



UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA



INSTITUTO DE PSICOLOGIA

Programa de Pós-Graduação em Psicologia - Mestrado

Área de Concentração: Psicologia Aplicada

LUDOANA POUSA CORRÊA DE PAIVA ROCHA BARROS

O USO DE CARTAS TERAPÊUTICAS EM PSICOTERAPIA DE GRUPO

Uberlândia

2010

LUDOANA POUSA CORRÊA DE PAIVA ROCHA BARROS

O USO DE CARTAS TERAPÊUTICAS EM PSICOTERAPIA DE GRUPO

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia – Mestrado do Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia, como requisito parcial à obtenção do Título de Mestre em Psicologia Aplicada.

Orientador: Prof. Dr. Emerson F. Rasesa

Uberlândia

2010

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Sistema de Bibliotecas da UFU, MG, Brasil.

B277u Barros, Ludoana Pousa Corrêa de Paiva Rocha, 1981-
O uso de cartas terapêuticas em psicoterapia de grupo / Ludoana
Pousa Corrêa de Paiva Rocha Barros. – 2010.
196 f.

Orientador: Emerson F. Rasesa.

Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Uberlândia,
Programa de Pós-Graduação em Psicologia.

Inclui bibliografia.

1. Psicoterapia de grupo - Teses. I. Rasesa, Emerson F (Emerson
Fernando), 1972- . II. Universidade Federal de Uberlândia. Programa
de Pós-Graduação em Psicologia. III. Título.

CDU: 615.851.6

Ludoana Pousa Corrêa de Paiva Rocha Barros

O uso de cartas terapêuticas em psicoterapia de grupo

Dissertação de Mestrado submetida ao Programa de Pós-Graduação do Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia, como requisito parcial à obtenção do Título de Mestre em Psicologia Aplicada.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Emerson Fernando Raserá
Orientador (UFU)

Prof^ª. Dra. Anamaria Silva Neves
Examinadora (UFU)

Prof^ª. Dra. Marilene Grandesso
Examinadora (PUC-SP)

Uberlândia, ____ de _____ de 2010

A meu marido Pedro, que personifica o amor e a alegria em minha vida.

Grata por trazer música e poesia para o nosso lar.

Agradecimentos

Poder exercer o ato de agradecer é um privilégio exercido por quem é grato; gratificado. Assim, agradeço a Deus, por ter me tocado e carregado durante todo o percurso do Mestrado. Eu O agradeço por ter me possibilitado viver histórias de amor, paciência e perseverança nesse período.

Sou imensamente grata ao meu pai, mãe e irmão, família querida que me batizou no mundo das letras, dos livros e discos, das cartas e das poesias.

Grata pelos amigos, de velhas e novas caminhadas, que me suportaram e me sustentaram nesse período. À amiga e irmã Carol, minha gratidão pela companhia constante e pelo amor que transborda. Aos “chicletinhos”, sou grata pela amizade, pelas palavras de refrigério e pelas orações compartilhadas. À mãe de coração, Kellen, sou grata pela alegria e pelo tempo de descanso proporcionado.

Ao querido professor e orientador Emerson, sou grata por todo o apoio, pela amizade, paciência e afeto. Se não fosse você, o mestrado não seria. Obrigada pela dedicação, perseverança e carinho.

Sou imensamente grata às pessoas que compuseram o grupo terapêutico. Fico tocada pelo aprendizado construído no compartilhar de histórias tão importantes. Com certeza, a participação de cada um tornou essa pesquisa não só possível, como especial.

Obrigada à minha querida equipe reflexiva, não apenas por terem sido companheiras de jornada, mas, principalmente, por terem acrescentado indagações e colorido ao processo.

Sou grata a todos aqueles que estiveram comigo nesse percurso, tantas vezes confuso e tortuoso, mas cheio de possibilidades e desafios. Como em qualquer viagem, fica a gratidão pela oportunidade do caminhar, bem como o agradecimento àqueles que me dirigiram ou descansaram os passos.

“Então, é assim que se cria uma única história: mostre um povo como uma coisa, como somente uma coisa, repetidamente, e será o que eles se tornarão. É impossível falar sobre uma única história sem falar sobre poder. Há uma palavra, uma palavra da tribo Igbo, que eu lembro sempre que penso sobre as estruturas de poder do mundo; a palavra ‘nkali’. É um substantivo que livremente se traduz: “ser maior do que o outro”. Como nosso mundo econômico e político, histórias também são definidas pelo princípio do “nkali”. Como são contadas, quem as conta, quando e quantas histórias são contadas, tudo realmente depende do poder. Poder é a habilidade de não só contar a história de uma outra pessoa, mas de fazê-la a história definitiva daquela pessoa” (Adichie, C.; 1999).

RESUMO

O uso de cartas terapêuticas em psicoterapia de grupo

Barros, L.P.C.P.R.; Rasera, E.F.

Instituto de Psicologia – Universidade Federal de Uberlândia

2010

O uso da comunicação escrita na prática clínica cotidiana tem sido relatado desde a década de 1940. Porém, é apenas no domínio da terapia narrativa que o termo “cartas terapêuticas”, e sua prática voltada para a intervenção, ganham identidade. Essas cartas, diferentemente das cartas sociais, têm como foco o contexto, conteúdo, intenções e efeitos causados no paciente e no terapeuta. São cartas mais literárias do que diagnósticas as quais mais expõem situações e possibilidades do que explicam algo. Elas documentam a história, relatam os avanços presentes e imaginam possibilidades futuras. A partir desse contexto, o objetivo deste trabalho é investigar os sentidos das cartas terapêuticas em grupos psicoterápicos que utilizam esse recurso, especificamente em relação ao seu processo de escrita, considerando tanto a lógica que organiza sua redação quanto os princípios terapêuticos utilizados para atender determinadas funções. Para alcançar os objetivos deste trabalho, foram realizados 12 encontros grupais, de caráter fechado, com a presença de uma terapeuta de campo e duas terapeutas que formaram a equipe reflexiva. Participaram desse grupo 10 pessoas, de ambos os gêneros, com pedidos e idades diversas (de 31 a 52 anos). As cartas eram escritas pela terapeuta de campo, após as sessões grupais, e entregue aos participantes, ao início da sessão posterior. A partir da análise das cartas redigidas pela terapeuta, percebo que as cartas possuem vários princípios e procedimentos de linguagem úteis para a construção de narrativas preferíveis, sendo um documento importante no processo de re-autoria. Entre esses princípios, destaco: a desconstrução do self subjugado, a procura por exceções, a manutenção de uma postura de não-saber e a internalização do agenciamento pessoal. No processo de escrita da carta, o terapeuta usa de procedimentos relativos a cada um desses princípios, somado a outros recursos e estratégias lingüísticas, para promover determinados objetivos terapêuticos. Desse modo, reconhecendo o conhecimento como uma prática discursiva socialmente construída, os conceitos e questões aqui apresentados buscam oferecer outras possibilidades de reflexão e conversação, almejando a ampliação dos discursos disponíveis relativos ao uso das cartas no contexto terapêutico.

Palavras-chave: cartas terapêuticas, psicoterapia de grupo, terapia narrativa, linguagem.

Abstract

The use of therapeutic letters in the group psychotherapy

Paiva, L.P.C.; Rasesa, E.F.

Institute of Psychology - Federal University of Uberlândia
2010

The use of written communication in the clinical practice has been reported since the 1940 decade. However, it is only in the narrative therapy domain that the term “therapeutic letters” and its practice aimed towards intervention gain identity. These letters, differently from social letters, has context, content, intentions and effects caused on the patient and the therapist as the focus. They are more literal then diagnoses letters, exposing situations and possibilities more than explaining something. They document history, report present developments and future forecasts. From this context, the objective of this project is to investigate the meanings of therapeutic letters in psychotherapeutic groups that use this resource, specifically in relation to its written process, considering the logic that organizes its writing and the therapeutic principles used to attend specific functions. To achieve this project’s objective 12 closed character group meetings took place, with the attendance of a field therapist and two therapists that formed a reflexive team. This group was composed by 9 people, of both sexes, with ages varying from 31 to 52 years. The letters were written by the field therapist after the group sessions, and handed to the participants in the beginning of the following session. From the analysis carried out in one of the letters written by the therapist, I notice that the letters have various principles and procedures of language useful for the construction of preferred narratives, being an important document in the re-authoring process. I highlight amongst these principles: the deconstructing the subjugated self, the searching for exceptions, the maintaining a ‘not-knowing’ position and the internalizing personal agency. From the process of writing the letter, the therapist uses procedures relative to each one of these principles, adding to other resources and linguistic strategies to promote determinate therapeutic objectives. This way, recognizing knowledge as a socially constructed discursive practice, the concepts and questions here presented seek to offer other possibilities of reflection and conversation, craving the expansion of available speeches relative to the issue of the letters in the therapeutic context.

Key words: therapeutic letters, group psychotherapy, narrative therapy, language.

SUMÁRIO

1. Pra começo de conversa	10
2. O percurso das cartas na cultura e na clínica	16
3. O construcionismo social e a Terapia	26
3.1. A estrutura das narrativas	43
3.2. Terapia narrativa e as cartas terapêuticas	48
4. Objetivo	64
5. A pesquisa a partir do referencial Construcionista Social	65
5.1. O contexto, o grupo e seus participantes	68
5.2. Considerações éticas	74
5.3. O relato de sessão a partir das cartas	75
6. Constituição e Procedimento de análise do corpus	82
7. Resultados	89
7.1. Fortalecendo a grupalidade: parágrafo inicial	90
7.2. Construindo a externalização do problema: conversando com Antônio	95
7.3. Convite à reflexividade: conversando com Lucas	102
7.4. Pontuando competências: conversando com Lívia	106
7.5. Substituir pressupostos por curiosidade: conversando com Cibele	109
7.6. Identificar acontecimentos extraordinários: conversando com Renata	113
7.7. Colocar os membros como agentes de mudança: conversando com Joana	117
7.8. Atribuir intencionalidade positiva: conversando com Elisa	120
7.9. Revendo o processo grupal: parágrafo de encerramento	122
7.10. Imaginando possibilidades: conversando com Antônio na 1ª sessão	124
7.11. Contextualizando o problema e creditando influência ambiental: conversando com Joana e Lívia na 2ª sessão	126
7.12. Legitimando sentimentos: conversando com Mariana na 4ª sessão	129
8. Discutindo conceitos e questões	133
8.1. Discussões acerca do método de análise utilizado	133
8.2. Questões éticas referentes à escrita da carta na clínica	136
8.3. Implicações do uso das cartas terapêuticas para a prática clínica	138
8.4. Possibilidades de pesquisas futuras	142
9. Referências Bibliográficas	145
10. Apêndices	155

1. Pra começo de conversa...

As histórias vividas são sempre muito mais ricas que qualquer possibilidade de relato sobre elas. Configuradas como recortes na experiência a partir de significados pessoais, enfatizando certos acontecimentos em detrimento de outros, sempre há outras possibilidades decorrentes das lacunas, contradições, exclusões e inclusões, fazendo surgir do fundo indiferenciado da experiência novas tramas relacionais, favorecendo não só a mudança do eu-narrador, como também na audiência da qual o terapeuta é parte privilegiada. (Grandesso, 2000, p.243)

Toda história começa em um ponto de partida. Quando penso em minha história acadêmica percebo-me em vários desses pontos, concomitantemente. Percebo-me em encruzilhadas e encerramentos de capítulo, tomando fôlego e pedindo ajuda; gargalhando e chorando. Pensar em começos é lembrar-me de pessoas que nos deram colo, inúmeras vezes, e com tanto carinho. A professora, doutora e mãe do coração Maria Lúcia Castilho Romera foi uma das personagens principais desta história. Se não fosse por sua perseverança comigo, eu não teria me formado em Psicologia e descoberto o que hoje se faz minha paixão. O professor, doutor, e querido amigo Emerson Fernando Rasesa, meu orientador, foi quem me apresentou os mares construcionistas, tantas vezes revoltos pelos discursos. Hoje, entendo que nos apaixonamos por pessoas, e as teorias surgem como acompanhantes.

O capítulo desta pesquisa em minha história pessoal inicia-se a partir de algumas questões suscitadas na participação em estágio curricular, realizado na Universidade Federal de Uberlândia, no ano de 2006 e 2007.

Tive meu primeiro contato com o construcionismo social, perspectiva utilizada nesse estudo, a partir de uma disciplina na graduação denominada “Teoria e Técnica de Grupo”. Nessa época, em 2006, sem ainda ter feito nenhum estágio, tanto o construcionismo social quanto o atendimento em grupo eram possibilidades novas para mim.

