Aconselhamento existencial

AILENE CONTREIRAS *
VERA LÚCIA G. PEREIRA LIMA **

1. Introdução; 2. Conceito de natureza humana; 3. A situação de aconselhamento; 4. Objetivos do aconselhamento existencial; 5. As atitudes de aconselhador; 6. Conclusões.

1. Introdução

Na tentativa de caracterizar a "arte" do aconselhamento existencial, segundo a terminologia empregada por seus adeptos, remontamos às suas origens filosóficas, ressaltando alguns conceitos que nos parecem de maior relevância no estudo empreendido.

A teoria existencial e a teoria fenomenológica rogeriana, de aconselhamento, baseiam-se primariamente na metodologia fenomenológica, criada por Husserl (1859-1938). A primeira teoria mencionada evolui numa forma de terapia através de encontros de aconselhamento, quando são postos em prática algumas idéias e princípios do pensamento existencial.

A fenomenologia é conceituada, segundo Husserl, como o estudo de fenômenos puros ou absolutos, enquanto conteúdos da consciência. Na trajetória de

* Auxiliar de ensino da Faculdade de Educação da UFRJ.
** Professora assistente da Faculdade de Educação da UFRJ.

seus trabalhos de investigação filosófica, Husserl procurou dar consistência a todas as ciências, na tentativa de estabelecer-lhes os fundamentos.

Assim, conclui que os conteúdos científicos primários são intuições ou fenômenos. O sujeito cognoscente e o objeto conhecido são indissolúveis. A intuição será pois o processo primário de conhecimento, a apreensão do ser em sua totalidade.

A verdadeira fundamentação científica apresenta características como: o caráter apriorístico, a ausência de pressupostos, a evidência. A filosofia procura dar sentido e unidade aos achados científicos, na interpretação da natureza e da vida.

O método fenomenológico criado por Husserl em 1896 inclui dois processos gerais: a evidenciação e a descrição exaustiva do fenômeno. Em atitude reflexa, busca-se conhecer os fenômenos em seu estado de pureza. A apreensão do objeto ou dado significativo provém da "intenção", que alude ao objeto e aspira ao "preenchimento", isto é, à apreensão do ser em sua totalidade.

A grande originalidade da filosofia existencial é substituir o método racional pela investigação fenomenológica, na tentativa de desvendar o sentido da vida humana e de sua dramaticidade.

Heidegger propõe substituir a análise racional pela descrição fenomenológica do existir do homem. A existência precede a essência. O homem, ao se defrontar com a sua experiência vivencial, ainda não faz uso do pensamento racional. Este surge como necessidade de dar sentido ao próprio existir.

A vida cotidiana, deformada por condicionamentos sociais, é inautêntica. O homem busca a si mesmo para dar sentido à vida e criar os seus próprios valores.

A tese básica do existencialismo atém-se ao existir do homem como o existir autêntico, o que supõe a busca na consciência pessoal de sua própria verdade.

Percebendo a liberdade de ser a si mesmo, o homem deve respeitar, no outro, o mesmo direito de "existir". Daí a preocupação dos existencialistas com os problemas sociais.

Na dimensão existencial, não há constância ou continuidade dos fenômenos. O progresso ocorre, porém é descontínuo (Heidegger, Jaspers). As situações críticas de abalo interior facilitam no homem a intuição existencial, ou melhor, a percepção das incoerências e da inautenticidade do seu viver, o que pode levá-lo à decisão pessoal de buscar, em si, o incondicionado (Karl Jaspers). Tal decisão pelo caminho a seguir possibilita verdadeiros "saltos" de crescimento pessoal.

A "crise" representa a vivência de um distúrbio, no processo contínuo da vida. A continuidade parece ao sujeito totalmente ameaçada. Pelo trânsito através da crise, o estado de equilíbrio deve se restabelecer; ou, antes, um novo estado de equilíbrio, supondo-se que após vivenciar a crise o sujeito não é mais o mesmo. A crise significa uma libertação com relação às deformações do ser, permitindo-lhe reestruturar a sua hierarquia de valores, o que vale dizer, reestruturar-se a si

mesmo. Daí a crise significar também a decisão de buscar, ou não, a verdade. É propulsora de maturação desde que, desestruturando o homem, de seus apegos e condicionamentos, facilita a intuição fundamental.

