Gestalterapia: a terapêutica da comunicação humana*

SIMONE GARCIA SIMÕES**

1. Introdução; 2. Pragmática da comunicação: visão geral de um estudo psicológico; 3. Gestalterapia e a pragmática da comunicação humana; 4. Axiomas da comunicação: base conceitual da gestalterapia?; 5. A prática psicoterapêutica; 6. Conclusão.

O objetivo deste estudo foi demonstrar as semelhanças epistemológicas entre a pragmática da comunicação humana (desenvolvida pelo "grupo de Palo Alto" e a prática da gestalterapia, propondo ao mesmo tempo sua utilização como suporte teórico desta prática psicoterapêutica. Para tanto, utilizaram-se os conceitos fundamentais de ambas as abordagens, a fim de construir um paralelo epistemológico comum desde sua base filosófica e metodológica, para chegar a uma formulação teórica consistente da Gestalterapia, baseada nos pressupostos da pragmática da comunicação.

1. Introdução

Por falta de um embasamento teórico claro e definido, a gestalterapia se tornou alvo de críticos na psicologia. Assim sendo, seu fundador, Friederick Perls, tornou-se "o pai" sem recursos teóricos capazes de sustentar sua descoberta, e seus seguidores até hoje se debatem na procura de pressupostos teóricos que confirmem a eficácia de suas técnicas.

Perls na verdade talvez não tivesse o intuito de construir um esquema teórico fechado, mas sim, como gênio revolucionário que foi, se colocar simplesmente como um desbravador de novos caminhos a serem trilhados. Cabe assim, aos seus seguidores, esta árdua tarefa de reconstrução criativa de seu embasamento teórico, o que, afinal, como todo trabalho de reconstrução, se torna uma criação constante.

O fato de não haver regras fixas, sistemas de encaixe do humano no teórico, faz com que a gestalterapia se caracterize por condições criativas, como um sistema aberto, de constante troca a partir de necessidades emergentes, o que permite a inclusão de vários esquemas teóricos como suporte. Desta forma, não só a teoria da gestalt mas também a teoria de campo e o holismo se tornam esquemas comple-

* Este artigo constitui uma ampliação do trabalho desenvolvido no Programa de Personalidade, coordenado por Élida Sigelmann, sobre a pragmática da comunicação humana no ISOP/CBPP. (Apresentado à Redação em 8.7.88.)

** Bolsista no CNPq no Centro de Mestrado em Psicologia do ISOP/FGV. (Endereço da autora: Rua 13 de maio, 23/12º and. – 20031 – Rio de Janeiro, RJ.)

mentares dessa tão complexa abordagem. Tal situação, entretanto, ao mesmo tempo que permite uma flexibilidade em termos de atuação, torna a gestalterapia alvo de constantes dificuldades e conseqüentes críticas, prioritariamente no que tange ao seu desenvolvimento e à formação de novos terapeutas. Torna-se assim difícil uma separação clara em nível institucional dos princípios básicos de sustentação e sua aplicação. O desprivilégio da explicação a nível da relação terapêutica é confundido com a não-necessidade de um suporte teórico que explicite e fundamente sua utilização. Assim, a fundamentação teórica é esquecida em função da adoção de uma postura fenomenológica mal-interpretada. A "proibição" de se perguntar "o porquê", na tentativa de ressaltar o processo em vez da causa, torna-se não só um aspecto técnico e metodológico, mas também alastra-se contra o embasamento teórico, tornando-o vazio e inconsistente, sem recursos para sustentar devidamente uma técnica.

A gestalterapia, como abordagem fenomenológica-existencial, embora apresente um embasamento filosófico, uma metodologia, alguns princípios básicos e uma técnica própria que a distingue de outras abordagens humanistas, carece entretanto de uma configuração teórica delimitada que permita seu desenvolvimento e corroboração. Tal condição propicia uma certa fragilidade que encontra sua raiz no hiato existente entre o embasamento filosófico e a prática.

Há realmente uma lacuna. Falta-nos a ponte de ligação que exige um aprofundamento epistemológico que possibilite transpor as dificuldades provenientes da falta de uma base teórica clara.

É pela repetição contínua dos mesmos conceitos desde Perls que essa gestalt parece querer fechar.

Há uma "gestalt aberta" dentro da própria gestalterapia; a necessidade de um aprofundamento epistemológico que supra a necessidade de uma base teórica, a fim de sanar a complexidade no aprendizado e desenvolvimento desta abordagem psicoterapêutica.

Nesta busca de fechamento, detive-me nas pesquisas que vêm sendo realizadas na área da pragmática da comunicação humana como mais um caminho possível e talvez mais abrangente como suporte para o desenvolvimento e estruturação teórica baseado no que de mais concreto temos na prática psicoterápica: a relação como forma de ampliação do campo de consciência e suporte para a mudança.