O estágio teve duração de um ano, no qual realizamos dois grupos terapêuticos fechados, com encontros semanais de 1h30, totalizando doze sessões de atendimento para cada grupo. Os grupos tinham caráter heterogêneo, no que diz respeito ao gênero das pessoas, idade e às questões levadas por elas para a terapia. Nossas supervisões eram semanais, e aguardadas por todas nós com muito entusiasmo. Isso porque, além do relato de sessão, aquele era um espaço onde ouvíamos as percepções umas das outras, assim como os sentimentos suscitados pelo atendimento.

Dado meu encantamento teórico com a técnica utilizada no grupo, meu desejo de pesquisar e de aprofundar meus conhecimentos no construcionismo começou a surgir. O formato de nosso atendimento, com a participação de quatro terapeutas, era ter duas delas formando a equipe de campo, e as outras duas formando o que Tom Andersen (1998) denomina equipe reflexiva, cuja tarefa é pensar sobre o que é dito no grupo, a fim de que, com questões reflexivas, se possa gerar um novo campo de entendimento. Utilizávamos ainda, como forma de intervenção, um instrumento denominado por Michael White e David Epston (1990) de “cartas terapêuticas”. As cartas eram escritas a cada semana por uma das terapeutas de campo. Por meio dessa carta, nós buscávamos conversar com as pessoas presentes no grupo, contextualizando-as minimamente em relação ao que havia ocorrido na sessão anterior, e buscando ampliar dizeres e saberes a partir de perguntas reflexivas. Outro processo possibilitado por esse documento escrito era o reconhecimento de mudanças e a legitimação de ações. Ao início de cada sessão grupal, a terapeuta que havia escrito a carta fazia sua leitura para todo o grupo, e convidava os participantes a conversarem sobre a carta ou sobre qualquer outra questão, em um movimento de liberdade com a fala do cliente.

Relembrei meus tempos de criança, quando as primeiras cartas, românticas, eram endereçadas ao meu pai. Meu primeiro namoro, ainda menina, iniciou com uma breve carta de amor e, por meio das cartas, o namoro desenvolveu-se e terminou. Era longa a espera

frente à caixa do correio, por cartas da minha prima, quase irmã, que morava distante. Cartas em papéis cheirosos e coloridos, letras caprichadas, lágrimas, suspiros.

Assim, esse processo de escrever para o outro, em uma atitude de carinho e consideração, chamava a minha atenção. Fiquei pensando no quanto eu gostaria de ser cuidada daquela forma, tendo minha terapeuta pensando em mim depois da sessão, refletindo sobre formas de me ajudar e estender o tempo da palavra comigo. Seria esse um desejo só meu? E os pacientes, o que eles pensavam sobre isso? Qual seria a melhor forma de escrever as cartas, para ajudá-los? Quais recursos de linguagem poderiam ser destacados pela terapeuta na escrita da carta? Quais sentidos seriam produzidos e a partir de quais procedimentos textuais? Essas foram perguntas surgidas no decorrer do estágio e que me acompanharam durante o uso das cartas no grupo.

Dessa forma, busquei na literatura artigos relacionados às cartas terapêuticas escritas por profissionais, e me perguntava quais especialidades e lugares, para além de nossa prática em uma clínica-escola, utilizavam-se daquele instrumento. Infelizmente, não encontrei nenhum artigo, pesquisa ou qualquer referência às cartas terapêuticas nas bases de dados nacionais. Apenas em âmbito internacional, na base de dados PsycInfo (1806-2009), encontrei treze artigos com o termo “therapeutic letter”. Outras palavras-chave foram pesquisadas, tais como: letter writing, writing group, writing therapy, written communication, letter therapy writing. Todos esses termos relacionam-se à escrita na prática clínica, mas são usados com maior frequência em relação à escrita realizada pelos pacientes, o que corroborou com a idéia do pouco estudo relativo a esse assunto. Assim sendo, em parceria com o meu antigo supervisor de estágio, e agora atual orientador de mestrado, decidi investigar as perguntas que eu me fazia.

Por essa razão, o objetivo deste estudo é investigar os sentidos das cartas terapêuticas em grupos psicoterápicos que utilizam este recurso, especificamente em relação ao seu processo

de escrita, considerando tanto a lógica que organiza sua redação quanto os princípios terapêuticos utilizados para atender determinadas funções. Entendo que investigar essa questão oferece um espaço de reflexão e diálogo sobre o uso desse instrumento, que são as cartas terapêuticas de outros profissionais, além de sustentar o meu processo de formação pessoa-terapeuta-pesquisadora.

O percurso desse estudo apresentou alguns desafios ao longo do seu desenvolvimento. A proposta inicial da pesquisa abarcava o desejo de analisar as entrevistas individuais finais, que tiveram como foco conversacional as cartas terapêuticas, além do entendimento sobre o processo de construção das cartas. Sendo assim, todas as sessões foram gravadas e transcritas. Porém, ao longo do tempo, fui percebendo que as possibilidades e os questionamentos eram muito maiores que o prazo permitido para a finalização da dissertação. Venci a frustração a partir do entendimento de que tais investigações e análises poderiam atender a pesquisas futuras. Assim, todo o material foi transformado em um banco de dados.

A estrutura do trabalho foi organizada de forma a apresentar no Capítulo 2 um breve histórico do uso das cartas no mundo, como elas surgiram, os lugares ocupados, assim como as funções que elas buscaram atender no decorrer dos tempos. Nesse mesmo capítulo, analisei o uso da comunicação escrita na clínica, perpassando pelas pesquisas realizadas na área. Resgatando as cartas para a atualidade, apresentei a nova normatização do CFP (Conselho Federal de Psicologia) relativa à obrigatoriedade do registro documental, destacando os paradigmas os quais percebi que sustentava essa resolução.

Por sua vez, no capítulo 3, foi apresentada a perspectiva teórica da pesquisa, o construcionismo social e algumas abordagens terapêuticas pertinentes ao estudo, tais como a abordagem colaborativa, os processos reflexivos e a terapia narrativa. A ênfase foi posta na proposta terapêutica narrativa, pelo fato de as cartas terapêuticas terem sido originadas em seu domínio. Nessa direção, apresento, ainda neste capítulo, a estrutura das narrativas, como

estão estabelecidas na sociedade ocidental. Como proposta, busco investigar a formação narrativa, a fim de que possa refletir sobre sua estrutura, para a construção de histórias preferíveis junto ao cliente. Por fim, faço a conexão entre as cartas terapêuticas e a terapia narrativa, a partir de estudos que contribuem para sua prática.

No capítulo 4, foi apresentado o objetivo da pesquisa e, posteriormente, no capítulo 5, o percurso teórico-metodológico, articulando o contexto da pesquisa e dos participantes, de forma a dar visibilidade ao processo deste estudo, facilitando ainda o conhecimento das pessoas que compuseram o grupo e em qual lugar elas se encontravam. A estrutura das cartas também ganhou lugar de destaque nesse capítulo.

Na sequência, ao capítulo 6 dei visibilidade à constituição e aos procedimentos de análise do corpus, que tiveram como foco as cartas redigidas durante o processo grupal. Nesse capítulo, justifiquei o modelo de análise, bem como apresentei um quadro que resume as categorias utilizadas para análise.

No capítulo 7, tenho a análise propriamente dita, assim como as discussões pertinentes à mesma. Uma das cartas foi analisada na íntegra, com o objetivo de investigar a linguagem em ação e as funções geradas pelo uso dos princípios e procedimentos utilizados.

Por fim, no capítulo 8, problematizei conceitos e questões referentes a quatro eixos: 1) a questão metodológica; 2) a questão ética, envolvendo a escrita da carta; 3) as implicações do uso das cartas, tendo foco em sua relação com a normatização do CFP (Resolução 001/2009), que dispõe sobre a obrigatoriedade do registro documental decorrente da prestação de serviços psicológicos e, por fim, 4) breve exposição do que entendo como aspectos importantes a serem estudados no futuro.

A repercussão e a utilidade deste trabalho, assim como a possível contribuição gerada no campo da terapia, decorrerá da ampliação de possibilidades de outras conversações, a partir da construção de novos sentidos acerca, não apenas, de um outro documento na prática

clínica, mas, principalmente, da perspectiva de um instrumento interventivo no contexto terapêutico.

2. O percurso das cartas na cultura e na clínica

Cuando la recibí me sorprendió y me alegró. Leí lo que decía, y así lo podía recordar para nuestra próxima reunión. La lei bastantes veces. Tengo mi próprio archivador para ella, que guardo em um cajón especial. Lo bueno de la carta era también que cuando algo está escrito puedes decir que no está bien. En cuanto vi la carta, supe que era para mí. La brí, mamá la leyó, y luego lo hizo em voz alta. Después you la lei três veces y la puse em mi archivador. La mire um par de veces más durante esse mês. Lo que me gustaba de la carta es que hace que los niños piensen que saben lo que dicen. Creo que es una buena forma de comunicarse com los niños después de una reunión (Freeman, Epston & Lobivits, 2001, p.166 – trecho de uma carta entregue a David Epston por uma criança em psicoterapia)

Ao pensar nas cartas como uma ferramenta para a prática clínica, posso me perguntar sobre seu surgimento histórico e o lugar de importância que elas adquirem no decorrer do tempo. A história das cartas se entrelaça com o surgimento da escrita e com a necessidade do homem em se comunicar.

As primeiras inscrições gráficas datam de 30.000 a.C. e surgiram para que o homem estabelecesse contato de maneira fixa e estável no tempo. Assim, a escrita vai sendo desenvolvida de acordo com a necessidade de determinados povos e culturas, mostrando-se ser de primordial importância para o desenvolvimento da humanidade, já que as idéias passam a ficar gravadas, preservando a história da humanidade e dando suporte à memória (Andrade, 2001).

No século XII a.C., os egípcios já possuíam um sistema postal, e os faraós o utilizavam para difundir decretos em todo o Estado. O mesmo percurso foi realizado por outros povos, tais como os persas, gregos, cretenses e fenícios. A mensagem escrita foi ocupando lugar de

importância para o desenvolvimento desses povos e de suas culturas, passando a fazer parte dos hábitos diários dessas pessoas.

A Bíblia também se mostra como guardadora de inúmeras cartas. No Novo Testamento, existe um total de treze cartas de Paulo (Cartas Paulinas) escritas, provavelmente, entre 50 e 65 d.C.. Existem ainda as Cartas Gerais, nas quais estão inseridas epístolas escritas por Tiago, João, Pedro e Judas.

Em determinadas épocas, a carta como comunicação escrita só era acessada por pessoas letradas, sendo utilizada expressivamente para força política. Como prática existente para poucos privilegiados, a carta foi bastante difundida na época Renascentista. Para Reynes (conforme citado por Cunha, 2005), a carta experimentou seu ápice no século XVII com Madame Sévigné. Segundo o autor, os motivos das cartas terem ganhado tamanha visibilidade deveu-se à “vida de ócio e um grande teatro de observação social; enfim uma posição elevada e o domínio dos panoramas humanos” (p.33). As cartas de Sévigné foram vistas por alguns como o retrato preciso da história francesa, chegando a fazer parte de manuais escolares. Outros a creditaram como escritos de uma época feitos acidentalmente e há ainda os que a concebem como obra literária. O fato é que as cartas dessa época seguiam as regras de cortesia, mas eram recheadas de sátiras, confidências e indiscrições.

Porém, seja qual tiver sido a intenção das cartas, hoje elas ganham visibilidade de autores por múltiplos fatores, tendo ainda um forte impacto cultural em nossa sociedade contemporânea, influenciando o campo da história, da música, do cinema e da linguagem. Assim, elas possibilitam conhecimento e reflexões sobre nossa história, tal como em “Bem traçadas linhas: a história do Brasil em cartas pessoais” (Lemos, 2004), testemunham vidas e épocas, como em “Caio Fernando Abreu – Cartas” (Abreu, 2002) e nos permitem entender o percurso de um autor a partir das cartas como “testemunho de um tempo e de si mesmo” (Vianna, 2002), como percorrido em “Cartas na Mesa” (Sabino, 2002). Em busca de livros

que falam sobre cartas no site de busca “Google livros”, foram encontrados 16.400 títulos referentes a diversos assuntos e escritos de múltiplas formas, o que demonstra o interesse pelo assunto.

Dentre os filmes que tratam do tema, é importante citar “Central do Brasil” (Salles, 1998) que, com enorme sensibilidade e beleza, narra a história de Dora, mulher que escreve cartas para analfabetos na estação de trens Central do Brasil, no Rio de Janeiro. Já o filme “Uma carta de amor” (Mandoki, 1999) fala de uma mulher, Theresa, que encontra na praia, dentro de uma garrafa, uma carta apaixonada e comovente que a faz ir em busca do autor. Outros títulos ainda abordam o assunto, tais como “Carta ao Kremlin” (Houston, 1970), “O carteiro e o poeta” (Radford, 1994) e, mais recentemente, o filme “Cartas de Iwo Jima” (Eastwood, 2006).