A vivência da crise é penosa, mas pode ser vencida, por certas pessoas, sem a ajuda terapêutica. Há diferenças individuais, no entanto, que abarcam fatores constituicionais, o cabedal de experiências de cada um, a etapa de desenvolvimento que atravessa, e tornam imprevisíveis, em cada pessoa humana, as reações ante o sofrimento provocado por abalos capazes de desestruturá-la.

A psicoterapia ou o aconselhamento se impõem quando a pessoa não se sente capaz de superar a própria problemática e apela para a ajuda do aconselhador, no sentido de vivenciá-la e reestruturar-se segundo a sua verdade pessoal.

2. Conceito de natureza humana

Na concepção existencialista o homem é encarado como um ser livre, único, em constante mudança. Um ser que busca a si mesmo a fim de encontrar a sua verdade.

"O que importa é encontrar uma verdade que seja verdade para mim, encontrar uma idéia pela qual eu possa viver ou morrer", diz Kierkegaard. [1]

O homem tem amplas possibilidades de escolher e essa escolha depende dele, unicamente dele. É no momento de escolher que adquire a consciência de "ser livre", a consciência de que é árbitro de seu destino e portanto causa daquilo que quer ser.

Antes de fazer a sua escolha, o homem não atinge a plenitude, pois é "pura possibilidade". (O homem deve ser captado no estado em que se encontra vivendo.)

A vida anônima, portanto, não pode ser aceita.

O homem não pode ser encarado apenas como um ser entre uma multidão de outros seres. Deve ser visto como uma individualidade que não pode e não deve perder o senso de responsabilidade diante do próprio destino.

Ao conquistar a sua individualidade, ele passa a ser "aquilo que é", somente o "que é".

Essa autenticidade, entretanto, não é encontrada quando não se vive as próprias experiências.

Não tem sentido alguém deixar-se levar pelo significado de experiências de outrem, pois a sua existência só pode ser captada pelo próprio ato de viver o seu próprio mundo.

O homem não deve esquecer que está no mundo para realizar-se, para realizar a possibilidade de sua existência pessoal, que é única.

[1] Sciacca, M. F. *O problema da educação*. São Paulo, Editora Herder, 1966. p. 89.

O ser humano possui "liberdade" e portanto plena responsabilidade por todas as suas ações. Assim, como decorrência dessa liberdade e dessa unicidade, ele deve "fazer-se a si mesmo".

A liberdade existe como "pura potencialidade", que deve ser ativada.

O homem, sendo livre, será assim o artífice de seu próprio destino, pois, na concepção existencial, de início nada é – "O que se pretende com a afirmação de que a existência precede a essência? Pretende-se dizer que primeiro de tudo o homem existe, cresce, aparece em cena e só depois é que se define a si próprio", nas palavras de Jean-Paul Sartre. [2]

É essa concepção existencialista que vai nortear o aconselhamento existencial.

No aconselhamento existencial, o aconselhador encara o aconselhando como uma personalidade única que "busca a si mesmo", que se debate para sair da sua inautenticidade e "ser plenamente". O homem é visto como um ser que busca o significado de sua existência, significado esse que só pode ser encontrado dentro dele próprio.

Nessa linha de pensamento, o aconselhador não dirige, pois ninguém pode pensar em "orientar a vida de outrem".

O que se procura fazer é levar o aconselhando a conhecer antes de mais nada a sua própria natureza, é fazer com que o indivíduo tenha "coragem de ser ele próprio".

O aconselhamento existencial vê o homem além de todos os traços superficiais. Ele é visto no prisma do *Pequeno príncipe* de Antoine de Saint-Exupéry: "Quando a gente lhes fala de um novo amigo, eles jamais se informam do essencial. Não perguntam nunca: 'Qual é o som de sua voz? Quais os brinquedos que prefere? Será que ele coleciona borboletas? ' Mas perguntam: 'Qual é a sua idade? Quantos irmãos tem ele? Quanto pesa? Quanto ganha seu pai? ' Somente então é que eles julgam conhecê-lo. Se dizemos às pessoas grandes: 'Vi uma bela casa de tijolos cor-de-rosa, gerânios na janela, pombas no telhado . . .' elas não conseguem, de modo nenhum, fazer uma idéia da casa. É preciso dizer-lhes: 'Vi uma casa de seiscentos contos'. Então eles exclamam: 'Que beleza!' " [3]

Sim, quando o aconselhador existencial recebe em sua sala um aconselhando, não vê nele apenas um entre tantos aconselhandos. Ele o vê como um indivíduo único, independente da sua aparência física, da sua idade, da sua posição social, da profissão que exerce.