Tais pesquisas fizeram-me notar o quão próximos se encontram os pressupostos filosóficos, metodológicos e técnicos da pragmática da comunicação e da gestalterapia. Este fato abre assim um novo caminho em termos de uma estruturação teórica que poderá fornecer um maior suporte a nível de atuação e formação.

2. Pragmática da comunicação: visão geral de um estudo psicológico

A teoria da comunicação surge no século XX, a partir de estudos matemáticos sobre a interação. Até então, diversas disciplinas fizeram suas incursões neste campo de estudo de uma forma vaga e empírica. Assim também a psicologia inicia seus estudos sobre este tema, tornando-o mais objetivo somente a partir da década de 40, ao centrar seus interesses no problema da transmissão de informações. Ainda sob influência do aspecto mecanicista de aquisição e armazenamento de informação pelo homem, começa a se desenvolver através de pesquisas experimentais sobre os fenômenos comunicacionais.

Ainda na década de 50, entretanto, aparece uma nova abordagem no estudo da comunicação. Com o advento da teoria sistêmica, o estudo das manifestações ob-

serváveis da relação se torna preponderante. Dentro de uma nova metodologia, esquece-se a preocupação introspectiva, para centrar-se o foco de interesse na troca de informação propriamente, no processo. Percebe-se então que, à semelhança da biologia, a sobrevivência do organismo no meio depende quase que absolutamente das trocas que este realiza. Tais trocas possuem uma caracterização dinâmica que incitam uma mudança no processo. Sendo a comunicação o veículo destas trocas e da adequada decodificação que o meio oferece ao homem, esta torna-se assim aspecto vital no estudo do comportamento do ser vivente.

Conforme o foco de interesse, a teoria da comunicação se divide em três áreas distintas: a sintaxe (estudo da transmissão da informação), a semântica (estudo do significado) e a pragmática (estudo de como a comunicação afeta o comportamento). Das três áreas referidas, a pragmática se torna centro de interesse da psicologia dentro de uma abordagem fenomenológica da relação, já que retrata a interação visível específica para cada sujeito envolvido. Dentro desta perspectiva, a preocupação se volta para o comportamento: de que forma é afetado pela comunicação como aspecto interativo da relação pessoa-pessoa através do meio.

O estudo da interação torna-se então preponderante, já que a própria existência do homem é uma função da relação entre ele mesmo, o meio que o circunda e o outro, conforme o significado que possa atribuir. Para que desta interação o homem alcance seu objetivo de sobrevivência, faz-se necessária a aquisição de informações corretas (de acordo com sua necessidade) de que o meio dispõe perante atribuição e decodificação de significados. Interagir significa trocar dinamicamente, e é a partir desta troca de informações, deste processo seqüencial de ação e reação do homem sobre o homem e deste sobre o meio, que nos relacionamos e sobrevivemos.

Como já foi pontuado, a concepção do sistema como meio interativo veio frisar, na pragmática da comunicação, a concepção de homem como sujeito relacional. Dentro desta visão, o homem é caracterizado como um sistema aberto que se desenvolve e se recria a partir de trocas com o meio que o circunda e com o outro; estas trocas são determinadas não só pelo próprio homem, mas também a partir do contexto em que se realiza num dado momento. Assim sendo, a comunicação define e é definida pelas relações que esse homem escolhe estabelecer com o meio.

Nesse sentido, cremos ser a comunicação ponto fundamental para o estudo do homem como ser em relação, tornando-se vital no estudo da prática psicoterápica como um processo interpessoal, dentro de uma postura relacional dialógica. Como esclarece Werner (1975, p. 3): "In psychotherapy, on the other hand, the communication of person-related understanding is explicit and constitutes the central feature of the method."

Como já foi mencionado, a pragmática da comunicação tem por objetivo estudar como o comportamento é afetado pela comunicação. Neste sentido, ela se aproxima da psicologia (como estudo do comportamento observável), e, mais especificamente, das psicoterapias pautadas na relação dialógica. Assim sendo, os efeitos comportamentais se referem não só ao efeito de um item de comunicação sobre o receptor, mas preponderantemente ao efeito da reação do receptor sobre o emissor, ou seja, a relação dinâmica entre duas ou mais pessoas envolvidas num dado contexto: "(...) a relação emissor-receptor, tal como é mediada pela comunicação." (Watzlawick, P.; Beavin, J.H.; Jackson, D.D., 1981 p. 19).

Para a consecução deste objetivo, a pragmática da comunicação adota uma metodologia fenomenológica, a fim de que possa descrever fidedignamente o que é passível de observação, abarcando nessa descrição tudo o que possa referir em

termos de significação, tanto para o emissor quanto para o receptor, de forma verbal ou não.

Desta forma, a pragmática da comunicação focaliza o que emerge na relação, a partir do significado que é atribuído ao que é comunicado e as congruências e incongruências que possam advir desta atribuição de significado. Assim sendo, ressalta nesta perspectiva a relação presente num dado momento como foco onde o comportamento é determinado na própria relação, no aqui e agora inerente a um contexto, de forma dinâmica interativa onde é ressaltada uma visão desta unidade total como significante.