No campo musical, destaco títulos como “Velhas Cartas de amor” (Caldas & Alves, 1949), “A carta” (Court, 1983), “Cartas” (Horsth & Nando, 1990), “As cartas que eu não mando” (Leoni, 2004) e, por último, “Cartas pra você” (Ferrero & Rocha, 2008).

Além de marcar presença no contexto literário, cinematográfico e musical, as cartas têm sido foco de estudos científicos, tendo destaque as investigações no campo da linguagem, tais como “Uma história de constituição de gênero discursivo em sala de aula: cartas” (Cunha, 2005), “Do clássico ao contemporâneo: estratégias discursivas em textos de cartas do século XVI ao século XX” (Leite, 2008), tese defendida em 2008, sendo entendidas e analisadas como gênero discursivo, dialogando principalmente com conceitos propostos por Bakhtin. A ênfase é calcada em correspondências de pessoas em destaque pela sociedade, tais como atores, autores, pintores, músicos, entre outros.

Apesar das cartas persistirem em nossa cultura, Pyle (2004) ressalta o declínio das cartas tradicionais com o advento das telecomunicações. Como justificativa para a afirmativa, Pyle apresenta as reflexões dos estudos de Hartley, da década de 1990, nas quais o autor considera

a Segunda Guerra Mundial como o último grande momento das cartas escritas, em que cartas foram enviadas e recebidas como em nenhum outro momento da história. Conforme Moules (2000), após esse período, com o advento do telefone, do fax e posteriormente do e-mail, o tempo de espera por uma mensagem é minimizado e as pessoas deixam de ter aquela expectativa e prazer em receber uma carta. Essa autora, aponta que essas novas práticas impossibilitaram a continuação da arte de escrever cartas como um hábito na vida das pessoas e, assim, as cartas passaram a ser entendidas unicamente como instrumentos que conservam a biografia e a história. Contudo, ela ainda se questiona: as cartas perderam seu valor, ou agora são vistas e recebidas como presentes raros?

Considerando a presença marcante das cartas em músicas, filmes, livros e estudos acadêmicos, reconhecemos a importância que as cartas ainda possuem em nossa sociedade. Porém, diferentemente da prática inicial em selar cartas e enviá-las por mensageiros ou correios, nos correspondemos em um formato diferente, utilizando ferramentas como o e-mail, messenger, orkut. As correspondências são armazenadas em nossos computadores, ao invés de serem guardadas em caixas, e o homem continua demonstrando o lugar de importância que a linguagem escrita tem para sua história, assim como o auxílio proporcionado pelas cartas na construção desse lugar.

Refletindo acerca da comunicação escrita no âmbito da prática clínica, Moules (2000) aponta que ela tem sido utilizada desde a década de 1940, sendo uma das primeiras descrições feitas pelos psicólogos Allport, Landsman, Messiger, e Farber. A autora destaca ainda Burton e Ellis, que fizeram uso de cartas no ambiente terapêutico na década de 1960. Uma década depois, em 1977, Wagner também utilizou a forma escrita na sua prática e sugeriu que ela tivera um efeito melhor do que a comunicação verbal.

O uso de cartas na terapia, pelo qual o terapeuta se comunica com o paciente, é investigado por Hunt, Schochet e King (2005) que, sustentados por documentação na

literatura, relatam a antiga trajetória das cartas neste campo, citando Freud como o primeiro terapeuta a escrever cartas para seus clientes, com o intuito de responder sobre questões transferenciais.

Atualmente, o uso da escrita na clínica tem sido crescente por meio dos inúmeros e variados documentos utilizados na prática diária do profissional de saúde, tais como os relatórios avaliativos, os registros de casos clínicos em prontuários e as cartas de encaminhamento feitas para outros profissionais (Pierides, 1999; Pyle, 2004 e Thomas, 1998). Essa forma de escrita é realizada freqüentemente pelo terapeuta, relatando impressões sobre o cliente, e é tida, geralmente, como uma escrita administrativa, atendendo a normatizações que estabelecem a manutenção do registro escrito das sessões, que comumente ficam em sigilo entre os profissionais e as instituições.

Nessa perspectiva, O CFP (Conselho Federal de Psicologia) possui uma nova resolução (Resolução CFP 001/2009) que trata especificamente do registro documental da prestação de serviços psicológicos. A decisão em tornar a escrita clínica uma obrigatoriedade vem atender a uma demanda do Conselho em “contemplar, de forma sucinta, a assistência prestada, a descrição e a evolução do processo e os procedimentos técnico-científicos adotados no exercício profissional” (Resolução CFP 001/2009, para.3), primando pela orientação e fiscalização dos mesmos. É colocado ainda que

o registro documental, além de valioso para o psicólogo, para quem recebe atendimento e, ainda, para as instituições envolvidas, é também instrumento útil à produção e ao acúmulo de conhecimento científico, à pesquisa, ao ensino, como meio de prova idônea para instruir processos disciplinares e à defesa legal (2009, para.4).

Para além dessas necessidades administrativas, alguns terapeutas reconhecem na escrita vantagens adicionais, apontando que essa pode ser útil para atuar como uma outra forma de se comunicar com seus clientes e atuar ainda como um recurso para que eles se expressem. A

partir da percepção dessas vantagens, desenvolvem-se diferentes formas de utilizar a linguagem escrita na clínica, dentre as quais podemos destacar: 1) paciente que escreve cartas (para si, para outras pessoas ou para determinado objeto); 2) terapeuta e paciente que escrevem entre si e 3) terapeuta que escreve cartas para o paciente.

Diferentes pesquisas têm sido realizadas em meio a essas múltiplas formas de se utilizar a linguagem escrita na clínica. Porém, apesar da tentativa de alguns autores unificarem um termo que agrupasse determinado tipo de escrita de cartas, as discordâncias de classificação são maiores que o consenso. Os autores Wright & Chung (2001) propuseram que as cartas as quais fossem escritas pelos clientes recebessem o nome de “writing therapy”. Já o termo “therapeutic letter” fosse atribuído ao campo da terapia narrativa por White e Epston (1990), sendo primeiramente utilizado por Epston em 1977, com pacientes psiquiátricos, e se refere à escrita das cartas pelo terapeuta (Pyle, 2004). Em busca de artigos que englobassem o assunto, percebi que esses termos, muitas vezes, são utilizados de formas distintas, além de vislumbrar outros termos que ainda referendam a escrita das cartas, tais como “written communication” e “scriptotherapy”.

Busquei, na literatura, autores que investigam e analisam as cartas na prática clínica. Pyle (2004, 2006, 2009) tem-se dedicado a esses estudos nas últimas décadas, e assinala que uma das primeiras pesquisas nesse campo foi feita por Widroe e Davidson, em 1961, com 12 participantes que utilizavam a escrita no processo psicoterápico. Nesse estudo, eram os participantes que escreviam as cartas, e o que foi observado é que, a partir do processo de leitura e releitura, promovia-se uma maior observação em relação ao uso de suas palavras e do conteúdo emocional empregado. O autor ainda destaca, buscando enfatizar a importância e a utilização das cartas no trabalho psicoterápico, a monografia feita por Pearson, em 1965, na qual o trabalho de três psicólogos importantes, que utilizavam a escrita como parte de sua prática, foi apresentado. Em 1966, os pesquisadores Phillips e Wiener também buscaram

investigar o uso da escrita na terapia. Nessa pesquisa, grupos de estudantes universitários foram selecionados e um dos grupos foi formado por pessoas que só tinham contato escrito com seu terapeuta (“*writing therapy*” group). Essa pode ser considerada uma das primeiras pesquisas a apontarem a escrita do terapeuta no processo, porém esse não foi o foco dos pesquisadores. Já na década de 1980, o psicólogo social Pennebaker realiza um estudo de como a escrita afeta a saúde das pessoas. Desde então, vários outros estudos, têm sido conduzidos e publicados, enfatizando os benefícios físicos e mentais que o atendimento com cartas pode promover.

Brouwers (2001) destaca o uso das cartas em tratamento em grupos de mulheres com bulimia. Nesse contexto, as mulheres escrevem cartas para a comida, e são apontadas quatro justificativas para seu uso nesse contexto: 1) cartas lidas em voz alta para o grupo aumentam a coesão grupal; 2) na escuta do relato as pessoas podem considerar alternativas, sendo encorajadas a tomar atitudes mais saudáveis; 3) o insight é estimulado, promovendo a reflexão da função da bulimia na vida dessas mulheres; 4) aumento das discussões que envolvem o tema bulimia, tais como apoio familiar, abuso sexual, imagem do corpo, perfeccionismo e auto-estima.

É importante destacar o estudo feito por Kress, Hoffman e Thomas (2008), que trabalham no contexto de aconselhamento a vítimas de abuso sexual, enfocando a escrita realizada pelos clientes. A construção das cartas tem perspectiva no futuro e sua função é atuar como um veículo para a criação da mudança, o que inclui forças individuais, pensamentos motivadores e conselhos. A autora destaca a escrita como um meio concreto e permanente de reflexão para o cliente no decorrer do tempo e aponta que o escrever cartas reforça a idéia de autonomia e competência, o que se mostra especialmente importante no processo de cuidado a essas pacientes.

Percebi que os estudos relativos às cartas se concentram no campo das cartas escritas por pacientes, sendo amplamente utilizadas em contextos individuais, familiares e grupais. Porém, alguns autores trabalham as cartas na terapia como correspondências entre o terapeuta e o cliente. Nesse âmbito, Pyle (2004) destaca Alston, que na década de 1950 foi um dos primeiros a utilizar essa prática, ao cuidar, durante dois anos, de uma paciente com tuberculose, e trocar com ela cerca de oitocentas cartas. Outro estudo ainda apontado pelo autor são os feitos por Schustov e Lester, na década de 1990, no qual eles descrevem as cartas sendo utilizadas na Rússia e promovendo uma comunicação mais honesta e aberta à mudança.

Yeung, Chang e Chau (2003) pesquisam um grupo de crianças em Hong Kong, com idade entre 10 e 14 anos, que escrevem uma carta para “Uncle long legs” (O tio das pernas longas), com o objetivo de criar novos significados, em um contexto de problemas com familiares, amigos e escola. A correspondência que ocorre entre as crianças e o terapeuta faz-se útil à medida que oferece feedback informal para as crianças.

Augusta-Scott (2007) realiza um estudo relativo a cartas trocadas entre ela, enquanto terapeuta, e um homem preso, por violentar sexualmente sua filha. Por intermédio das cartas, ela buscou tanto focar no processo de re-autoria da identidade desse homem, de forma que possibilitasse a ele se responsabilizar pelo abuso e promover relacionamentos respeitosos e cuidadosos, bem como tentar criar uma audiência com outras pessoas para sustentar sua identidade de re-autoria.

No que se refere às cartas escritas por terapeutas para pacientes, as pesquisas também são em pequeno número, mas apontam um interesse para a área (Vidgen & Williams, 2001), ganhando destaque nos últimos dez anos. Os artigos disponíveis abrangem um variado campo de possibilidades e encontram-se no campo da terapia familiar (Madigan, 2007; Vidgen & Williams, 2001), em contextos nos quais pessoas sofrem distúrbios alimentares (Davidson &

Birmingham, 2000), em encerramento de tratamento psicoterápico (Omer, 1991), em aconselhamento com adolescentes e suas famílias (Goldberg, 2000; Pare & Rombach, 2003; White & Murray, 2002), em escolas com os adolescentes, pais e professores (Bozic, 2004; Oliver, Nelson, Cade & Cueva, 2007), no campo da saúde mental, lidando com experiências traumáticas passadas (Esterling, L'Abate, Murray & Pennebaker, 1999), em consultas psiquiátricas (Couper & Harari, 2004); na terapia em grupo (Chen, Noosbond & Bruce, 1998), com pacientes em crise (Tubman, Montgomery & Wagner, 2001), em aconselhamento breve nas empresas (Wright, 2005) e na prática da equipe de enfermagem (Erlingsson, 2009; Moules, 2000, 2002, 2003, 2009a, 2009b, no prelo; Bell, Moules & Wright, 2009). Alguns estudos também têm sido feitos especificamente voltados ao processo de escrita das cartas (Bacigalupe, 1996; Baker, Eash, Schuette & Uhlmann, 2002; Moules, 2003; Rombach, 2003) e para a investigação da utilidade do recebimento das cartas na clínica psicoterápica em geral (Pyle, 2004, 2006, 2009; Rodgers, 2009).

Moules (2000) ressalta que as cartas terapêuticas na literatura são de cunho descritivo e que sua influência é baseada no feedback positivo das famílias e dos profissionais, sem a existência de pesquisas formais publicadas. Concordando com Moules (2000) e Pyle (2004), percebo que ainda são poucos os estudos em que os terapeutas escrevem para seus pacientes.