O homem é visto como um ser total, um ser que está em constante mudança, que busca sua autenticidade, sua integração, sua auto-realização. Um ser num processo dinâmico de interações com a realidade, um ser com experiências únicas, que caminha ao encontro de seu *self* real.

[2] Kneller, George. *Introdução à filosofia da educação*. Rio de Janeiro, Zahar, 1972. p. 78.

[3] Saint-Exupéry, Antoine de. *O pequeno príncipe*. Trad. de Dom Marcos Barbosa. Rio de Janeiro, Agir, 1962. p. 19-20.

Entretanto, essa concepção de individualidade, de unicidade do homem não o leva a um isolamento social.

A concepção existencial considera como integrante da personalidade do homem não só a liberdade e a individualidade, mas também a interação social. Sim, pois ao contrário do que dizia Sartre, que o homem vive em conflito constante com a família, amigos, enfim, com toda a sociedade, a maioria dos existencialistas (Gabriel Marcel, Jaspers e outros) concorda que o homem é levado a participar da atividade dos outros através da própria liberdade autêntica.

Assim, a partir dessa interação total entre aconselhando e aconselhador atinge-se o verdadeiro "encontro humano", que é a base do aconselhamento existencial.

3. A situação de aconselhamento

O aconselhamento existencial, como já foi dito anteriormente, tem como base o "encontro humano".

Mas, o que se entende por "encontro humano"?

O que distingue uma relação de ajuda comum de um verdadeiro encontro humano?

Van Kaam define o encontro humano como "um estar com", um "estar totalmente" com outra pessoa, participante de sua existência plena.

Isto quer dizer que nessa relação há uma interação total, que provoca uma mudança espontânea naqueles que a experimentam e que dela participam.

O aconselhador existencial procura atender ao apelo do aconselhando, vendo-o como uma personalidade única e total.

E o "apelo de uma pessoa total só pode ser respondido por uma pessoa total".[4]

Para que o estreito relacionamento entre aconselhando e aconselhador se faça, para que se efetive um encontro humano, é necessário que o aconselhador se dispa de tudo que é artificial, de tudo o que pode impedir uma visão clara, límpida do ser que está à sua frente.

O aconselhador, numa autêntica relação, é mais do que um profissional que atende um indivíduo que o procura.

O relacionamento entre aconselhando e aconselhador exige que haja afeição. Essa afeição, porém, deve ser espontânea, autêntica, uma afeição que não revela preocupação do aconselhador em crescer, através do crescimento do aconselhando.

O aconselhador entra em contato com aquele que o procura, não em busca "de si" mas em busca do "outro". Envolve-se no mundo do aconselhando, sem levá-lo a envolver-se no seu.

[4] Van Kaam, Adrian. *The art of existencial counseling; a new perspective in psychoterapy*. Pennsylvania, 1966. p. 22.

Por outro lado, é necessário que se diga que no aconselhamento existencial não existem receitas, fórmulas previamente estabelecidas. A experiência do aconselhador não serve para nortear as escolhas do aconselhando, pois ele é um ser único e responsável, que tem o seu próprio mundo de significados e valores, livre para encontrar-se, para encontrar o seu próprio caminho através de suas próprias vivências.

Esse encontrar-se totalmente leva o aconselhando a tornar-se livre, a encontrar a sua autenticidade, a encontrar a sua liberdade, liberdade esta que não é vista somente sob o prisma da liberdade física, mas no sentido de atribuir significado às suas limitações colocando-se psicologicamente diante delas.

"É uma grande sabedoria estar satisfeito com a liberdade limitada que cada um pode atingir." [5]

"O homem inautêntico não é totalmente destituído de liberdade, mas parou de crescer em liberdade." [6] Aí a linha existencial se opõe totalmente aos condutistas que encaram o homem como um ser controlado por leis às quais deve submeter-se inteiramente. Enquanto os condutistas criam soluções, os adeptos do aconselhamento existencial levam o indivíduo a encontrar a sua verdade, através da compreensão da sua própria liberdade.