Se analisarmos tal postura, verificamos que ela inclui não só os pressupostos metodológicos da fenomenologia, como também ressalta o que Buber (1979) propaga com o existencialismo dialógico, centrado na relação estabelecida no momento sob uma visão holista.

Na concepção da pragmática, vemos também ser ressaltada a importância da teoria sistêmica na sua definição de relação. Neste sentido, a interação é considerada um sistema que se articula num dado período de tempo e onde as relações fornecem a coesão deste como um todo. O sistema assim considerado se refere a pessoas comunicando com outras pessoas, o que admite todas as outras propriedades inerentes a estes, como: globalidade, não-somatividade, circularidade, *feedback* e equifinalidade.

A partir destes conceitos teóricos, da sua base filosófica existencial dialógica e da sua metodologia fenomenológica, a pragmática da comunicação humana propõe cinco axiomas básicos que permitem a aplicação do estudo dos efeitos da comunicação ao comportamento em nível da patologia e da saúde das relações, ou seja, no seu aspecto psicológico e psicoterapêutico, que serão expostos a seguir:

2.1 Axiomas da pragmática da comunicação

1. Não se pode não comunicar.
2. Toda comunicação possui um aspecto de conteúdo e um aspecto de comunicação, tais que o segundo classifica o primeiro, e é, portanto, uma metacomunicação.
3. A natureza de uma relação está na contingência da pontuação das seqüências comunicacionais entre os comunicantes.
4. Os seres humanos comunicam digital e analogicamente. A linguagem digital é uma sintaxe lógica sumamente complexa e poderosa, mas carente de adequada semântica no campo das relações, ao passo que a linguagem analógica possui a semântica, mas não tem uma sintaxe adequada para a definição não ambígua da natureza das relações.
5. Todas as permutas comunicacionais ou são simétricas ou complementares, segundo se baseiam na igualdade ou na diferença.

Desta forma, a pragmática nos remete a um estudo aprofundado das relações como base para uma abordagem terapêutica baseada na reintegração da atenção e ampliação do campo de consciência como facilitador de mudança e restaurador de uma comunicação congruente e saudável.

3. Gestalterapia e a pragmática da comunicação humana

Ao aprofundar os estudos desenvolvidos por Bateson et alii (1963), Beavin, J.H., Haley, Jackson, Weakland e Watzlawick (1984), entre outros, podemos perceber a

função terapêutica da pragmática da comunicação no tratamento de pacientes esquizofrênicos e de grupos a partir do entendimento da etiologia dos problemas relacionais mais freqüentemente traduzidos nos consultórios psicológicos. Através desse entendimento, surge a proposta de solução pela conscientização dos processos comunicacionais, das incongruências e mensagens duplas. Desta forma, como terapêutica da comunicação, a pragmática em muito se aproxima da gestalterapia como vem sendo utilizada, como psicoterapia dialógica. Esta semelhança ao nível filosófico, metodológico e prático poderia ser útil à gestalterapia como embasamento para formação de um corpo teórico mais unificado e congruente.

Percebemos assim que a pragmática e a gestalt se encontram ligadas não só por uma comunalidade filosófica e metodológica, mas também pelo foco na relação que se estabelece num dado momento, dentro de um contexto, sem pressupostos, mas sim utilizando o que o cliente vivencia (sua relação com o meio e com o outro), para, através da relação presente e de como ela está se processando, promover a conscientização das relações que estabelece com o mundo que o circunda.

3.1 Aspectos filosóficos e metodológicos comuns

A pragmática da comunicação focaliza prioritariamente a relação emissor-receptor, estando assim baseada nas manifestações observáveis desta interação. O preponderante é a interação no momento e contexto presentes, o diálogo propriamente. A forma como é expressa e definida a "relação" e o "diálogo" pela pragmática (incluindo o silêncio como forma de comunicação) se assemelha à concepção de diálogo existencial de Buber (1979), onde o termo dialógico nos remete à concepção de que o fundamento último da existência humana é inter-relacional. Como o próprio Buber (1979) menciona: "(...) não se encontra em nenhum dos dois parceiros, e nem nos dois juntos, mas somente em seu próprio diálogo, nesse 'entre' que vivem juntos".

Esta preponderância da relação "eu-tu", na visão da pragmática, é amplamente reconhecida, já que embora proveniente de um estudo da comunicação, ela não se centra na relação emissor-mensagem ou receptor-mensagem, mas sim toma como interacional todo e qualquer comportamento que envolva o emissor com o receptor. Sendo assim, também a pragmática se refere ao diálogo existencial que é definido por Yontef (1980) como "(...) is what happens when two persons meet together as persons, where each person is impacted on and responsive to the other, I and thou." (p. 2)

Nesta concepção dialógica existencial, encontramos um primeiro ponto de contato entre a pragmática e a gestalterapia. Segundo o próprio Yontef (1980), três princípios definem a gestalterapia: a) Seu objetivo é *awareness* e sua metodologia é da *awareness*, ou seja, fenomenológica; b) É baseada no existencialismo dialógico; c) Sua fundamentação teórica é baseada no holismo e na teoria de campo.

