorrência de explicações superficiais, quando seriam necessárias explicações mais extensas e profundas, poupando o supervisando daquela vaga sensação de não-entendimento mesmo diante de uma explicação *clara e concisa*, porém, superficial e que não atende às suas reais necessidades.

3. Qual a natureza do *explicandum*?

a) Quando o *explicandum* é teórico?

O *explicandum* é teórico quando está na relação entre a maneira como o supervisando está lidando com seu cliente (técnica), e a fundamentação teórica deste procedimento. A explicação teórica liga a técnica à teoria, dando inteligibilidade à primeira. Sendo as técnicas decorrentes da teoria, a explicação teórica deve responder ao porquê das técnicas.

A ausência da explicação teórica ou o descaso dela leva a uma prática de baixo nível no sentido da compreensão do processo como um todo; não favorece uma visão crítica da atuação terapêutica nem a sua constante renovação e aprofundamento.

Deve-se notar, entretanto, que tanto a teoria enriquece a prática e a fundamenta, quanto a prática questiona a teoria, igualmente a enriquecendo. Não deve existir unidirecionalidade da teoria à prática. Daí a explicação teórica não só fundamentar a prática como deve ser fundamentada por ela.

b) Quando o *explicandum* é técnico?

O *explicandum* é técnico quando diz respeito ao *como fazer*, desde que haja compreensão experiencial e compreensão teórica, mas o supervisando não tem *instrumentos* para lidar com a situação apresentada. Qualquer das duas últimas formas de compreensão têm procedência sobre a primeira, ou seja, se não houver compreensão empática nem compreensão geral do comportamento do cliente por parte do supervisando, a explicação técnica tenderá a se tornar pura mecanização da relação terapêutica deixando, portanto, de ser terapêutica.

A explicação técnica tem por objetivo esclarecer a maneira como o supervisando pode lidar com seu cliente, porém, sem perdermos de vista que ela deve ser a objetivação de uma atitude (aspecto experiencial) e de um conhecimento (aspecto teórico). Daí se não houver uma nítida articulação entre a técnica e estes dois aspectos, ela se torna *desvitalizada*, mecânica e impessoal.

Na abordagem centrada na pessoa o ponto de articulação da teoria com a prática são as atitudes básicas, descritas por Rogers, como congruência, empatia e consideração positiva incondicional, as quais são fundamentadas teoricamente. Toda técnica nesta abordagem tem como ponto de partida as atitudes acima referidas, mas que se podem objetivar de muitas formas na relação terapêutica. Nesse sentido a explicação técnica busca sua finalidade, assinalada no parágrafo anterior, através de um esforço no qual supervisor e supervisando procuram a melhor forma de expressão terapêutica deste último. Em outras palavras, a explicação técnica é um instrumento de criação e aperfeiçoamento de modos de procedimentos terapêuticos e se faz necessária na medida em que esses procedimentos ou não existam ou que existam procedimentos outros, antiterapêuticos, como veremos mais adiante. Entretanto, queríamos que ficasse claro, pelo exposto acima, que a explicação técnica deve consistir em fórmulas prontas.

4. Em relação ao *explicans* teórico.

a) Qual deve ser a extensão do *explicans*?

Na supervisão o *explicans* deve ter a extensão suficiente para *cobrir* o *explicandum* da forma mais econômica possível. Extensas explicações teóricas na supervisão desviam a atenção do supervisando, fazendo-o perder o fio da meada, *intelectualizando* a supervisão. Pensamos que

a explicação teórica na supervisão deve cingir-se especificamente ao *explicandum* e remeter o supervisando ao grupo de estudos onde caberia a ampliação da explicação dada.

Como já vimos anteriormente a explicação teórica de um fato e de um processo são diferentes em extensão. Quanto ao fato ela deve ser dada de maneira a situá-la no contexto do processo que está ocorrendo na relação terapeuta-cliente. Quanto ao processo deve ser dada de maneira a ligar as duas *pontas* da parte do processo que se tornou *explicandum*, isto é, não-entendido, no processo mais amplo. No caso de um processo inteiro ser *explicandum*, a explicação teórica deverá situá-lo dentro do processo que o englobe. Neste último caso, que são explicações mais extensas, talvez seja necessário fazer uma revisão no grupo de estudos.

Chamamos de um processo um período da terapia que tem um começo, meio e fim. O processo terapêutico como um todo é uma sucessão de subprocessos encadeados e que variam em extensão e importância e se caracterizam tanto pela forma de comunicação do cliente, quanto pelo seu conteúdo. A passagem de um subprocesso a outro implica, portanto, uma forma diferente de comunicação e com conteúdos diferentes, ainda que o cliente possa eventualmente se referir parcialmente às mesmas coisas, estas terão aspectos novos.