"É o indivíduo quem decide o que será sua existência e não seu ambiente". [7] Assim sendo, o aconselhando não é manipulado pelo aconselhador. Ele é um fim e não um meio.

O "encontro existencial" é o encontro do "Eu e do Tu" de Buber. "Se Eu defronto um ser humano como o meu Tu e lhe digo a palavra primária Eu-Tu, ele não é uma coisa entre coisas e não consiste em coisas. Esse ser humano não é Ele ou Ela, destacado de todos os outros Ele ou Ela, um ponto específico no espaço e no tempo, dentro do conjunto da palàvra; nem é uma natureza apta a ser experimentada e descrita, um feixe ocasional de qualidades identificadas. Mas, sem próximos e todo em si mesmo, ele é Tu e enche os céus. Isto não significa que nada exista exceto ele próprio. Mas tudo o mais vive na sua luz". [8]

Portanto, para que o "encontro humano" se dê em toda a sua plenitude, é necessário que haja o relacionamento empático.

A relação empática leva o aconselhador a atender ao apelo do aconselhando: "Por favor, esteja comigo e por mim . . . Faça do meu mundo, pelo menos uma vez, o centro de sua atenção, de sua simpatia". [9]

[5] Van Kaam, Adrian. *The art of existencial counseling*. Pennsylvania, Dimension Books, Wilkes-Barres, 1966. p. 68.

[6] Id. ibid. p. 67.

[7] Stone, S. C. & Shertzer, B. *Manual para el asesoramiento psicológico*. Trad. Carlos Eduardo Saltzmann. Buenos Aires, Paidós, 1972. p. 348.

[8] Kneller, George. *Introdução à filosofia da educação*. Rio de Janeiro, Zahar, 1971. p. 92.

[9] Van Kaam, Adrian. *The art of existencial counseling*. Pennsylvania, Dimension Books, Wilkes-Barres, 1966. p. 22.

Sendo muito difícil atender ao apelo total, é necessário que o aconselhador penetre no mundo vivencial do aconselhando, sentindo-o como se fosse o seu próprio mundo. Assim, como não basta que alguém mude de lugar para ter a mesma impressão visual de outra pessoa, não basta que o aconselhador procure ver o mundo pelo mesmo ângulo do aconselhando; é necessário que ele procure vê-lo com os olhos do próprio aconselhando. Deve procurar compartilhar do mundo fenomenológico do outro.

Através da relação empática, chega-se a algo mais amplo e profundo de que aquilo que simplesmente está contido na apresentação fatual do aconselhando.

A empatia, que Rollo May compara à "participação mística do homem primitivo com o tótem", não implica numa simples aceitação (aceitação que vem da rememoração de suas próprias vivências – "eu compreendo porque também passei por isso . . ."), mas em ser sensível à personalidade única do aconselhando visto como um ser total e livre.

A empatia leva a uma fusão íntima, portanto é essencial ao encontro humano.

Leva à compreensão da realidade do cliente, que está além de toda e qualquer categorização, além de qualquer diagnóstico e de qualquer interpretação.

O encontro aconselhando-aconselhador leva o aconselhando a entrar num processo de recriação. A ele cabe tomar as decisões, é ele que, através de uso da própria liberdade, dá significado ao seu mundo.

O aconselhando é levado a descobrir como tornar-se livre, a compreender que algo deve ser feito, pois "Ser homem não é ser perfeito mas caminhar na direção de uma perfeição limitada, a que cada um pode atingir na sua vida."[10]

4. Objetivos do aconselhamento existencial

O aconselhamento existencial apresenta entre seus principais objetivos: abertura para a culpabilidade autêntica, existência dinâmica, libertação do psicologismo, da "imagem pública" e do cientificismo; honestidade existencial; compromisso existencial; auto-aceitação; abertura para o conflito autêntico.

4.1 *Abertura para a culpabilidade autêntica*

Pretende-se, na psicoterapia ou no aconselhamento existencial, levar o cliente a reconhecer e trabalhar sobre sentimentos autênticos de culpa, ao invés de fixar-se em sentimentos neuróticos, descobrindo os primeiros por baixo dos últimos.