A partir desta concepção de Yontef, podemos verificar que tanto a gestalt como a pragmática possuem a mesma base filosófica existencial dialógica, segundo o que já foi exposto.

Em termos metodológicos, a fenomenologia como instrumento do mundo serve a ambas como forma de apreensão da realidade do outro dentro de seu próprio significado, já que "(...) vemos as coisas dentro de seu contexto e em conexão com as nossas pessoas". (Van Den Berg, 1981, p. 39).

Como filosofia husserliana, serve como escolha feita pela própria pessoa de sua

forma de ser no mundo, como uma atitude de abertura frente ao conhecimento que é inesgotável, assim como os significados. Desta forma, ambas ressaltam a crença no que é comunicado pelo outro de forma completa (oral, gestual e corporalmente), no significado que cada um atribui a si como autor da ação em curso, respeitando a visão de mundo de cada um pela elucidação da própria significação.

Dentro destes princípios, ambas ressaltam a importância da compreensão de forma global do fenômeno que emerge na relação, ao invés de explicá-lo. Esta postura implica uma noção diferente do tempo e do espaço da pessoa como próprio e vivencial, ao invés de puramente físico, na sua forma de ver o mundo (de atribuir significação). Também implica uma mudança na qualidade de ser vivente que abarca a responsabilidade sobre suas próprias escolhas, já que estas só são alcançáveis pelo outro através da reflexão, e, portanto, impossíveis de serem captadas no seu estado vivencial e fluido. Sendo assim, tanto a gestalt como a pragmática sustentam a crença na realidade do que é comunicado de forma integradora, holista na relação. O que só é possível no "aqui e agora", onde podem funcionar os sistemas motores e sensoriais e onde a dimensão tempo e espaço é específica para cada ser, alcançável através da descrição do seu mundo.

Neste quadro de referências, a importância prioritária é atribuída à relação no contexto em que emerge a situação, na conscientização do que é figural e emergente no momento do encontro. Para tanto, ambas trabalham com a mensagem como um todo, no seu aspecto de relato (conteúdo) e de ordem (comportamento), na descoberta dos sinais de movimento e expressão que impõe um dado comportamento, além do próprio conteúdo do discurso. Ambas trabalham com o significado do fato para a pessoa no momento e no contexto da relação, não relevando as causas, mas sim o fato enquanto significativo para a pessoa, enquanto forma de decodificação das informações que capta no mundo.

3.2 Esquemas teóricos paralelos

A relação como ponto de conexão central tanto do estudo dos efeitos comportamentais da comunicação, como para a prática da gestalterapia, remete à clarificação de outro elo teórico comum: a teoria sistêmica. A matemática com a teoria dos grupos e a teoria dos tipos lógicos se torna fundamental para a visão sistêmica, já que seu conceito de relação é desenvolvido por estas a partir da concepção de função, que trata da *relação entre variáveis*. Com o advento da teoria sistêmica, o conceito de relação é retomado na caracterização dos sistemas abertos. Estes permutam materiais, energias e informações com seus meios, sendo, portanto, sistemas vivos e dinâmicos, caracteristicamente de troca, ao contrário dos sistemas fechados. Assim também o conceito de sistema aberto se torna fundamental na construção teórica da pragmática da comunicação, já que se baseia na concepção de transformação de informação a partir de trocas, a partir da relação que se estabelece entre duas ou mais pessoas na troca de mensagens.

Um sistema é assim definido por um conjunto de objetos, seus componentes, que possuem relações entre si mesmo e entre os seus atributos, que são as propriedades destes objetos. Tais relações dão coesão a todo sistema. Os sistemas abertos possuem certas propriedades que fornecem esta caracterização dinâmica nesta troca de informações. São estas: globalidade e conseqüente não-somatividade, retroalimentação que caracteriza sua circularidade, e equifinalidade, onde os resultados podem surgir de diferentes origens sem alteração para o sistema.

Ao analisarmos tais propriedades, verificamos que elas se tornam um suporte

teórico da aplicação de conceitos e técnicas tanto na gestalterapia como na pragmática da comunicação.