Em resumo, mesmo quando se tratar de explicações de processo estas devem ser dadas de maneira sucinta durante a supervisão, pois ela não é lugar de ampliação do conhecimento teórico, que cabe ao grupo de estudos, e por ser a psicoterapia uma atividade técnica.

b) Qual dever ser a profundidade do *explicans?*

Inversamente à extensão a profundidade dever ser privilegiada na supervisão. Entretanto, antes de abordarmos diretamente o assunto é conveniente examinarmos mais detidamente, ainda que de maneira esquemática, o conceito de profundidade na abordagem centrada na pessoa.

Entendemos como *mais profundas* aqueles aspectos da comunicação do cliente que não são dados imediatamente, observáveis, mas que são hipotetizados na relação terapeuta-cliente como mediadores entre *entrada e saída*, ou seja, entre a realidade percebida pelo cliente e sua resposta a ela. Não estamos falando de um inconsciente como um subsistema inerente ao psiquismo, nem de um manifesto e latente a ser interpretado pelo terapeuta, mas em processo que eventualmente não estão sendo *simbolizados* em nível cognitivo, porém, que são sempre concretamente sentidos em nível afetivo, emocional. O assunto demanda uma longa discussão que entendemos não ser este o local apropriado para ela. Pretendemos apenas aqui esclarecer nossos termos.

Nessa acepção, explicação profunda é aquela que busca os processos subjacentes à relação terapeuta-cliente na relação supervisor-supervisando. A explicação, compreensão e discussão destes processos é que dão sentido e vida à teoria; aqui é o ponto de junção da teoria com a realidade psicológica, é o ponto gerador da teoria e das técnicas delas decorrentes. É através da compreensão desses processos que se diferencia um terapeuta de uma pessoa sensível, empática. Aprofundar a compreensão, através da explicação significa entrar mais e mais na intimidade da experiência humana e dispor-se a isso, sem medo mas com cuidado; sem preconceitos mas com uma visão consistente do funcionamento psicológico; sem buscar-se a si mesmo mas sabendo o outro um semelhante, é o que entendemos por um ser terapeuta. É na supervisão, por estar mais próxima do atendimento psicoterapêutico e onde os aspectos experienciais são intensamente tratados, que cabe esse tipo de explicação, ficando para o grupo de estudos a teoria em sua extensão. Cabe, portanto, à relação supervisor-supervisando a apropriação de conhecimento mais profundo, por parte do último, como também e principalmente o desenvolvimento de sua capacidade de alcançá-lo.

c) Qual deve ser seu volume?

O volume é a relação entre extensão e profundidade e como já ficou visto, na supervisão deve ser privilegiada a dimensão profundidade, ficando a situação inversa no grupo de estudos, isto é, deve ser enfatizada a dimensão extensão.

Entretanto, devemos observar um certo equilíbrio entre o volume das explicações teóricas e técnicas por um lado e as intervenções experienciais por outro. Não é nítida a relação entre o volume dessas duas formas básicas de intervenção. O que nos parece é que não é conveniente a predominância de qualquer delas, um descompasso que fatalmente seria prejudicial. Parece haver uma interação entre elas na qual cada uma dá significado à outra.

5. Em relação ao *explicans* técnico.

a) Quando a explicação técnica cria procedimentos terapêuticos?

Evidentemente quando eles não existem. Por exemplo, não é comum a resposta terapêutica ser familiar ao iniciante. Ela tem certas regras e ocorre numa relação (terapêutica), onde também existem certas regras. A situação terapêutica assim como a resposta terapêutica devem ser explicadas ao supervisando para que este crie sua forma pessoal de atuação terapêutica, que não possuía antes.

b) Quando a explicação técnica recria procedimentos terapêuticos?

No começo e na continuidade de uma relação qualquer, ocorre sempre o estabelecimento de regras implícitas, geradoras de procedimentos, colocados por ambos os componentes da relação e que vão regulando o comportamento destes. Essas regras devem ser levadas em conta na explicação técnica, pois elas podem gerar procedimentos contrários aos gerados pelas regras derivadas da teoria, dificultando ou até impedindo sua eficácia. É necessário que o supervisor esteja atento a essas regras implícitas, colocadas pelo supervisando, que as analise junto com ele, para que sejam substituídas por outras mais terapêuticas. Uma pessoa com um estilo de relacionamento autoritário, por exemplo, provavelmente terá muita dificuldade em assimilar as explicações técnicas em uma abordagem centrada na pessoa.

Em resumo, a explicação teórica responde à pergunta *como entender*? , enquanto que a explicação técnica responde à pergunta *como fazer*?