[10] Van Kaam, Adrian. *The art of existencial counseling*. Pennsylvania, Dimension Books, Wilkes-Barres, 1966. p. 77.

A culpabilidade autêntica deriva-se de experiências próprias, reais e de atitudes de compromisso e de responsabilidade.

Quando o aconselhando ousa ser pequeno, sem importância, paradoxalmente cresce e deixa emergir uma existência inalienável, significante. Essa honestidade básica o habilita a admitir os próprios erros com serenidade. Antes receava que seus erros o atingissem, a ponto de destruir a estima dos outros por ele. À medida que progride o aconselhamento, o aconselhando reduz a percepção anterior à sua verdadeira dimensão, isto é, qualquer menosprezo ou crítica, anteriormente precebido como um ataque global à personalidade, torna-se reduzido em importância e é compreendido como útil ao progresso e crescimento pessoal.

O aconselhando aprende a aceitar os próprios erros e limitações sem ansiedade, amargura ou ressentimentos, e a assumir riscos, participando da realidade que o cerca. Incorporando a nova atitude, ganha em produtividade e criatividade.

4.2 *Existência dinâmica*

A vida deve ser reconhecida como crescimento, desenvolvimento, atualização. Este reconhecimento significa a abertura para novos modos de viver ou a integração de antigos e novos modos de existir, a escolha de um estilo saudável de vida.

A existência dinâmica supõe portanto a libertação de influências inibitórias, que empobrecem o existir, tornando-o por vezes unilateral, limitado a uma só direção.

A personalidade não é mais considerada acabada, completa no seu desenvolvimento e integração. A estrada a percorrer não tem fim. Aceita-se uma existência dinâmica, em busca constante de novos horizontes. Há uma estrutura fundamental da personalidade individual, isto é, uma constelação de impulsos e motivos básicos, com intensidade variável. O que pode variar é a realização concreta.

A personalidade no presente resulta de sua totalidade estrutural e de modos específicos de existência. A interação com fatores ambientais dá origem a um estilo único de vida.

É insatisfatória a redução do estudo da personalidade a termos de "teorias científicas". Elas no entanto elucidam, contribuem para o conhecimento parcial de realidades complexas. A atitude existencial em psicoterapia ou em aconselhamento implica no uso desses conhecimentos, dentro de uma abertura para a variedade infinita de possibilidades da existência humana.

4.3 *Libertação do psicologismo, da "imagem pública", do cientificismo*

Há muitas pessoas prejudicadas no desenvolvimento de sua personalidade por influências que derivam da difusão de conhecimentos fragmentados de psicologia ou psiquiatria, ao nível popular.

Um dos objetivos do aconselhamento moderno será libertar o indivíduo da influência de conceitos populares, que afetam a experiência real pessoal. Outro propósito será o de capacitar o aconselhando a libertar-se da "imagem pública" (aquela que ele acredita que os outros tenham a seu próprio respeito). A pessoa muito preocupada com esse aspecto deixa de ser verdadeira, real. Preocupa-se mais com o que aparenta do que com o que na verdade é. À medida que é mais sensível às preferências dos outros do que aos próprios sentimentos, torna-se incapaz de distinguir entre os próprios sentimentos e aquilo que os outros esperam dela. Segundo Van Kaam, quanto mais sensível, criativo e inteligente for alguém, mais alterado pela "prostituição" de seus talentos.

Torna-se necessário ao aconselhando livrar-se da idéia de que as soluções para os seus problemas residem em técnicas de automanipulação.

4.4 *Honestidade existencial*

É objetivo do aconselhamento existencial levar o aconselhando a reconhecer a própria identidade, isto é, tornar-se capaz de ser verdadeiro consigo mesmo e com os outros.

Apenas a própria pessoa pode tomar decisões finais em sua vida, segundo a sua percepção pessoal, que enriquece e evolui por meio da avaliação pessoal das percepções dos outros.

É parte da honestidade existencial, a abdicação de respostas experimentadas como falsas, assim como a diminuição dos sistemas defensivos pessoais, desenvolvidos numa autoproteção ansiosa. Essa tarefa não termina, porque os sistemas defensivos tendem a emergir, sempre que a pessoa se sente ameaçada.

A desestruturação de uma personalidade deformada por condicionamentos vários e montada em esquemas defensivos adequados à situação anterior produz o sentimento ansioso, relacionado a um vazio, onde se perdem todas as certezas e apegos anteriores, revelando pequenez, fraqueza, insuficiência. Daí-resistirmos diante da honestidade.