Considerando os apontamentos deste capítulo, percebo a importância das cartas na prática clínica, como forma de dar sentido às vivências e relações. Ressalto, ainda nessa discussão, a normatização do CFP, que discorre como necessário e obrigatório o registro dos atendimentos clínicos, o que exige uma maior organização dos profissionais para documentar sua prática. Atentando para essas questões, somada à dificuldade em encontrar artigos que relacionassem o assunto, entendo como sendo necessários maiores estudos nesse campo, a fim de que novas conversações sejam geradas e outros entendimentos sejam produzidos, em

relação às cartas como possibilidade de intervenção terapêutica e documentação na prática clínica.

3. O Construcionismo Social e a Terapia

The explanatory locus of human action shifts from the interior region of the mind to the processes and structure of human interaction. The question ‘why’ is answered not with a psychological state or process but with consideration of persons in relationship (Gergen, 1985, p.271).

O construcionismo social é uma perspectiva construída a partir do encontro de três movimentos: o ocorrido na Filosofia, com os filósofos da não representação, tais como Schopenhauer, Nietzsche e Heidegger; o ocorrido na Sociologia do Conhecimento, a partir do abandono do pensamento moderno, originado pela desconstrução de uma interpretação acurada da realidade; na Política, no intuito de dar voz e poder aos grupos socialmente marginalizados (Grandesso, 2000; Spink, 2004). Segundo Rasera e Japur (2001), “o construcionismo, situado como uma forma específica de elaboração da crise paradigmática enfrentada pela ciência nas últimas décadas tem desenvolvido um novo arcabouço teórico, baseado em uma concepção não-empiricista do funcionamento da ciência e suas formas de investigação” (p.201).

Apesar de não falar em um único construcionismo social, devido à diversidade de suas contribuições teóricas, os autores Burr (1995) e Gergen (1999) delineiam o construcionismo como estando articulado em torno de algumas questões centrais. São elas:

- a) A especificidade cultural e histórica das formas de se conhecer o mundo.

Contrário à noção de que o conhecimento é baseado em uma objetividade alcançada através da observação, o construcionismo social adverte para a suspeita de minhas suposições. Isso por que, em consonância com essa perspectiva, o que denomino realidade não demanda formas específicas de descrevê-la. Porém, são minhas descrições de mundo que constroem o que conheço como realidade, a partir de processos lingüísticos, o que implica

considerar o significado de meus entendimentos como historicamente e culturalmente relativos.

- b) A primazia dos relacionamentos humanos na produção e sustentação do conhecimento.

Se todo o entendimento de mundo não é oriundo das observações objetivas da natureza como realidade, de onde esse conhecimento se origina? Para os construcionistas, o conhecimento é construído por meio da linguagem, no intercâmbio entre as pessoas. Por isso, o foco é no que as pessoas fazem juntas, na linguagem utilizada, na forma como elas se conectam e criam sentidos sobre si mesmas, e sobre o mundo que as rodeia. Sendo assim, o conhecimento não é entendido como se aproximando da realidade, mas como um campo a ser expandido e investigado a partir da relação com o outro.

- c) A interligação entre conhecimento e ação.

As formas com que atuo no mundo são dependentes das formas como o descrevo. De acordo com Burr (1995), “descrições ou construções do mundo sustentam alguns modos de ação social e excluem outros” (p.05). A partir dessas descrições, que tomo como “verdadeiras”, crio conhecimentos e vivo de acordo com eles, em um processo contínuo de produção de sentido.

- d) A valorização de uma postura crítica e reflexiva.

Tendo em consideração os três tópicos anteriores, percebo o conhecimento como relativo e dependente das condições histórico-sociais nas quais surge. Dessa forma, o construcionismo se coloca como uma proposta de ciência pós-moderna, na qual a narrativa de progresso da ciência rumo a uma verdade absoluta e objetiva é abandonada, adotando-se uma concepção do conhecimento como fragmentado e contingente histórica e socialmente. A postura reflexiva diz respeito ao fazer ciência por meio de perguntas, pensando nas implicações que dadas respostas causam.

Segundo Rasesa e Japur (2004), as idéias construcionistas têm sido utilizadas e vêm se concretizando, no campo da psicoterapia, por meio de propostas de intervenção, baseadas em uma nova descrição da postura do terapeuta e do processo terapêutico. Dessa forma, as propostas terapêuticas originadas desse processo valorizam determinadas práticas, tais como:

uma postura de co-construção entre terapeuta e cliente, redimensionando a postura de especialista; o olhar sobre os relacionamentos nos quais o cliente está envolvido e nos quais constrói determinados sentidos; uma atenção aos valores e aos resultados pragmáticos dos discursos que são construídos no contexto terapêutico; a multiplicidade de formas de descrever um problema; um discurso de potencialidades positivas e de construção de realidades futuras (Rasesa & Japur, 2005, p. 33).

Os autores apontam ainda três propostas influentes no campo construcionista, considerada, assim, por seus autores ou pela comunidade terapêutica. Tais propostas são: a abordagem colaborativa de Harlene Anderson (1998), os processos reflexivos de Tom Andersen (1998, 1999) e a terapia narrativa de Michael White e David Epston (1990). Para a constituição do modelo de intervenção desse estudo, apoiei-me nas idéias provenientes dessas abordagens. Apesar de alguns autores apontarem divergências entre elas, entendo o uso de seus conceitos e questões como opções discursivas, recursos disponíveis para serem utilizados em diferentes momentos da relação terapêutica, buscando alcançar determinados propósitos. Dessa forma, apresentarei brevemente os pensamentos que norteiam essas abordagens, oferecendo maior visibilidade à terapia narrativa de White e Epston (1990) e White (2007) por ser a referência teórica da qual as cartas terapêuticas se originaram.

A abordagem colaborativa de Harlene Anderson

Em busca de metáforas que oferecessem oportunidade para lidar com a experiência do indivíduo e que definissem as pessoas como seres geradores de sentido, Anderson e

Goolishian (1998) caminham em uma direção hermenêutica e interpretativa na forma de entender terapia, definindo essa como um sistema lingüístico.

O círculo hermenêutico, ou círculo de sentido, é definido como um “processo dialógico pelo qual a interpretação inicia com as pré-concepções do terapeuta” (Anderson & Goolishian, 1998, p.40). Terapeuta e cliente se movimentam dentro desse círculo, em um constante deslocar do já conhecido (as expectativas do terapeuta e experiências anteriores) para a nova história que é trazida (a história do cliente), criando novos significados para as pessoas envolvidas na conversação, em um processo de parceria na exploração do novo. Nesse processo, os sentidos do terapeuta e da pessoa atendida “se afetam mutuamente, e passam a ser um subproduto dessa mutualidade” (p.42). A postura colaborativa, desenvolvida pelo terapeuta, consiste no esforço em compreender as experiências do cliente junto a ele, apoiado em uma postura de não-saber, o que promove o desenvolvimento de novos sentidos na vida do cliente.

Anderson e Goolishian (1998) percebem as perguntas no sistema terapêutico como a ferramenta primária utilizada pelo terapeuta, na busca de saber um pouco mais sobre o que foi dito, levando a conversação em direção ao entendimento. Salientam que a ação de perguntar não se define como a aplicação de um método específico de questionamento, mas é entendida como uma conversação, na qual o terapeuta ajusta continuamente seu entendimento ao da outra pessoa com quem fala. Essa postura de não-saber reflete um terapeuta que não procura dominar o cliente com um conhecimento especializado, mas aponta para um terapeuta que tem disposição à dúvida, não busca entender rápido demais e se interessa em ser conduzido pela conversação na busca da construção de novos sentidos. Os autores salientam a importância da linguagem no desenvolvimento de perguntas, que utilizam o vocabulário, os sentidos e o entendimento local que são desenvolvidos entre as pessoas em conversação.

Os processos reflexivos de Tom Andersen

Tom Andersen (1998), juntamente com seus colaboradores, começou a sentir-se desconfortável com o modelo de atendimento realizado com as famílias, dizendo que percebia suas intervenções como uma maneira superior de ver e entender o problema, parecendo que ele e seus colaboradores tinham propostas melhores de como lidar com as questões trazidas pela família do que os próprios membros da família. Em busca de solução, Andersen e sua equipe promoveram mudança em sua postura, passando da forma “ou-ou” para outra “tanto-como”, na apresentação de suas interpretações às famílias. Na seqüência, eles convidaram a família para ver e ouvir como a equipe conversava sobre as conversas da família.

Ao relatar as “mudanças espontâneas” nos procedimentos, Andersen comenta que a equipe que, anteriormente conversava enquanto observava a sessão terapêutica, passou a ficar cada vez mais silenciosa, auxiliando o terapeuta na produção de idéias relativas às conversações que ocorriam. Algumas regras de procedimento ainda foram desenvolvidas, tais como:

- 1) As reflexões apresentadas pela equipe são baseadas em algo expresso na conversação, e não de outro contexto. Tais reflexões são construídas a partir de uma afirmação de incerteza do terapeuta, “não estou bem certo, mas me parece que...”, somada a um convite reflexivo, “a partir disso, eu fiquei pensando que...”. A ênfase é colocada na autonomia da família, inclusive em relação a escutar, ou não, a equipe. Essas conversas são colocadas por Andersen como ofertas, e não como falas que devam ter a atenção. Andersen ainda salienta: “quando eles (a equipe) falarem, vocês podem escutá-los, se quiserem, ou pensar em outra coisa, se quiserem, ou simplesmente descansar ou fazer qualquer coisa que preferirem” (p. 76);
- 2) A equipe deve-se abster de conotações que soem negativas;

3) Os membros da equipe reflexiva devem olhar uns para os outros, e não para os membros do grupo, o que implica em uma maior liberdade de não ouvir.

Enquanto a terapeuta conversa com os membros da família, a equipe reflexiva mantém uma postura de escuta atenta, sem interrupções, na qual busca identificar aberturas na conversa. Sendo assim, a equipe reflexiva atua considerando todas as falas dos clientes, buscando a concentração no que acredita ser significativo para as pessoas. Porém, assim como já apresentado, a autonomia para decidir sobre o quê, e como, conversar é do terapeuta e dos membros do grupo.

Andersen (1999) explica que a terapeuta de campo convida a equipe reflexiva nos momentos em que sente a conversa estagnada, ou quando precisa interromper o ritmo da conversação. Nesse momento, ocorre uma troca de posição e a equipe reflexiva comunica-se entre si, em um diálogo, expressando os sentimentos e percepções tidos durante as conversas. São realizadas várias perguntas e questionamentos, buscando-se oferecer outras possibilidades de sentido, assim como quais outras conversas poderiam ser mais úteis para aquela conversa e situação. Por fim, ocorre uma nova troca de posições, na qual o terapeuta investiga as possíveis reverberações causadas pela equipe nos participantes do grupo familiar. Porém, conforme a terceira regra apresentada anteriormente, o convite é aberto, de forma que eles têm a livre escolha para discutir, ou não, as contribuições da equipe reflexiva.

Constrói-se, nessa forma de atendimento, uma relação mais igualitária e transparente, marcada por uma abertura na negociação de sentidos entre terapeuta e clientes. As conversações, denominadas 'processos reflexivos', buscam as várias descrições existentes em um acontecimento, construindo um contexto para realizar perguntas ao invés de busca pelas respostas.

A terapia narrativa de Michael White e David Epston

Michael White e David Epston (1990), terapeutas familiares da Austrália e da Nova Zelândia, foram os precursores da chamada terapia narrativa. White (1995) discorre a respeito das idéias e teorias que influenciaram sua vida profissional, afirmando que desde muito cedo surgiu o interesse pelas escolas da terapia familiar. Entretanto, no fim dos anos 1970, buscou conhecer as idéias que embasaram essas escolas, começando a fazer suas próprias interpretações. Nesse percurso, ele aponta que se tornou particularmente interessado pelo trabalho de Gregory Bateson, principalmente em relação ao método interpretativo, que diz respeito aos estudos dos processos pelos quais deciframos o mundo. Tal método discorre a respeito da idéia de que por não termos um conhecimento direto do mundo fazemos as nossas interpretações. White (1990) chama a atenção para como Bateson utiliza a metáfora dos mapas, na qual toda a compreensão e significado que atribuímos está determinada e restrita por nossos mapas mentais do mundo.

Conjuntamente a essas noções, White e Epston (1990) começam a se voltar para a questão da temporalidade:

ao afirmar que toda informação é necessariamente a ‘notícia de uma diferença’ e é essa percepção da diferença que desencadeia todas as novas respostas nos sistemas vivos, demonstrando que situar os eventos no tempo é essencial para a percepção da diferença, para a detecção de mudanças (p.20).