Como os sistemas abertos, e o homem como tal, se comportam como um todo coeso e inseparável, a mudança em uma parte ocasiona a mudança no todo, embora este todo seja diferente da soma das partes. Este conceito de globalidade nos remete ao próprio conceito de gestalt e a um de seus princípios básicos como técnica de integração num trabalho não só em nível cognitivo-emocional, mas também corporal; a pessoa como um todo em terapia. A partir desse aspecto holístico, podemos inferir que as seqüências comunicacionais, como aspecto observável da relação, são inseparáveis, dando configuração ao todo. Isto pode ser claramente perceptível num diálogo, por exemplo, onde a pergunta se torna um estímulo para a resposta, e esta, por sua vez, se torna estímulo para a continuidade ou não da comunicação, determinando assim o comportamento das pessoas envolvidas na relação. Desta forma, podemos dizer que tais seqüências comunicacionais são circulares, são realimentadas de forma a não possuir um início ou fim estipulado previamente, a não ser pela vontade dos que fazem parte da interação ou contexto, o que lhes confere o poder de reorganizar e fornecer nova configuração ao todo. Torna-se claro, então, que, num sistema circular, os resultados não dependem das condições iniciais, pois não há ponto de origem; há uma constante troca, uma relação onde o fundamental é a sua organização atual, o aqui e agora da gestalterapia. Diante desta concepção, nos é quase impossível falar de "causalidade", pois algo que os pressupõe como causa de algum acontecimento, nessa concepção circular de equifinalidade, se torna puramente fruto da escolha da pessoa em interação. Desta forma, torna-se preponderante a necessidade de na terapia nos centrarmos na pessoa como um todo, ao invés de no fato simplesmente narrado; a necessidade se centra na relação, em como o fato narrado é atualizado nos diversos contextos, no diálogo. A "causa", tanto na pragmática da comunicação, quanto na gestalterapia, nada mais é do que a interrupção da circularidade fluida vivencial que se torna presente através da repetição de esquemas em busca de fechamento.

A pragmática da comunicação busca obter noções de como essa circulação de informação ocorre, a fim de esclarecer os pontos de defeito na comunicação (como são pontuadas as seqüências de eventos pelo sujeito) e assim poder sair deste sistema para metacomunicar (falar sobre ele). Desta forma, pretende-se sanar os ruídos e interromper o círculo vicioso do sistema, onde o sujeito se colocou. Do mesmo modo, a sinalização constante, por parte do terapeuta, de como o cliente se coloca na vida torna-se uma forma de metacomunicação que permite ao paciente se tornar consciente das incongruências entre o significado que ele atribui sob forma de fantasias e a realidade de um contexto diferente onde talvez ele não mais necessite daquela forma de se colocar no mundo.

O objetivo terapêutico prioritário de ambas as abordagens é o de alargar o campo de consciência da pessoa a fim de que ela própria possa tornar-se consciente de como se interrompe, onde, e de que forma, a fim de restabelecer a fluidez de comportamento, congruente com os diversos contextos que participa.

4. Axiomas da comunicação: base conceitual da gestalterapia?

Como já foi visto, a Pragmática da Comunicação constrói sua atuação prática baseada em cinco axiomas que definem o corpo da relação comunicacional (de comportamento) entre o emissor e o receptor. Analisemos agora estes cinco axiomas à luz da gestalterapia, a fim de verificar sua possível comunalidade.

O primeiro axioma, a "(...) impossibilidade de não comunicar", nos remete a um princípio básico da terapia em gestalt, que é estar atento à figura emergente, a todos os sinais corporais e lingüísticos, e inclusive à negação destes. Segundo a gestalterapia tudo fala, até mesmo o silêncio transmite informação. Este princípio se refere à postura fenomenológica adotada pela gestalt onde os gestos, o silêncio, e a fala são um reflexo do mundo visto pelo cliente, e os objetos e as pessoas existem e são vivenciados de acordo com o significado construído pela pessoa. Desta forma, torna-se impossível não comunicar, pois a cada movimento, cada expressão do cliente é vista como uma mensagem. Como menciona Wiener, "(...) O mundo pode ser visto como uma miríade de mensagens do gênero a quem possa interessar)". E desta forma, tudo que se relacione a uma pessoa, "fala" dela. Em gestalterapia qualquer sinal é assim tomado como uma comunicação, tornando-se impossível não comunicar.

O segundo axioma nos fala que o comportamento (aspecto de comunicação) classifica o conteúdo da comunicação, sendo, portanto, uma metacomunicação (o que fala sobre a comunicação). Este axioma nos remete à visão holista da terapia em Gestalt, a visão do todo que é definida pelo próprio termo "gestalt". Esse todo comunicante, a relação em si, é que define a forma como decodificamos a mensagem e como vamos nos relacionar com ela. A expressão fornece uma significância (semântica) do que é comunicado e da forma como deve ser escutada, vista e assimilada. Não existem pressupostos básicos de significação ou colocações a partir do significado que o terapeuta atribui, de forma a alienar o cliente de sua própria experiência. O significado é dado pela relação, pelo todo que "fala" do próprio conteúdo expresso por palavras. Na gestalterapia, o terapeuta interage a partir do que o cliente traz, sem *a priori* de significação ou de interpretação; o contexto, o momento, os gestos, o todo é que vai construir. Tudo se estabelece no momento (aqui e agora) da situação, a fim de utilizar todo o potencial criativo do cliente e respeitar seu ritmo de desenvolvimento. É o cliente que determina cada passo do processo através do que ele "coloca" no momento em que se estabelece a relação e que fornece significado ao seu discurso através da ação.