Parece mais fácil ao aconselhando aceitar-se como mau do que como insignificante. A secreta autopercepção de ausência de valor e pequenez leva o aconselhando a supor que todos estão constantemente a ponto de percebê-lo assim. Quando começa a abrir mão da atitude defensiva, o seu comportamento torna-se mais livre e permite a emersão de uma realidade pessoal única. Segue-se a reestruturação pelo sujeito de sua personalidade em bases autênticas, pessoais, inalienáveis.

4.5 *Compromisso existencial*

O compromisso com a existência é participação consciente, dirigida, da realidade segundo as características pessoais de cada um. Implica o desejo de viver um

"projeto de vida", segundo a própria verdade e as demandas da existência. Abrimos mão de uma existência autocentrada e autocrática e colocamo-nos à disposição das demandas da vida.

Participar não significa render-se cegamente, mas viver um projeto de vida coerente consigo mesmo e com as demandas do meio-ambiente.

Comprometer-se com a vida é libertar-se da prisão pessoal e integrar-se na realidade, na história. É render-se à vida, assumindo todos os seus riscos. Impõe-se a recusa em fazer das preocupações egocêntricas o único critério do projeto de vida.

A autoconfiança será mais o produto do que a causa do compromisso existencial. Aceitar da existência os aspectos prazeirosos ou dolorosos, é condição para a verdadeira liberdade.

Há aspectos da vida que são revelados quando o sofrimento é vivenciado. As tentativas de evitar experiências dolorosas dificultam o crescimento.

A atitude realista, "aqui" e "agora", permite a cada um decidir sobre a conveniência de sua ação.

Apenas o compromisso que não seja autocentrado e sim consciente e livre tem um efeito libertador, na existência humana.

4.6 *A auto-aceitação*

O compromisso com a realidade implica que o cliente se aceite a si mesmo, assuma a responsabilidade de sua própria realidade, conscientize-se de suas potencialidades únicas e defenda-se quando necessário.

A auto-aceitação envolve atitudes e reações como: colocar-se em campo e não retirar-se (por ansiedade, modéstia defensiva, falsa humildade egocêntrica); reconhecer as próprias capacidades e limitações; defender os próprios direitos. O compromisso exagerado com parentes ou outras solicitações também pode comprometer o crescimento pessoal.

4.7 *Abertura para o conflito autêntico*

A finalidade da psicoterapia ou do aconselhamento existencial não é resolver os conflitos dos clientes, mas ajudá-lo a descobrir a sua estrutura única, fundamental e comprometê-lo na atualização dessa estrutura.

A terapia o ajuda a superar estruturações inautênticas e espúrias que se sobrepuseram ao arcabouço único, fundamental. No entanto, não o libertará de conflitos e contradições, que estão presentes na sua estrutura existencial básica.

O objetivo do aconselhamento é levar o aconselhando a experimentar essas inclinações contraditórias mais claramente. Ele deve tornar-se capaz de descobrir,

manter e restaurar o equilíbrio entre forças contraditórias, características de sua personalidade.

O objetivo será iniciar conflitos autênticos, que devem substituir os inautênticos do passado.

5. As atitudes de aconselhador

A teoria de aconselhamento existencial caracteriza a situação de aconselhamento em termos de "encontro humano", isto é, estar totalmente com outra pessoa (e por ela) e tentar compartilhar do seu mundo.

São ressaltadas as atitudes do aconselhador que favorecem o relacionamento intersubjetivo com o aconselhando, atitudes cujo objetivo primeiro é trazer à tona o seu mundo de significados.

Segundo Van Kaam, as atitudes de maior relevância na situação de aconselhamento são: a flexibilidade, a aceitação, a gentileza (*gentleness*) e a sinceridade.

5.1 *Flexibilidade*

A atitude de flexibilidade significa o abandono de regras rígidas e esquemas explicativos, mesmo que derivados de observações práticas com outros clientes. Supõe a abertura para uma nova realidade pessoal que é necessariamente única.

O cliente aprendeu a reprimir o seu mundo pessoal de modo a proteger-se de ser mal compreendido, humilhado, vilipendiado. Revelá-lo ao aconselhador, será expor a sua sensibilidade.