Na prática da supervisão essas duas formas de explicação se interpenetram e acontecem sem uma regularidade previsível, porém, mantendo suas peculiaridades próprias sem se confundirem. É importante que o supervisor perceba qual a natureza do *explicandum* proposta na comunicação do supervisando, porque uma forma de explicação não substitui a outra e a ocorrência de confusão entre as duas resulta em confusão e insegurança para o supervisando. Da mesma maneira que a explicação técnica dada sem a análise e conscientização das regras antiterapêuticas implicitamente colocadas pelo supervisando na relação com seu cliente pode ter conseqüências desastrosas, como angústia, perplexidade, sensação de incapacidade, etc.

3. Conclusão

A intervenção didática tem dupla função no contexto da supervisão de psicoterapia, cada função relacionada com seu nível teórico e técnico. Ao nível teórico capacita o

supervisando com visão ampla e crítica, ao mesmo tempo que profunda, do processo terapêutico. Ao nível técnico, oferece ao supervisando instrumentos concretos, comportamentos, para trabalhar com seu cliente em psicoterapia.

Quanto à sua natureza, a explicação teórica é caracterizada por duas dimensões – extensão e profundidade, cabendo ao grupo de estudos a primeira, enquanto que a segunda é a própria da supervisão.

Em relação à explicação técnica, sua natureza é prática, comportamental, criadora e recriadora do *modus operandi* psicoterapêutico.

As condições para que sejam efetivas as intèrvenções didáticas podem ser relacionadas como se segue.

1. As explicações teóricas do supervisor serão efetivas em sua extensão na medida em que o supervisando as possa colocar integralmente no contexto de seus conhecimentos, em outras palavras, que elas se *encaixem* no que já conhece, sem acrescentar nada de novo, mas dando a este conhecimento mais consistência e profundidade. Vemos que aqui é preponderante o papel do grupo de estudos.
2. As explicações teóricas do supervisor serão efetivas em sua profundidade na medida em que o supervisando as possa *sentir* em sua profundidade. Aqui é preponderante a relação supervisor-supervisando. A efetividade das explicações mais profundas será determinada pelo nível de profundidade da relação em que elas ocorrem (talvez daí a inefetividade em se tentar ensinar em profundidade psicoterapia em sala de aula).
3. As explicações técnicas serão efetivas na medida em que o supervisando se sinta livre em, a partir delas, procurar a sua maneira pessoal de objetivá-las. O cerceamento desta liberdade essencial e insubstituível ao desenvolvimento do supervisando, pode-se dar: a) por dificuldades pessoais do supervisando, como padrões rígidos de comportamento, preconceitos, enfim, atitudes e comportamentos antiterapêuticos; b) por uma relação supervisor-supervisando ou superficial ou estreita com padrões rígidos, que desencorajam a criatividade e a busca de identidade do supervisando, o que resulta em comportamentos *certos* – impessoais e pouco terapêuticos. Aqui as dificuldades são do supervisor.

4. As relações entre grupo de estudos, supervisão e atendimento

O grupo de estudos é o espaço destinado à discussão teórica sem a preocupação imediata com o trabalho psicoterapêutico realizado pelo supervisando. Ao grupo de estudos está reservado o estudo, principalmente em extensão, da teoria e das técnicas delas decorrentes, porém, mantendo sempre um caráter de generalidade, isto é, evitando-se a discussão de casos específicos, o que fica melhor em reuniões didáticas, em sessões de estudo de casos etc. É necessário, em nossa opinião, que estes três momentos do treinamento psicoterapêutico – grupo de estudos, supervisão e atendimento psicoterapêutico – mantenham seus limites nitidamente diferenciados para que o supervisando tenha clara consciência deles.

A supervisão deve funcionar, em nossa opinião, como conexão entre a prática, o atendimento psicoterapêutico e a teoria, o grupo de estudos. Ela é a instância de elaboração das informações provenientes do grupo de estudos e do atendimento, informações de naturezas diferentes, que são então articuladas e integradas. Para isso é necessário que a supervisão se coloque eqüidistante do atendimento e do grupo de estudos. Se ela se aproxima mais do atendimento distanciando-se do grupo de estudos, tende a tornar-se *muito experiencial*, preju-

dicando-se nos aspectos teóricos. Se se aproxima mais do grupo de estudos distanciando-se do atendimento tende a tornar-se *muito intelectual*, prejudicando-se nos aspectos experienciais. A última alternativa, e talvez a pior de todas, é a aproximação demasiada dessas três instâncias, quando eles perdem seus limites, confundindo-se entre si. Isto não é raro, principalmente na abordagem centrada na pessoa, por uma distorção de seus princípios, pensamos nós.

A eqüidistância entre supervisão, grupo de estudos e atendimento psicoterapêutico dá ao supervisando, claramente, as dimensões da psicoterapia: uma atividade técnico-científica-experiencial.