O terceiro axioma nos fala que "(...) a natureza de uma relação está na contingência da pontuação das seqüências comunicacionais", ou seja, os participantes organizam os eventos comportamentais a partir da interrupção do fluxo, no ciclo de consciência, excitação e contato, em linguagem gestalt. A fluidez ou interrupção do ciclo da gestalt se dá em função da relação e do contexto, impondo assim a forma de comportamento do sujeito no momento. Tal pontuação é assim avivada no momento terapêutico em gestalt, através de sinais que o terapeuta emite, chamando atenção do cliente para como ele está se comportando, ou seja, qual o seu processo e como se interrompe. A pontuação clara fornece condições de aumentar a conscientização do cliente da interrupção do ciclo através de algum comportamento que sempre retorna, sinalizando, conscientizando-o dos esquemas em que ele próprio se coloca para produzir tais situações de insatisfação. Através da metacomunicação, da conscientização pela sinalização constante de como o cliente faz, este se torna capaz de visualizar o esquema que se arma contra si próprio, como um primeiro passo para a mudança do esquema, através da conscientização da inexistência de uma causa única devido à circularidade e da possibilidade de solução somente no aqui e agora.

O quarto axioma se refere à capacidade humana de comunicar digital e analogicamente. Segundo este, a linguagem digital carece de uma semântica que transmita o sentido das relações e a linguagem analógica. Embora nos faça entender este

sentido das relações, carece de uma sintaxe que a transmita de forma não ambígua. Desta forma, a linguagem analógica traduz a relação, embora de forma não explícita, e a digital traduz propriamente o conteúdo. A dificuldade de transmissão da linguagem analógica confere à terapia um caráter "mágico", já que ela é inerente ao contexto do momento da relação que se estabelece e da percepção do terapeuta da relação, tornando-se impossível sua explicação coerente dentro dos parâmetros sintáticos. Melhor dizendo, como a linguagem analógica abarca também a comunicação não-verbal, torna-se de difícil tradução por não existirem padrões ou códigos que permitam fornecer uma significação objetiva de um gesto ou expressão facial ou corporal.

A gestalterapia lida com a compreensão do homem como um todo (seu caráter holista), trabalhando com ambas as linguagens. Desta forma, busca a integração da pessoa através da integração dos aspectos analógico e digital, a integração de tudo que o cliente transmite, a busca da congruência. Na tentativa de conversão da linguagem analógica (do significado emergente na relação) para a digital (sintaxe) há perda de informação e a comunicação do significado real do fato para o cliente se perde, gerando assim paradoxos. Há incongruências na relação que se estabelece. O próprio conceito de congruência, em gestalterapia, se refere a esta inadequação entre o relato, o conteúdo que está sendo expresso por palavras, e a ordem comportamental que é percebida pela expressão corporal na relação. É pontuando, chamando atenção, conscientizando o cliente dessas contradições, entre as duas linguagens, que o terapeuta busca junto a ele a sua integração total, necessária para que ocorra uma mudança ao nível de ação e de relação. Para que uma mudança ocorra, portanto, é necessário esclarecer os paradoxos que se estabelecem entre o relato e a ordem. Através da reafirmação do paradoxo pelo cliente, ele próprio começa a se conscientizar de suas diversas partes como parte de si mesmo, das sutas várias mensagens inadequadas aos diversos contextos, devido às contradições entre os níveis analógico e digital.

O quinto axioma nos fala que todas as trocas da comunicação ou são simétricas (baseadas na igualdade) ou complementares (baseadas na diferença). Este axioma nos remete ao conceito da gestalterapia de contato e sua dinâmica. Segundo este conceito, o contato só pode ocorrer a partir da separação, da diferença, e, a partir da proximidade e do afastamento com relação aos outros, do ciclo de contato e retraimento, nos relacionamos e trocamos. A forma como a pessoa se coloca no mundo e nas relações prevê como ela estabelece o seu contato. Como já mencionamos, este pode ser estabelecido em termos de igualdade ou de afastamento, de diferença. O estabelecimento do contato pessoa-mundo e pessoa-outros se reflete na escolha que ela faz dos "canais principais de interação resistente" (Polster, E. & Polster, M., 1979, p. 79). Se o que se deseja ou o que se pode escolher é a igualdade (simetria), sua forma de interagir será pautada na confluência. "A confluência é um fantasma perseguido pelas pessoas que querem reduzir a diferença para moderar a experiência perturbadora da novidade e da diversidade. É uma medida paliativa através da qual se parte em busca da concordância superficial, um contrato de não balançar o barco" (p. 95). Se, ao contrário, o que se deseja é a diferença (complementaridade), o afastamento, sua forma de interagir será a deflexão. "A deflexão é uma manobra para se desviar de um contato direto sem uma outra pessoa" (p. 93).