O medo de desaprovação limita o reconhecimento das próprias inclinações básicas e aspirações. A repressão do mundo em que vive o aconselhando pode ser tão intensa, que ele mesmo desconheça os significados mais profundos de sua vida pessoal.

A flexibilidade significará criatividade. Cada aconselhando vive no seu próprio mundo de significados, expressão de uma existência que é única "aqui" e "agora". Logo, cada manifestação, na relação de aconselhamento, deve ser criativa. Pressupõe que o aconselhador seja uma pessoa madura, livre de ameaças e de rigidez.

O comportamento rígido do aconselhador corresponde a uma defesa contra possível ameaça de um mundo inesperado ou indesejável. O aconselhador pode estar sujeito a tais formas de reação quando, na verdade, não realizou a sua própria unidade e se sente incapaz de enfrentar a revelação de um outro mundo de significados.

Há duas formas de expressar rigidez: a atitude formal, que, deixando transparecer uma certa frieza ou indiferença, impede a comunicação em profundidade; e a atitude compulsiva de pilheriar, talvez ainda mais eficiente em dificultar um

encontro humano verdadeiro. Se o aconselhador pilheria mesmo levemente com os sentimentos revelados pelo aconselhando, com a intenção de fazer crer que existe uma atmosfera de camaradagem, ele pode, sem o desejar, ser identificado com o mundo social rotineiro do aconselhando. A atitude aberta, unilateral para o cenário cultural-social, dificulta a exploração, pelo aconselhando, da totalidade de seus aspectos mais significativos. Outro obstáculo seria a identificação do aconselhador com os pais do aconselhando, seus professores, administradores, supervisores, coletas, etc. Tais identificações prejudicam a eficiência do aconselhamento porque levam o relacionamento a funcionar dentro dos esquemas da vida diária, desencadeando as reações habituais do aconselhando: o comportamento formal, casual, dependente, superficial, polido, sem profundidade. Remover toda a distância social é pois prejudicial, e não significa ser distante e sim espontâneo e interessado em verdadeiramente compartilhar.

5.2 *Aceitação*

A aceitação não deve ser confundida com aprovação; significa, na situação de aconselhamento, a preservação, pelo aconselhador, de uma atitude valorativa.

O aconselhando merece respeito, pela pessoa única que é e que interessa ao aconselhador compreender. As suas reações comportamentais assumem uma *condição sintomática* e são assim apreciadas, isto é, exprimem dificuldade na estruturação pelo aconselhando de seu mundo de significados. A função do aconselhador será compreender que dimensão da existência do aconselhando é revelada pelas suas comunicações. Basicamente, o aconselhando é respeitado como pessoa humana, dinamicamente presente, acima das comunicações que faz.

A natureza humana é considerada como fundamentalmente boa e amável. Há o mais profundo respeito pela existência. Os desvios de comportamento, incluindo o que nós entendemos por maldade, se relacionam à patologia.

Sente-se primariamente, nos padrões de comportamento do cliente, um ser humano que sofre e tenta desesperadamente ajustar-se à vida é a sociedade. Trata-se de uma pessoa que luta à procura de um projeto significativo de vida.

Para que o aconselhando se desincumba dessa tarefa, é mister que se autoavalie continuamente, explorando as suas possíveis inibições, ansiedades, insegurança. Do contrário, segundo as palavras de Van Kamm, "eu inconscientemente sustento as defesas do meu cliente, com as minhas próprias defesas". [11]

5.3 *Gentileza* (*Gentleness*)

A gentileza é uma atitude complexa. Exprime respeito, sensibilidade, consideração, tolerância. Não se trata, da parte do aconselhador, de tentar "ser um deles",

[11] Van Kaam, Adrian. *The art of existencial counseling*. Pennsylvania, Dimension Books, Wilkes-Barres, 1966. p. 146.

pelas razões já apontadas, ou de projetar no aconselhando as próprias ambições insatisfeitas, numa tentativa de realização. Muito menos, do apego do aconselhador ao aconselhando, buscando suprir as necessidades afetivas do primeiro.

Há aconselhadores (homens) que não ultrapassaram a preocupação ansiosa com a própria virilidade, circunstância que os impede de serem gentis.