A analogia do texto permitiu que ele desenvolvesse a idéia de que as pessoas, no esforço de dar sentido à existência e de legitimar ações, organizam suas narrativas de forma temporal, possibilitando a aquisição de um senso de coerência e de seqüencialidade em suas vidas. Por isso, vivemos *nas* e por meio *das* histórias que construímos em relação a nossas vidas. A interpretação que damos aos eventos, os relatos que construímos têm implicações nas formas de sermos e agirmos no mundo. Portanto, tais narrativas não são entendidas como descrições secundárias sobre determinados fatos, mas estabelecem primariamente o que irá ser

considerado como fato. Ao estruturarmos uma narrativa, selecionamos e recortamos o que será considerado, determinando dessa maneira o sentido que será dado à experiência. Portanto, tais relatos construídos são constitutivos, modelando nossas vidas e relações (White e Epston, 1990).

Como implicação desse processo, as pessoas adquirem ao longo do tempo várias narrativas não contadas, decorrendo em múltiplas metáforas disponíveis para outras descrições dos eventos. Como consequência de a experiência vivida ser mais rica que o discurso construído sobre ela, ocorre a presença de lacunas, frestas e indeterminações que possibilitam às pessoas a reescrita de suas vidas a partir da construção de novas versões (White & Epston, 1990; Grandesso, 2000). Dessa forma, cada novo relato engloba o relato anterior e o amplia. A vida é compartilhada a partir dessas histórias dominantes que contamos, ficando as outras histórias à margem, denominadas por White (1990) de histórias subordinadas.

Entretanto, como esses relatos são formados na vida das pessoas? Segundo White e Epston (1990), remetendo-se a Michael Foucault, essa questão nos leva a pensar nos efeitos positivos do poder que age em nossas vidas como “verdades normalizadoras”, construindo normas pelas quais constituímos as nossas vivências. Para Foucault (1993), o poder deve ser tomado como instância produtiva, sendo considerada uma prática transformativa, que produz efeitos reais em seu campo de aplicação. Ainda segundo o autor,

é preciso parar de sempre descrever os efeitos do poder em termos negativos: ‘ele exclui’, ele ‘reprime’, ele ‘recalca’, ele ‘censura’, ele ‘abstrai’, ele ‘mascara’, ele ‘esconde’. De fato, o poder produz; ele produz real; produz domínios de objetos e rituais de verdade. O indivíduo e o conhecimento que deles se pode ter se originam nessa produção (Foucault, 1975, p.161).

A noção positiva do poder não o caracteriza como benéfico, mas como gerador de realidades e de rituais de verdade. O poder, em seu efeito subjugador, tende a nos remeter à explicitação de formas narrativas que sejam culturalmente e socialmente aceitas. Em alguns momentos, tais narrativas podem não contemplar a experiência vivida, o que ofusca aspectos significativos desta vivência em contradição com os aspectos dominantes. As histórias tornam-se saturadas e a pessoa não consegue produzir sentidos alternativos que lhe permitam um entendimento mais coerente para sua vivência. Surge, então, a definição de 'problema' no processo psicoterápico. White e Epston (1990) dizem que:

as pessoas experimentam problemas, para os quais procuram terapia, quando as narrativas dentro das quais "relatam" sua experiência - e/ou dentro das quais sua experiência é "relatada" por outros - não representam suficientemente suas vivências. E, portanto, supomos também que nestas circunstâncias haverá aspectos significativos de sua experiência vivida que contradigam essas narrativas dominantes (p. 31).

A fim de atuar nas narrativas dominantes e oferecer para as pessoas a possibilidade de criarem novos recursos de ação dentro desse contexto, White e Epston (1990) propõem como recurso a externalização do problema, uma abordagem terapêutica que convida as pessoas a coisificar, e às vezes a personificar, os problemas que as oprimem. Tal esforço busca converter o problema em uma entidade linguisticamente separada, externa, tanto da pessoa quanto da relação a qual ela o atribuía.

Separar a pessoa do problema permite que ela descreva a si própria e suas relações de uma nova perspectiva, não saturada pelo problema, gerando uma descrição mais atrativa e agradável. Com isso, novos acontecimentos são notados e experienciados em suas vida e relações a partir do sentimento de agenciamento pessoal, que possibilita que ela atue na construção de realidades alternativas. Dessa maneira, o processo de externalização do problema está associado às descrições realizadas pelo cliente de si mesmo e de seus efeitos

sobre sua vida e relacionamentos. A partir da construção dessas descrições a prática de externalização é facilitada. Se o cliente encontrar dificuldades em construir uma descrição específica para o problema, o terapeuta poderá sugerir algumas possibilidades, considerando junto ao paciente quais das opções são vistas como adequadas às suas experiências. Caso as descrições ofertadas pelo cliente sejam muito concretas, pode ser útil que o terapeuta o auxilie a construir uma definição mais geral, de maneira a ampliar as possibilidades de identificação da influência do problema na vida da pessoa. É importante que não se faça generalizações sobre as situações, sem levar em consideração as características específicas de cada circunstância e sem prever as conseqüências mais prováveis de uma determinada ação. Algumas vezes as pessoas definem seus problemas utilizando o conhecimento especializado, o que os descontextualiza e diminui as opções existentes para intervir na vida desses problemas. Assim, é importante que o terapeuta auxilie o cliente a redefinir o problema, a partir de alternativas mais condizentes e relevantes com suas experiências (White & Epston, 1990).

Ao conversar com as pessoas sobre o efeito do problema em suas vidas e sobre o efeito delas na vida do problema (*perguntas de influência relativa*), possibilitamos que elas considerem como esse problema está sendo organizado, e quais as razões que o fazem sobreviver no relato dominante. O convite é sair de um mundo fixo e estático, no qual os problemas são intrínsecos às pessoas e suas relações, e ser introduzido em um universo de experiência, em que novas possibilidades de ação afirmativa e novas oportunidades para atuar com flexibilidade são encontradas. O primeiro processo da entrevista é a descrição da influência do problema na vida da pessoa e em suas relações. O segundo conjunto de perguntas convida a pessoa a descrever sua própria influência, bem como a influência de suas relações, na essência do problema, gerando contradições entre essas informações e as

descrições saturadas do problema. Assim, por meio das perguntas de influência relativa, competências e recursos são identificados.

White, em seu livro “Maps of narrative practice” (2007) estabelece mapas conversacionais da clínica, dividindo-os em seis áreas principais da terapia narrativa, sendo: as conversas externalizadoras, conversas que destacam acontecimentos extraordinários, conversas de re-autoria, conversas de re-associação, conversas com testemunhas externas e conversas com andaimes (scaffolding conversations). Em resposta a convites realizados acerca da possibilidade de reflexão sobre mapas que desenvolvessem conversas externalizadoras, White criou quatro categorias de investigação denominadas “mapas de declaração de posição” (statement of position maps), que estabelecem um contexto no qual as pessoas podem consultar o que é importante em suas vidas, oportunizando que elas definam o lugar que os problemas ocupam em seu cotidiano, tendo uma voz forte sobre o que fundamenta suas preocupações. Os mapas são particularmente usados em situações nas quais as pessoas apresentam relatos saturados por problemas em suas vidas ou possuem conclusões altamente negativas em relação à sua identidade ou em relação à identidade de seus relacionamentos. Essas categorias auxiliam ainda o próprio terapeuta a definir melhor sua posição de influenciar, possibilitando com essa postura que as pessoas tenham a oportunidade de definir, elas próprias, sua posição em relação ao seu problema. Dessa forma, tais mapas tornam o processo terapêutico mais transparente, além de sistematizá-lo. Apesar de discorrer acerca das vantagens que os mapas e suas categorias acarretam, o autor pontua que “os mapas não falam por todos os aspectos das conversas externalizadoras, e não são essenciais para o desenvolvimento de conversações terapêuticas sustentadas por uma perspectiva narrativa” (p.39).

O mapa da externalização do problema se ancora em caracterizar a definição dos dilemas e dos problemas que as pessoas enfrentam por meio da busca de caracterização (nomear),

mapeamento dos efeitos do problema, avaliação dos efeitos da atividade do problema na vida da pessoa e da justificativa de sua evolução (o porquê do problema ter desenvolvido). Tal construção é realizada por meio das perguntas elaboradas pelo terapeuta dentro de cada um dos passos colocados acima, sem que se tenha expectativa de respostas imediatas para as mesmas.

Nesse processo, a terapia narrativa busca, em um processo de co-colaboração, construir histórias alternativas e preferíveis, que incorporarão aspectos importantes que foram negados no relato da experiência vivida. Dessa forma, seu principal objetivo é auxiliar os clientes na re-autoria de suas histórias dominantes (Epston, White & Murray, 1998, White, 2007).

Buscando esse objetivo, White e Epston (1990) desenvolveram outra idéia a partir do entendimento de que os aspectos da nossa experiência vivida que se tornam mais significativos são aqueles altamente selecionados e narrados. Como grande parte dos acontecimentos está fora dessa história dominante, eles não adquirem significado, mas possuem alto potencial para significação e, em circunstâncias favoráveis, podem ser constituídos como “acontecimentos extraordinários” (*unique outcomes*) ou “exceções”. Tais acontecimentos são definidos como incluindo

toda gama de acontecimentos, sentimentos, intenções, pensamentos, ações, etc., que têm uma localização histórica, presente ou futura, e que o relato dominante não pode incorporar. A identificação dos acontecimentos extraordinários pode facilitar a externalização da descrição dominante, “saturada de problema”, da vida e das relações de uma pessoa (White e Epston, 1990. p.32).

Ainda segundo os autores, os acontecimentos extraordinários passados podem ser identificados a partir de uma “revisão histórica da influência das pessoas sobre o problema” (1990, p.70). A descrição saturada do problema é identificada pelo terapeuta, que auxilia o paciente a resgatar os acontecimentos extraordinários passados que poderão ajudá-lo na

criação de novos significados presentes. O que é produzido entre as sessões também é enquadrado pelos autores como uma subcategoria desses acontecimentos extraordinários passados.

Os acontecimentos extraordinários atuais se apresentam no decorrer da sessão. Geralmente, as pessoas se atentam para eles a partir de uma curiosidade do terapeuta, e de um convite para que se tornem mais perceptíveis. Por ocorrerem no momento da fala, esses acontecimentos têm muita força, estando prontos para serem usados na geração de novos significados.

Por fim, os acontecimentos extraordinários futuros são identificados a partir de dois processos: da revisão das intenções e planos e da investigação das esperanças que a pessoa tem para escapar da influência do problema.

Identificar e investigar tais aspectos possibilita que histórias alternativas sejam desenvolvidas, trazendo à tona o relato, até então subordinado, a partir da reflexão de outras possibilidades de ação. As “verdades normalizadoras” são colocadas em dúvida pela pessoa, que recebe ajuda do terapeuta na busca de significados até então negligenciados. Para o tipo de conversação que abrange os acontecimentos extraordinários, privilegia-se uma participação descentralizada por parte do terapeuta, promovendo o senso de autoria do cliente.

O mapa conversacional dos acontecimentos extraordinários desdobra-se no mesmo grupo de categorias das perguntas explicitadas na externalização dos problemas. Entretanto, na externalização dos problemas a atuação ocorre sobre os problemas e os dilemas na vida das pessoas, enquanto, nos acontecimentos extraordinários, tais mapas geram histórias alternativas em suas vidas, focando na exceção do relato dominante.

As conversações de re-autoria foram pensadas por White (2007) a partir das metáforas narrativas desenvolvidas por Bruner. White percebeu paralelos entre a atividade de escrita

literária e a da prática terapêutica, porém ele ressalta: “não é minha intenção propor que a vida é simplesmente como um texto. Mas eu acredito que podemos traçar um paralelo entre a estrutura dos textos literários e a estrutura da construção do significado na vida cotidiana” (p.80). Tais mapas têm como ponto de partida os eventos e experiências considerados ‘acontecimentos extraordinários’ ou ‘exceções’. Ao iniciar a terapia, as pessoas tendem a contar a história de seus problemas que as trouxeram à terapia, formando um relato que justifique a procura por ajuda. Ao fazer isso, os eventos são ligados sequencialmente, de acordo com o tema ou enredo pontuado. A construção dessa narrativa geralmente contém histórias de perda, fracasso, desesperança e culpa. O terapeuta, com o objetivo de reeditar junto ao paciente essa narrativa, o convida a continuar desenvolvendo suas histórias, porém incorporando aspectos que foram negligenciados. Dessa forma, os acontecimentos extraordinários funcionam como um ponto de entrada para as histórias alternativas. Ao resgatar essas histórias, reconstrói-se a identidade da pessoa e seu senso de re-autoria.

Para alcançar esse objetivo “o terapeuta introduz questões que encorajam a pessoa a recrutar sua experiência de vida, a esticar suas mentes, exercitar sua imaginação, e empregar os recursos utilizados” (White, 2007, p.62). Assim, a postura do terapeuta é a de cuidar da construção dos andaimes nessas lacunas, garantindo que eles não sejam grandes demais ao ponto de exaurir a pessoa que busca preencher seus significados, ou tão pequenos que levem a pessoa a perder o interesse.