É na conscientização de como é utilizado cada um desses canais de interação e dos seus conseqüentes esquemas de relação que podemos modificá-los de forma

que se obtenha maior satisfação nas interações, através de uma maior flexibilidade na utilização destes na colocação de todo potencial de criatividade da pessoa.

5. A prática psicoterapêutica

O que de mais evidente temos em termos descritivos de qualquer prática psicoterapêutica é o encontro de duas pessoas (terapeuta e cliente), num determinado local e hora (espaço e tempo), com um determinado fim. No encontro de duas ou mais pessoas, qualquer que seja o objetivo, há sempre o estabelecimento de uma relação. No caso da psicoterapia há, porém, além disto, uma relação mais definida pautada na troca de informação. De qualquer forma temos consciência da impossibilidade de não trocar informação quando duas ou mais pessoas se encontram no mesmo contexto, hora e local. "É impossível não comunicar", como diz Watzlawick et alii (1981), e tal conceito de comunicação não se restringe à fala propriamente. Mesmo que estejamos inertes e mudos diante do outro, comunicamos algo e nos influenciamos mutuamente. "(...) Todo comportamento numa situação interacional tem valor de mensagem, isto é, é comunicação, segue-se que por muito que o indivíduo se esforce, é-lhe impossível não comunicar". (Id. ibid., p. 45).

Na relação terapêutica em gestalterapia, o que importa é o momento, o aqui e agora da relação terapeuta-cliente dentro do contexto. Tudo o que é expresso no momento se refere a um dado contexto e possui uma significação inerente às pessoas envolvidas e ao ambiente. É na forma como o contexto é visto pelo paciente (o significado atribuído na interrupção do fluxo de duração), que o terapeuta irá atuar, aceitando o significado que o cliente atribui ao fato (a figura emergente na interrupção do ciclo da gestalt), e não tentando extrapolar esse contexto na releitura do que é trazido. O terapeuta em gestalt trabalha com o conteúdo emergente; o que importa e possui significação naquele momento e contexto que o cliente se coloca. Esse conteúdo de discurso se traduz não só na fala propriamente (relato), mas primordialmente nas expressões do cliente, no nível de relação que revela um comportamento. A gestalterapia trabalha com o todo emergente. Este "todo" implica tudo o que ocorre no momento terapêutico inerente à dinâmica da relação que se estabelece, e nos é mostrado pelos níveis de comunicação nos seus aspectos de relato (conteúdo) e de ordem (relação). A compreensão do terapeuta sobre os significados que o cliente transmite se dá através do questionamento quanto à adequação da leitura das linguagens analógica e digital, do que é transmitido corporal e verbalmente, e da confirmação do cliente sobre esta leitura. Assim sendo, a compreensão passa de um nível puramente racionalizado (o que se pensa sobre), para uma realidade vivencial do cliente.

A linguagem digital (o aspecto de conteúdo) apenas situa o contexto cultural de significados abrangentes estabelecidos socialmente e passíveis de codificação, mas não nos remete necessariamente ao significado próprio atribuído pelo sujeito àquela relação específica daquele momento e contexto. Esta está contida no aspecto de ordem que é transmitido através da linguagem analógica na pragmática da comunicação. A linguagem analógica revela, portanto, o significado da relação, do comportamento. Esclarece as ambigüidades entre o significado social e o seu próprio. Desta forma, o terapeuta pode atuar de forma a tornar o cliente consciente da dupla mensagem que está transmitindo, ao tentar decodificar seus sentimentos em linguagem digital. A adequação entre o significado próprio que se deseja atribuir a algum fato ou sentimento e a sua decodificação sintética nos leva ao conceito de congruência em gestalterapia. "Este conceito nos remete a uma concepção holista

do ser humano, uma concepção de perfeita integração mente-corpo onde todas as expressões se relacionam ao modo da pessoa vivenciar o mundo. "(...) Corpo, alma e mente estão numa situação de influência recíprocas e não são, por conseguinte, separáveis ou hierarquizáveis. Se o ser humano é mentalmente ativo, isso provoca sentimentos e iniciam-se processos corporais" (Burow & Scherpp, 1985, p. 59). Desta forma, o conceito de congruência se refere a uma relação clara e direta entre o relato (conteúdo) e a ordem (imposição e estabelecimento de um comportamento); o que se quer transmitir é o que se transmite pela fala de forma integradora ao que se transmite pelo corpo e expressões. Tal integração e percepção do homem como um todo permite esclarecer a adequação ou não da relação no contexto vivido pelo cliente no aqui e agora. Toda e qualquer expressão torna-se fundamental para a terapia, já que o corpo, os gestos, o olhar, o movimento, falam do que está ocorrendo na relação do momento. É através dos aparelhos sensores e motores que entramos em ação, que nos presentificamos na relação, nos tornando conscientes do nosso ser no mundo, do nosso ser em relação, que assim se torna o objetivo da gestalterapia.