A gentileza não deve ser atitude adotada em termos de estratégia, o que manteria o relacionamento a um nível superficial, sem acesso a níveis mais profundos da existência.

5.4 *Sinceridade*

Esta atitude é basicamente importante em termos de terapia e aconselhamento existencial.

A sinceridade profunda corresponde à autenticidade e se expressará em termos de abertura, honestidade, apego à verdade. Torna-se necessário ao aconselhador despojar-se de sua "máscara social", por vezes útil em outras situações de vida, em que o homem procura defender-se das demandas ou da sobrecarga em seu relacionamento com funcionários, colegas, administradores, familiares, etc. A "máscara social" paralisaria uma comunicação intersubjetiva na situação de aconselhamento.

6. Conclusões

A teoria de aconselhamento existencial baseia-se num corpo de proposições, voltado sobretudo para valores e atitudes que devem orientar a ação do aconselhador no seu relacionamento com o aconselhando. Há uma filosofia de vida a considerar, em que os valores liberdade, autenticidade e respeito pela existência são necessariamente aceitos e presentes.

As atitudes do aconselhador, no encontro com o aconselhando, são aquelas compatíveis com os valores enfatizados e com a concepção do homem como um ser único, inconfundível, com direito a "existir" e criar uma essência própria, inalienável.

A denominação de "teoria" justifica-se em termos de corresponder a uma linha terapêutica, derivada da filosofia existencial. Na realidade, a posição do aconselhamento existencial está fora daquilo que definimos como teoria científica, mesmo porque é negada a validade explicativa de qualquer esquema teórico, como aplicável à totalidade dos casos de aconselhamento.

O aconselhador deve ter formação científica que o ajudará a penetrar e compreender os mistérios da natureza humana e suas expressões comportamentais, o grau de deformação a que cada um está sujeito, em interação com o meio

físico-social. No entanto, a disposição de aplicar qualquer teoria científica de aconselhamento como linha terapêutica peca por insuficiência, quando não contraria diretamente os valores existenciais. Nada é generalizável. Cada pessoa humana é uma realidade ímpar e inconfundível, e somente ela, mesmo quando ajudada pelo aconselhador, será capaz de estruturar sua própria personalidade, criar seus valores, realizar suas opções.

As principais críticas dirigidas ao aconselhamento existencial voltam-se para a inexistência de etapas ou técnicas definidas no processo, cuja ênfase é o encontro humano intersubjetivo como correspondendo ao encontro terapêutico.

Na realidade, há condições mínimas a exigir do aconselhando e do aconselhador para a realização de um processo de aconselhamento existencial. Da parte do aconselhando, a participação dinâmica, numa reestruturação pessoal, requer certo nível de maturidade e de capacidade mental, o que corresponde à sua inaplicabilidade, nos termos aludidos, a crianças ou a deficientes mentais.

O aconselhador deverá satisfazer a condições especiais relacionadas à sua personalidade, de cuja formação e expressão façam parte os valores mencionados, e ainda, possuir uma formação científica e filosófica apropriada, coerente com um processo terapêutico que é na realidade suprateórico. A criatividade no processo terapêutico não dispensa o conhecimento de teorias científicas no estudo do comportamento, mas se coloca acima delas.

Bibliografia

Kierkegaard, Soren. *O desespero humano.* Trad. port. Adolfo Casais Monteiro. Porto, Ed. Monteiro, 1961.

Kneller, G. F. *Introdução à filosofia da educação.* Trad. Alvaro Cabral. 3. ed. Rio de Janeiro, Zahar, 1970.

Jaspers, K. *Introdução ao pensamento filosófico.* Trad. Leonidas Hegemberg & Octanny S. da Mota. São Paulo, Cultrix, 1971.

_____. *Razão e anti-razão em nosso tempo.* Trad. Alvaro Vieira Pinto. Rio de Janeiro, MEC, 1958.

May, Rollo. *The art of counseling.* New York, Abbington Press, 1959.

Sciacca, M. F. *O problema da educação.* São Paulo, Herder, 1966. v. 2.

Shertzer, B. & Stone, S. C. *Manual para el asesoramiento psicológico.* Trad. Carlos Eduardo Saltzmann. Buenos Aires, Paidós, 1972.

Van Kaam, Adrian. *The art of existencial counseling.* Pennsylvania, Dimension Books, 1966.