Para a construção desses mapas, o autor utiliza dois conceitos que, segundo ele, contribuem para o desenvolvimento da prática, refinando e ampliando as conversações terapêuticas. Tais conceitos são: o cenário de ação (*landscape of action*) e o cenário de identidade (*landscape of identity*). No cenário de ação, apresenta-se a presença da linha do tempo, a qual diferencia história remota, distante, recente, presente e de futuro próximo, na busca de auxiliar o resgate de eventos específicos a partir da seqüência em que ocorreram. No

cenário de identidade, estão os entendimentos internos (personalidade, temperamento, características, adjetivações) e os entendimentos intencionais (propósitos, intenções, aspirações, valores, esperanças, empenhos). Segundo White,

no contexto da prática terapêutica, questões sobre o que as pessoas pensam de eventos particulares ('subjatividade'), sobre o que elas sentem de eventos particulares ('atitude'), sobre o que elas estão aprendendo em como refletir sobre eventos particulares (conhecimento), sobre o que esses eventos mostram sobre outra vida ('aparência), e sobre o que esses eventos predizem ('suposição') encoraja o cenário de identidade a desenvolver e a tornar mais espessa a narrativa subordinada (2007, p.99).

O foco do terapeuta nas conversações relativas a esse mapa volta-se freqüentemente para os entendimentos intencionais, por esses serem os principais 'andaimes' para o engajamento e desenvolvimento de histórias mais ricas, 'des-patologizantes' e 'des-problematizantes'.

Existem ainda os mapas de conversações de re-associação, embasado na idéia de que construímos os conceitos de identidade a partir das figuras significativas de pessoas do nosso passado, presente e das que projetamos para o futuro. Diferentes conceitos de identidade podem ser fundados, desde que a pessoa tenha a oportunidade de revisar as parcerias com as quais realizou associações em sua vida. Sendo assim, as conversações de re-associação dizem respeito ao reengajamento específico com as histórias desenvolvidas a partir de alguns relacionamentos, permitindo uma abertura para a reconstrução de sua identidade. O autor coloca ainda, como vantagem desse tipo de conversação, a possibilidade de as pessoas mudarem o que tem sido negligenciado por elas,

isto é, oportunidade para as pessoas mudarem as noções dominantes de identidade na cultura ocidental que são associadas com a construção de um self encapsulado, um self que enfatiza as normas sobre autocontrole, auto-contenção, auto-confiança, auto-realização, auto-motivação. Essa força cultural e social da contemporaneidade ocidental

promove isolamento, uma identidade de uma única voz que na realidade fornece o contexto que gera muito dos problemas pelos quais as pessoas buscam terapia (White, 2007, p.137).

Nesse sentido, as conversas de re-associação auxiliam o terapeuta a oferecer alternativas por meio das quais as pessoas consigam entender do que sua identidade é formada, e quais as outras possibilidades para sua reconstrução.

White apresenta o mapa de conversações com testemunhas externas, que diz respeito a sessões que são estruturadas de forma que o cliente conte ou vivencie sua história diante de uma platéia escolhida cuidadosamente como testemunha externa. Tais conversas não são moldadas a partir de práticas de aplausos ou interpretações, não sendo um espaço onde as testemunhas são livres para dar conselhos, fazer elogios ou oferecer ajuda. White (2007) aponta que,

ao invés disso, a testemunha externa envolve o outro em conversações a respeito das expressões do que os atraiu, sobre as imagens que essas expressões evocaram, sobre as experiências pessoais que ressoaram com essas expressões, e sobre seu senso de como suas vidas foram tocadas por essas expressões (p.165).

Tais conversações com as testemunhas externas são focadas em quatro categorias de perguntas: Expressões (“O que mais chamou sua atenção na história contada?”), Imagens (“que tipo de imagens foi evocado durante a escuta da narrativa?”), Ressonâncias (“O que a escuta dessa história evocou em suas próprias histórias?”) e as Catarses (“Quais novos entendimentos foram propiciados acerca de sua vida a partir da escuta dessa narrativa?”). A elaboração desse processo engloba o que White chama de tradição de re-relato, que consiste em descentralizar o cliente, colocando-o na platéia, e trazer a platéia para o campo central da conversação.

Como utilidade dessa conversação, o autor percebe um rico desenvolvimento das histórias contadas, o que reforça o senso de agenciamento pessoal, proporcionando maior segurança para as pessoas lidarem com seus problemas e preocupações.

Na seqüência, White apresenta suas conversas baseada na idéia de “andaimes” (*scaffolding conversations*). As idéias de Vygotsky, relativas ao aprendizado e desenvolvimento, apesar de remeterem a crianças nos anos de vida iniciais, são exploradas por White na formação desses andaimes conversacionais. Dessa maneira, White se apoia no entendimento de que as pessoas, quando agem sobre seus problemas, fazem isso de um modo que é conhecido e familiar para elas. Quando elas buscam terapia, o terapeuta as auxilia a fazer uma travessia, entre o que é conhecido e familiar para o que é possível de ser conhecido. A lacuna entre esses dois pontos é nomeada pelo autor de “zona de desenvolvimento proximal”, termo criado e definido por Vygostky. Segundo ele, ao iniciar essa travessia, o cliente passa a experienciar um novo senso de agenciamento pessoal, no qual ele percebe que é autor de sua vida, podendo interferir e modificar seu curso a partir do seu conhecimento e de suas competências. Assim, White desenvolveu um mapa conversacional a partir de categorias de questões, no intuito de facilitar os movimentos nessa zona de aprendizado, apresentando tarefas de aprendizado específicas.

White (2007) atualiza e amplia os conceitos e a metodologia da terapia narrativa, como conhecida até então. O material de referência do autor, “Meios narrativos para fins terapêuticos” (1990), em autoria compartilhada com David Epston, trata amplamente das relações de poder que sustentam nossos discursos, trazendo para o âmbito das conversações narrativas e do processo terapêutico o caminho de suplantação desses discursos dominantes para os discursos preferíveis. Entretanto, com o desenvolvimento dos mapas, o processo é sistematizado, e adquire maior visibilidade e facilidade para ser entendido e explorado pelo

terapeuta. Dessa forma, os mapas são instrumentos opcionais, guias de orientação e auxílio no trabalho do terapeuta.

Poder caminhar e transitar entre as abordagens aqui apresentadas acrescenta possibilidade à escrita das cartas, viabilizando ao terapeuta uma maior maturidade, fluidez e consistência em sua escrita, o que gera perspectivas mais criativas e úteis nas conversações com os clientes.

Por fim, importante salientar que, apesar de discorrer sobre conceitos variados, as três propostas apresentadas buscam atuar nas narrativas construídas pelos clientes na busca de novos sentidos: na abordagem colaborativa, explora-se a partir da postura de não-saber a experiência e a história dos clientes para gerar novos significados; nos processos reflexivos, buscam-se outras possibilidades de sentido a partir das várias descrições existentes de um mesmo acontecimento; na terapia narrativa, as histórias negligenciadas são investigadas e reeditadas, focando o agenciamento pessoal a partir da construção de novas histórias. Assim, percebo como importante o entendimento da definição de narrativa, como elas são construídas e quais pontos são necessários para a construção de uma narrativa bem formada. Tais entendimentos me auxiliam pensar a respeito das narrativas que me são apresentadas pelos clientes, bem como me guia acerca das opções discursivas que posso utilizar para atuar sobre elas.

3.1. A estrutura das narrativas

People are born into stories; their social and historical contexts constantly invite them to tell and remember the stories of certain events and to leave others unstoried (Freedman & Combs, 1996, p. 42).

Cartas são construções narrativas, estruturadas a partir do diálogo desenvolvido entre terapeuta e cliente em torno de determinado dilema ou problema. As cartas, dessa forma, são

histórias sobre histórias, construídas e editadas a partir de uma estruturação narrativa, em um processo de co-colaboração entre o terapeuta e cliente. Considerando essa questão, é importante citar os apontamentos realizados por Freeman et.al. (1997), Gergen (1996), Gergen e Kaye (1992), Grandesso (2000) e White e Epston (1990) a respeito das construções narrativas.

Para Grandesso (2000) a narrativa é uma organização por meio do discurso, por meio de termos, símbolos ou metáforas, de um fluxo de experiência vivida, em uma seqüência temporal e significativa. Se temos uma narrativa, necessariamente temos uma história e um narrador de história e podemos dizer que cada relato se apresenta como um ato de (re)criação isolado (p. 199).

As narrativas são construídas em uma dimensão histórica, negociadas e legitimadas nas sociedades, resultando não do indivíduo, mas do contexto no qual se insere, sendo uma produção discursiva. Dessa maneira, construções narrativas apóiam-se em crenças, valores e visões de mundo, nos quais as pessoas se sustentam. Freeman et al. (1997) também discorrem a respeito do enredo que, segundo eles, é o que “leva uma história em uma direção e não a outra, descreve suas intenções, seus significados e formas” (p.94), conectando os acontecimentos para formar uma narrativa significativa.

Gergen (1996) expõe que as narrativas são “recursos conversacionais, construções abertas a modificações contínuas à medida que a interação progride” (p.234). Dessa forma, as narrativas constroem a verdade, a partir da sua aproximação com as convenções culturais, históricas e sociais nas quais se encontram. Portanto, construções narrativas são construções contingentes.

Gergen e Kaye (1992) afirmam que as narrativas não transmitem a verdade, mas adquirem importância por constituírem a realidade, criando assim, um sentido do que é verdade. O autor define as narrativas como recursos conversacionais, dispositivos lingüísticos

sustentados a partir da elaboração de uma estrutura situada cultural e historicamente. Dessa forma, as histórias dão coerência, direção e legitimidade em nossas vidas. As narrativas adquirem força retórica, e as histórias narradas legitimam a ação das pessoas. Ao criarmos e sustentarmos determinadas histórias estamos construindo, apoiando ou modificando mundos de relações sociais. Considerando esses princípios no campo psicoterápico, Gergen e Kaye (1992) apontam para uma mudança na realidade terapêutica da modernidade para a pós-modernidade. O terapeuta, visto na era moderna como detentor do saber inquestionável, com uma atitude ditatorial na qual sua narrativa se sobrepunha à do cliente e com formulações narrativas rígidas, restritas às suas próprias formulações, passa a ser visto como parceiro conversacional, comprometido com o encontro terapêutico como meio para busca de recursos e construção de novas narrativas, mais satisfatórias e adequadas à vida do cliente.

Gergen (1996) apresenta alguns pontos como necessários para a construção de uma narrativa bem formada:

- 1) Estabelecimento de um ponto final significativo: um relato aceitável deve estabelecer um objetivo, um evento a ser explicado, alcançado ou evitado, um resultado significativo, ou seja, um ponto final. A articulação de um acontecimento e sua posição como um ponto final, derivam da ontologia da cultura e de sua construção de valor. Os acontecimentos que defino não têm valor intrínseco, mas se fazem inteligíveis dentro de uma perspectiva cultural.
- 2) Seleção de eventos relevantes para o ponto final: Uma história inteligível é aquela na qual os eventos servem para tornar o objetivo mais ou menos provável, acessível, importante ou vívido. Os eventos mais relevantes são aqueles que estão mais perto ou o fazem estar mais distante do ponto final.
- 3) Ordenação dos eventos: Uma disposição narrativa ordenada só é desenvolvida após ter-se estabelecido uma meta e selecionado os acontecimentos relevantes. A base para

essa disposição pode mudar com a história. A convenção mais amplamente utilizada é a seqüência temporal linear.

- 4) Estabilidade da identidade: a narrativa bem formada mantém a identidade das pessoas e dos objetos de maneira contínua e coerente no tempo. Uma vez definido pelo narrador, o indivíduo ou objeto tenderá a sustentar sua identidade e função dentro do relato. Entretanto, forças causais podem transformar as identidades anteriormente descritas.
- 5) Associações causais: Segundo os padrões contemporâneos, a narrativa ideal é aquela que oferece uma explicação para o resultado. Quando os relatos dentro de uma narrativa se relacionam de maneira interdependente, o resultado se aproxima mais de uma narrativa bem formada.
- 6) Sinais de demarcação: As histórias bem formadas em sua maioria apresentam sinais, que indicam seu início e seu final. Geralmente, ao entrar no mundo do relato existem frases: “era uma vez...”, bem como ao finalizá-lo: “dessa forma...”.