6. Conclusão

O objetivo deste trabalho foi o de esclarecer a possibilidade de ligação entre os conceitos básicos da pragmática da comunicação humana e a gestalterapia, e, assim, a partir destes, propor sua extensão aos aspectos teóricos a fim de fornecer uma estrutura básica de estudo desta prática psicoterapêutica. Neste sentido, foi abordado o tema da *relação* como conceito-chave para a estruturação deste caminho, já que este faz-se fundamental para qualquer estudo do homem que pretenda abranger o mundo que o circunda, saindo de uma visão purista e estática para uma outra mais dinâmica e, portanto, mais congruente com sua forma de vida. Tal visão não só abarca essa realidade de vida do homem, mas também se estende aos objetivos da gestalterapia como abordagem clínica de base fenomenológico-existencial, que tende a não encaixar o homem num esquema teórico fechado, mas sim acompanhá-lo na sua existência, que, afinal, não se coloca independente do mundo que o circunda, mas preponderantemente em relação com este mundo (Eu-Isso) e com os outros (Eu-Tu).

Não só na gestalterapia, mas também no estudo da comunicação, o conceito de *relação* se torna fundamental no que se refere ao seu aspecto pragmático, ao considerarmos toda e qualquer forma de comportamento como veículo de alguma mensagem. A partir deste elo básico para ambas abordagens, verificamos que não só a perspectiva da *relação* se faz pertinente, mas também seu embasamento filosófico e metodológico são comuns, assim como os esquemas teóricos de que se utilizam como suporte para sua prática. De forma resumida, podemos constatar as seguintes semelhanças entre as duas abordagens: a) Em termos de objetivos, ambas pretendem a reintegração da atenção e ampliação do campo de consciência como suporte para a mudança; b) Em termos metodológicos, ambas se utilizam da fenomenologia como métodos; c) Em termos filosóficos, ambas possuem suas bases no existencialismo dialógico de Buber, no que tange à visão do homem em interação: d) Em termos de esquemas teóricos de suporte, ambas se utilizam das concepções do holismo e das propriedades da teoria sistêmica para suas construções conceituais.

Estes foram os pontos de conexão que procuramos esclarecer neste trabalho, o que de forma alguma teve a intenção de abranger totalmente ambas perspectivas,

mas sim fornecer uma base de correlações que permita um aprofundamento posterior neste sentido. Nesta perspectiva, creio fazer-se mister o desenvolvimento de novos estudos, tendo como ponto de partida o tema "relação", tanto no sentido buberiano, como no sentido da filosofia da linguagem e da cibernética, a fim de formar uma estrutura sólida que permita uma formulação teórica própria, capaz de corroborar o fenômeno da mudança a partir das técnicas utilizadas na gestalterapia. E, creio eu, este caminho pode ser trilhado a partir do embasamento teórico fornecido pela pragmática da comunicação, que, afinal, é o meio por excelência de toda e qualquer relação.

Abstract

The aim of this study was to show the epistemologycal similarity between pragmatics of human communication (developed by the Palo Alto's Group) and the practice of gestalt-therapy, and present at the same time its application as a theoretical foundation for this approach in psychoterapy. The fundamental concepts of both were analysed to build a commun epistemologycal parallel from its philosophical and methodologycal basis upward in order to offer a solid theoretical formulation for gestalt-therapy founded on the sources of pragmatics of human communication.

Referências bibliográficas

Bateson, G., Jackson, D.D.; Haley, J. Weakland, J.H. Hacia una teoría de la esquizofrenía. in: *Family Process*, Palo Alto, (2): 53-79, mar. 1963.

Buber, M. *Eu e tu*. São Paulo, Cortez/Moraes, 1979.

Burow, D.A. & Scherpp, K. *Gestaltpedagogia* – um caminho para a escola e a educação. São Paulo, Summus, 1985.

Polster, E. & Polster, M. *Gestalterapia integrada*. Belo Horizonte, Interlivros, 1979.

Van Den Berg. *O paciente psiquiátrico*. São Paulo, Mestre Jou, 1981.

Yontef, G. *Gestalt therapy:* a dialogic method. Michigan, University of Michigan Press, 1980.

Watzlawick, P. Examen de la teoría del doble vínculo. In: *Family Process*, (2): 89-112, mar. 1963.

————. Natureza e forma das relações humanas. In: Gadamer & Vogler, org. *Nova antropologia*. São Paulo, EPU, 1977, v. 7.

————. *Sempre pode piorar ou a arte de ser infeliz*. São Paulo, EPU, 1984.

————. Weakland, J. & Fisch, R. *Mudança*, São Paulo, Cultrix, 1977.

————. Seavin, J. & Jackson, D.D. *Pragmática da comunicação humana*. São Paulo, Cultrix, 1981.

Werner, Irving B. *Principles of psychotherapy*. New York, John Wiley, 1975.