A partir desses pontos, Gergen (1996) analisa o uso de componentes narrativos como vital para criar um sentido de realidade. As histórias construídas não são apenas uma maneira de contar os acontecimentos vividos, mas moldam as identidades. Utilizando dessas convenções narrativas, todos geram coerência e sentido às suas vidas. Gergen (1996) ainda aponta que “certas formas narrativas são amplamente compartilhadas em uma cultura, elas são frequentemente usadas, facilmente identificadas, e altamente funcionais” (p.194). O autor apresenta que, quando as histórias vão atingindo uma meta ao longo do tempo, elas se valorizam e se tornam mais positivas. Mas, quando se aproximam de um fracasso ou desilusão, elas se movem em uma direção negativa. Dessa forma, os enredos narrativos podem ser convertidos de forma linear, o que resulta em três formas narrativas:

- 1) Estável: na qual os acontecimentos ocorrem com a trajetória do protagonista praticamente inalterada em relação à meta ou resultado.
- 2) Progressiva: os acontecimentos ocorrem em uma dimensão crescente, e a narrativa é construída em direção à progressão dos objetivos do protagonista.
- 3) Regressiva: os acontecimentos ocorrem em uma dimensão decrescente, e as ações do protagonista o afastam do seu objetivo.

Dessas três formas narrativas, outras mais complexas se originam:

- 1) A narrativa trágica: marcada por uma rápida decadência de uma pessoa, com expectativas irrealizadas. Uma narrativa progressiva é seguida por uma narrativa regressiva.
- 2) A comédia-romântica: implica caracteristicamente em desafios que são superados e finalizam-se em harmonia. Uma narrativa regressiva é seguida por uma narrativa progressiva.
- 3) O mito do 'viveram felizes para sempre': uma narrativa progressiva é seguida por uma narrativa de estabilidade.
- 4) A saga heróica: consiste em várias fases progressivas e regressivas.

Ao apresentar essas estruturas narrativas, Gergen (1996) aponta para os diferentes estilos de histórias que vamos construindo ao decorrer da vida, e em como essas histórias são mutáveis, sendo legitimadas ou não dentro de determinados contextos e momentos. Para que uma narrativa seja aceita é necessário aproximá-la do público para quem ela é contada, o que reforça o entendimento de que a força retórica de nossas narrativas depende das pessoas que complementarão seu sentido.

Condizente com essa questão, White e Epston (1990) apontam para o fato de que as estruturas narrativas que construímos não abarcam toda a riqueza de nossa experiência vivida, já que, ao construir os relatos, buscamos estar sensíveis ao outro, e ao que será

legitimado. Sendo assim, selecionamos aspectos a serem experienciados, enquanto outros permanecem inarráveis.

3.2 Terapia narrativa e as cartas terapêuticas

Narrative letters appear to break down the distinction between therapy in the office and therapy outside of the office. They provide the message that being in the world is more important than being in the therapy office. When therapeutic activity continues even after the therapy visit, clients are more likely to rely on their own knowledge and less on the expert knowledge of the therapist (Nylund & Thomas, 1994, p.5).

Neste tópico, farei a conexão entre as cartas terapêuticas e a abordagem narrativa, tal como descrita anteriormente. Dessa forma, somado ao intuito de apresentar as vantagens percebidas por terapeutas na escrita e entrega da carta para seus clientes, bem como as particularidades concernentes à linguagem e cuidados éticos, apresentarei alguns autores de referência, que realizam um estudo mais aprofundado acerca da carta terapêutica, seja em relação ao seu formato ou ao seu uso. Nesse contexto, cito Pyle e Doan (1994) apresentando as vantagens da carta para sua prática clínica; Freedman & Combs (1996), apontando as categorias de perguntas que auxiliam os terapeutas na escrita da carta; White & Epston (1990), que definem tipos de cartas e apresentam a função que cada uma engloba no contexto clínico e, por fim, Chen et al. (1998), que discorrem a respeito de princípios e procedimentos de linguagem utilizados na construção da carta.

Apesar de todos os estudos citados serem considerados importantes contribuições, presentes em diferentes contextos e promovendo reflexões inúmeras neste campo de pesquisa, darei maior ênfase teórica aos princípios e procedimentos de linguagem utilizados por Chen et al. (1998). Essas autoras estendem a prática das cartas terapêuticas para o grupo, sistematizando e resumindo conceitos importantes de terapias influenciadas pelo construcionismo social para serem utilizados na construção da carta. Apesar de encontrar limites e desafios no uso desse modelo, conforme desenvolvido pelas autoras, percebo sua

utilidade tanto no auxílio ao terapeuta para a construção da carta, bem como ao campo reflexivo da área. Saliento ainda que, por perceber nesse modelo uma importante contribuição à escrita das cartas no contexto grupal, utilizo-a como referência para a construção e análise da carta entregue ao grupo que compôs este trabalho.

Freeman et al. (1997) pontuam que as cartas terapêuticas podem ser vistas como “assustadoras e demoradas” (p.113), porém destacam que autores como White (1995) apresenta as cartas com um formato que exige o mínimo de tempo do terapeuta. Moules (no prelo) considera o tempo de escrita da carta como um tempo de cuidado, de interesse e de construção de relacionamento com o cliente. A fim de considerar os benefícios da escrita da carta pelo terapeuta, bem como seu recebimento pelos pacientes, devo me reportar à terapia narrativa, que enfatiza a linguagem como construtora da realidade. Assim, falar de determinada maneira, possibilita determinada ação, o que cria uma realidade específica. Por se ter na linguagem uma forma de construção de experiências, as cartas oferecem uma alternativa ao modo de se expressar e se constituir no mundo, sendo uma importante ferramenta para o processo de mudança na psicoterapia.

O termo “cartas terapêuticas” surge no domínio da terapia narrativa, mais especificamente com White e Epston (1990). É nesse contexto intelectual que as cartas ganham identidade e seu uso é enfatizado e teoricamente justificado (Freeman et al., 2001; Pará & Rombach, 2003). As cartas terapêuticas, diferentemente das cartas sociais, têm como foco o contexto, conteúdo, intenções e efeitos causados no paciente e no terapeuta (Moules, 2000, no prelo; Oliver et al., 2007). São cartas mais literárias do que diagnósticas, mais expõem situações e possibilidades do que explicam algo. Elas documentam a história, relatam os avanços presentes e as previsões do futuro (Freeman et al. 1997, 2001). As cartas personalizam o relacionamento e diminuem a distância entre as pessoas (Augusta-Scott, 2007). Goldberg (2000) aponta que Burton considera as cartas como terapêuticas quando são

centradas no cliente, quando as informações contidas são originadas dos encontros com o paciente, quando os eventos psicologicamente relevantes conseguem ser interligados, quando conexões entre pessoas são feitas e mantidas, quando registra o progresso do paciente e quando voltam o olhar para o futuro “com esperança e realismo”.

Diferentemente do uso anterior das cartas, na proposta de White e Epston (1990), as cartas terapêuticas ocupam um lugar privilegiado no processo interventivo. Buscando legitimar sua prática, esses autores afirmam que “em nossa cultura, o uso da tradição escrita em terapia promove formalização, legitimação e continuidade dos conhecimentos populares locais, da autoridade independente das pessoas e a criação de um contexto para o surgimento de novos descobrimentos e possibilidades” (p.50).

A idéia de que as pessoas, no intuito de darem sentido à sua existência e legitimar ações, organizam suas histórias em um fluxo contínuo e seqüencial é reafirmada por White e Epston (1990) ao referirem-se às cartas terapêuticas. Os autores sugerem as cartas como um instrumento que, por meio da palavra escrita, proporciona sentido de coerência, ao mesmo tempo em que possibilita reflexões sobre as experiências em uma dimensão temporal. Em consonância com essas observações, Goldberg (2000) e White e Murray (2002) enfatizam o fato de que, pelo fato de as palavras sobreviverem ao tempo da conversação, o trabalho terapêutico imortaliza-se e permite consultas e reflexões além da hora terapêutica.

As autoras Chen et al. (1998) apontam a importância da carta como documento da prática clínica. Elas afirmam que psicólogos clínicos despendem um tempo valioso anotando as histórias das consultas em prontuários e, se assim o fazem, por que não tornar esse instrumento uma ferramenta efetiva de intervenção? Além do que, se a busca é por uma relação igualitária entre terapeuta e cliente, em um processo de co-construção, nada mais coerente do que a história do cliente na terapia ser escrita em conjunto, em um processo de negociação. Com isso, consegue-se desmistificar o que antes era desconhecido por ele.

Abrigando essas considerações, os relatos de sessão são escritos pelo terapeuta, lidos juntamente com o cliente na sessão seguinte, e podem ser corrigido por ambos, se necessário, em uma postura de respeito e legitimação à história da pessoa.

White (1995) sugere algumas recomendações éticas que devem ser consideradas pelo terapeuta ao utilizar as cartas. Entre tais recomendações, o autor coloca a idéia de que a carta não deve ser imposta ao cliente. As pessoas devem querer recebê-la, sabendo que essa faz parte do trabalho. Perguntas como: “Com quem você mora?”, “Você teria como guardar a carta?”, “O documento ficará acessível sempre que você precisar?”, são importantes para garantir a confidencialidade e a disponibilidade do documento. Importante é que o terapeuta antecipe algumas outras questões, tais como os sentimentos que poderão surgir com a leitura da carta, para que a ação não fique comprometida e o terapeuta possa cuidar junto ao paciente de possíveis preocupações.

White e Epston (1990) discorrem ainda sobre alguns cuidados a serem tomados durante a escrita da carta que, diferentemente da linguagem diagnóstica reservada aos prontuários, são escritas utilizando a própria linguagem de quem conta a história, inclusive com a utilização de suas próprias metáforas, o que gera um reconhecimento da pessoa ao ler o escrito. Além disso, para que a carta seja escrita é necessário que o terapeuta se coloque em um lugar em que legitime as pessoas e o que é falado, retomando o que foi dito na sessão e buscando refletir sobre os acontecimentos.

Freeman et al. (2001) chamam a atenção para o uso de perguntas nas cartas, que ao terminarem com uma reflexão, permitem novas e múltiplas perspectivas. Outro ponto abordado é o uso dos verbos na forma reflexiva, que “colocam o sujeito e o objeto em uma relação “agente”, na qual normalmente não existe” (p.168), auxiliando que a pessoa se conheça melhor, por si mesma. O uso do gerúndio compõe o documento terapêutico, já que ele dá uma sensação de progresso e movimento. Por fim, os autores ressaltam o uso do

subjuntivo, que amplia as possibilidades de respostas, ao invés de restringi-las a “sim” ou “não”.

Moules (no prelo) enfatiza a importância do tom para escrever as cartas. Para a autora, o tom está conectado com a sintonia da palavra, que deve ser condizente com a relação do terapeuta e do cliente. As palavras carregam consigo melodias, cadências e entonações, que devem respeitar as interações anteriores. Atenção particular deve ser dada à linguagem utilizada, que convida a múltiplas interpretações e possibilidades.

As cartas terapêuticas auxiliam o terapeuta a entrar no mundo do protagonista, propiciando um esforço maior de colaboração e de criação de idéias novas e originais (Freeman et al. 2001; Goldberg, 2000). Elas permitem que as pessoas contem suas próprias histórias, a partir de suas próprias percepções (Goldberg, 2000), possibilitando que elas desenvolvam uma linguagem de mudança, que poderá ser utilizada na construção de novas narrativas (Chen et al. 1998). As cartas buscam ligar acontecimentos e encontros, conectando o passado com o presente e com as possibilidades futuras (Chen et al. 1998; Goldberg, 2000), provendo, além de uma seqüência narrativa, uma ponte entre as sessões e construindo novos significados (Paré & Rombach, 2003). Elas realçam progressos, solidificam mudanças positivas (Goldberg, 2000; Moules, 2003, no prelo; Oliver et al. 2007; Paré & Rombach, 2003; Payne, 2006), sustentam os significados criados durante as sessões terapêuticas (Freeman et al., 1997), apontam outras direções possíveis (Augusta-Soctt, 2007), proveem suporte emocional e suporte de competências (Oliver et al. 2007). Criam reflexividade, reforçando a habilidade do cliente em trabalhar seus problemas (Augusta-Scott, 2007). As cartas contribuem para o relacionamento entre terapeuta e cliente, podendo mantê-lo, criá-lo ou sustentá-lo (Moules, no prelo). Por perdurarem no tempo (Abels, P. & Abels, S.L; 2001; Goldberg, 2000; Moules, 2003, no prelo; Oliver et al. 2007), as cartas possibilitam aos clientes um espaço de distanciamento, permitindo que eles reflitam sobre os eventos durante

a terapia (Chen et al. 1998), bem como transmitem as idéias de uma forma permanente, podendo ser consultadas a qualquer tempo (Davidson & Birmingham, 2001). Bacigalupe (1996) enfatiza, ainda, que escrever cartas para os clientes sustenta uma forma gentil de conectar memórias traumáticas e conectá-las com as mudanças presentes. As histórias escritas na terapia também refletem uma multiplicidade de vozes

As questões reflexivas presentes na carta convidam o cliente a um território inabitado, no qual ele pode buscar resolver seus problemas e co-construir novas realidades (Rombach, 2003). Ao contrário dos documentos tradicionais, as cartas promovem uma visão não-patologizante do problema (Chen et al. 1998; Paré & Rombach, 2003). Como os acontecimentos extraordinários e as competências dos clientes são acentuados nas cartas terapêuticas, torna-se possível propiciar mudanças por um longo período a partir desse instrumento interventivo (Chen et al. 1998), mudanças que podem ser testemunhadas pelos membros da família, ou por outras pessoas que tenham importância na vida do cliente (Paré & Rombach, 2003).

Parry e Doan (1994) salientam que, por estarem em uma linguagem escrita, as histórias nas cartas assumem maior significado e permanência, podendo ser lidas, re-lidas, modificadas e editadas. Esses autores destacam seis pontos, vistos por eles como vantajosos, para o uso das cartas em sua prática clínica:

- 1) As cartas asseguram que a história do cliente foi ouvida precisamente;
- 2) As cartas ampliam o tempo de atendimento do terapeuta, oferecendo a ele espaço de reflexão para além do momento da conversação;
- 3) Auxiliam os clientes a se lembrarem do que foi conversado nas sessões anteriores;
- 4) Processa uma história mais interessante por documentar as várias exceções da história antiga que surgiram durante a entrevista;

- 5) Sustenta uma escrita de “dupla descrição”, atendendo àquele cliente que contrasta a velha história com a nova história;
- 6) Expande o relacionamento terapêutico. Os clientes apreciam o tempo e o esforço que a carta requer do terapeuta.

Freedman e Combs (1996) apresentam cinco categorias de perguntas que auxiliam os terapeutas a organizar os pensamentos, podendo ser utilizadas para a escrita da carta. Eles apontam que essas categorias são fluidas e correspondem às intenções do terapeuta nas questões feitas. São elas: questões desconstrutivas, questões que abrem espaço, questões de preferência, questões que desenvolvem histórias e questões de significado.

As “questões desconstrutivas” auxiliam as pessoas a perceberem suas histórias de diferentes perspectivas. Geralmente, são questões que “encorajam as pessoas a situarem suas narrativas em amplos sistemas e, através dos tempos” (Freedman & Combs, 1996, p.120), envolvendo conversas ao redor de crenças problemáticas, práticas, sentimentos e atitudes. Nesse contexto, são feitas perguntas a respeito da história do relacionamento da pessoa com essas crenças, práticas, sentimentos ou atitudes; o impacto do problema na vida das pessoas e das relações é investigado, assim como a influência do contexto, as inter-relações e as táticas e estratégias existentes. Quase todas as questões desconstrutivas que são feitas acontecem nas conversas externalizadoras, sendo que cada questão é direcionada para um fragmento da história saturada pelo problema ou que mantém uma narrativa problemática.

As “questões que abrem espaço” são utilizadas para construir acontecimentos extraordinários. Cada pergunta pode resultar na possível presença de uma abertura que levará a uma história alternativa. Nessa categoria, as perguntas englobam a busca por exceções, questões de experiências hipotéticas, busca por diferentes pontos de vista e diferentes contextos, assim como questões que abarcam diferentes tempos de vida da pessoa.

Já as “questões de preferência” podem ser feitas frequentemente pelo terapeuta, para que ele tenha a noção de que a direção ou significado que as experiências estão tomando são preferíveis às histórias problemáticas. As pessoas são convidadas a justificar suas escolhas e descrever suas motivações, tendo a oportunidade de clarear e elaborar suas direções preferenciais de vida, identidades e valores.

Quando o espaço da conversação já foi aberto o bastante para revelar um acontecimento extraordinário ou os caminhos preferíveis, podem-se fazer “questões que desenvolvem histórias”, com o intuito de convidar as pessoas a serem re-autoras de suas narrativas. O intuito é que elas entrem em contato com o processo e os detalhes de sua experiência, que será “conectada a um calendário, para um contexto particular e para outras pessoas. Dessa maneira, um evento é expandido no espaço e no tempo, é habitado, e é revivido de forma detalhada” (Freedman & Combs, 1996, p.131).

Por fim, os autores descrevem as “questões de significado”, por meio das quais as pessoas são convidadas a refletir o que será considerado como aspectos diferentes de suas histórias, delas mesmas e de seus relacionamentos. Essas questões encorajam as pessoas a considerar e experienciar as implicações dos acontecimentos extraordinários, das direções preferíveis e das experiências das novas histórias. Os autores ainda apontam que

além de perguntar a respeito dos significados gerais e das implicações das histórias como elas se desdobram, nos também perguntamos sobre qualidades pessoais, características dos relacionamentos, motivação, esperança, objetivos, valores, crenças, conhecimento, e aprendizagens pessoais que as pessoas obtêm a partir de suas narrativas em desenvolvimento (Freedman & Combs, 1996, p.137).

É importante ressaltar, ainda, que além de a carta mostrar-se de extrema importância para quem a recebe, o ato de escrevê-la oferece um espaço de reflexão para o terapeuta sobre o que foi vivenciado durante a sessão. Ele ganha um espaço para organizar suas idéias,

questionar falas e elaborar perguntas que poderão ser colocadas em pauta em sessões posteriores, sendo assim uma ferramenta útil para que o profissional amplie seus conhecimentos sobre a terapia (Paré & Rombach, 2003; Rombach, 2003). Rombach (2003) aponta que, quando utilizava as nomenclaturas diagnósticas, era como se recebesse um convite inevitável para uma visão de déficit nas pessoas. Porém, com a escrita das cartas, a autora passou a ocupar um lugar de compreensão e de legitimação de mudanças, o que possibilitou que ela substituísse evoluções patológicas por uma alteridade positiva.

Os autores White e Epston (1990) apresentam exemplos práticos de material escrito na clínica, atendendo a funções múltiplas. Eles denominam esse tipo de terapia, na qual ocorre a presença de material escrito, por “terapia relatada”, e engloba tanto cartas quanto demais documentos, tais como, certificados, declarações e autocertificados. Tais cartas são apresentadas tendo a possibilidade de serem escritas tanto pelo terapeuta para o paciente, quanto pelo terapeuta em conjunto com o paciente e, por fim, escrita pelo paciente e endereçada a remetentes diversos. Os autores defini-las-ão como:

- 1) Cartas de convite: são frequentes na vida cotidiana e utilizadas no contexto profissional quando o terapeuta acredita ser importante incluir na terapia pessoas que se encontram relutantes em participar da mesma;
- 2) Cartas de despedida: são escritas para oportunizar as pessoas que exercem papéis não desejados que se despeçam deles, ficando livres para ocupar outros lugares;
- 3) Cartas de seguimento: ao final da terapia, uma carta escrita pelo terapeuta é entregue ao paciente para que seja aberta ao fim de seis meses, no intuito de propor uma revisão, um seguimento após esses seis meses. Muitas vezes, as pessoas abrem a carta antes da expiração do período pedido, e a carta adquire a função de uma profecia auto-realizadora;

- 4) Cartas de recomendação: nessas cartas, o terapeuta pode apontar percepções para a família que são importantes para a pessoa que está sendo atendida. Datas podem ser colocadas nessas cartas, com a observação que as recomendações mencionadas serão válidas por um período, sendo necessárias novas conversas para sua renovação;
- 5) Cartas para ocasiões especiais: podem ser utilizadas em caso de pacientes que, por algum motivo, não foram à terapia. Outra função é auxiliar os pacientes a contar para as pessoas que a ajuda psicoterápica que eles têm recebido é a que desejam.
- 6) Cartas breves: as cartas não precisam ser longas ou repetitivas. Muitas vezes, uma única carta é capaz de modificar a vida da pessoa. Tais cartas incluem: reflexões após a sessão, busca de informações a respeito da vida e relações das pessoas, contatar pessoas que deixam de ir à terapia, convocar um público que mantenha e que elabore novas histórias de maneira mais intensa, investigar a influência do problema na vida das pessoas e a influência das pessoas na vida do problema (perguntas de influência relativa), historiar os acontecimentos extraordinários, desafiar as técnicas de poder e as especificações (“verdades” dominantes) acerca das pessoas e suas relações, e relatar encontros eventuais.

Chen et al. (1998), assim como White e Epston (1990), ressaltam a importância da linguagem na construção da carta. Segundo as autoras, os documentos clínicos adquirem um status de ‘verdade’, criando uma realidade própria, o que poderia prejudicar o tratamento psicoterápico caso fosse compartilhada a partir de termos diagnósticos, voltados para patologias interpessoais. Sendo assim, elas propõem um modelo que “destaca a linguagem como agente ativo de mudança na documentação do cliente. Esse modelo tem como objetivo democratizar o sistema de documentação do cliente e expandir sua função em uma intervenção nela mesma” (p.405). A linguagem utilizada promove narrativas de liberação e

não de restrição, construindo as experiências junto aos clientes, ao invés de subjugar-las. Segundo as autoras, essa forma de organizar a escrita da carta engloba quatro princípios: a desconstrução do self subjugado, a busca por exceções, manter uma postura de não saber e a internalização do agenciamento pessoal.

A desconstrução do self subjugado diz respeito a desconstruir o auto-conceito negativo desenvolvido pelo cliente. As pessoas que procuram atendimento comumente estão com a vida saturada por problemas e se descrevem como “inefícazes e sem recursos”. Essas pessoas percebem seus problemas como patologias que surgem delas mesmas, e dizem não conseguir encontrar maneiras de agir com seus próprios saberes. As cartas terapêuticas auxiliarão essas pessoas a reformular o relacionamento que elas têm com seus problemas, a partir de uma “linguagem des-patologizante” (Chen et al., 1998, p.406). Para que esse processo ocorra, o terapeuta utilizará de recursos, tais como a externalização do problema (separar a vida da pessoa da vida do problema), a personificação do problema (externalizar o problema com características humanas) e a contextualização do problema (recorrer aos discursos sociais e culturais que sustentam o problema na vida da pessoa).

Outro princípio também desenvolvido pelas autoras é o apresentado como ‘Busca por exceções’. Esse princípio é desmembrado em dois processos: a identificação dos acontecimentos extraordinários e promover uma linguagem de transição. A forma como tais acontecimentos são descritos e explicados pelas autoras gera um entendimento simplificado, não abarcando a complexidade do procedimento, assim como as formas possíveis de uso, tal como proposto por White e Epston (1990).

White e Epston (1990) apresentam, de forma prática, os tempos em que os acontecimentos extraordinários podem se situar (passado, presente e futuro), oferecendo exemplos ricos de investigação e intervenção nesse campo. Outro ponto a ser analisado é a distinção e separação do processo de “Identificar os acontecimentos extraordinários” e

“Encorajar uma linguagem de transição”. Como colocado por White (2007), o primeiro estágio dos mapas conversacionais, relativo aos acontecimentos extraordinários, busca investigar os discursos que possuem potencial para se tornarem significativos, concordando com o processo colocado pelas autoras. Porém, o segundo processo tornou-se redundante em termos práticos, pois, quando um acontecimento extraordinário é investigado, as possibilidades de descrição, tanto de si quanto das relações, já se encontram abertas, oportunizando o desenvolvimento de histórias alternativas e mais produtiva. Entretanto, em relação ao documento terapêutico, as autoras enfatizam a possibilidade de esse movimento vir a ser explicitado, o que pode ser útil no processo de escrita.

O princípio ‘Manter uma postura de não-saber’ descrito por Chen et.al. (1996), é originário da abordagem colaborativa, proposta por Anderson e Goolishian (1998) e representa um dos pontos característicos dessa postura. A ênfase está no papel da linguagem e, portanto, nos sentidos que vão sendo realçados a partir do momento em que são criados e vivenciados pelas pessoas nas conversações. Contrapondo-se aos entendimentos que se apóiam em narrativas teóricas pré-existentes, essa postura coloca que o terapeuta não tem acesso a quaisquer verdades da vida dos clientes, sendo necessário que sejam informados sobre elas. Dessa forma, o saber do terapeuta é local e contextualizado. O cliente é especialista no conteúdo (nos significados e nas vivências), enquanto o terapeuta é especialista no processo (no ato de dirigir o processo conversacional). Na prática, essa postura requer que o terapeuta deixe em suspenso o seu conhecimento profissional acumulado, mantenha uma postura de curiosidade genuína, não entenda rápido demais a história apresentada, coloque em dúvida o que parece já saber e evite julgamentos e generalizações. O processo de escuta deve se apoiar na perspectiva do cliente, sendo desconstrutiva (favorecendo a abertura para a construção de outras narrativas), ativa e atenta

para o não-dito (Anderson & Goolishian, 1998; Grandesso, 2000). A ênfase nesse processo não está em produzir mudanças, mas em abrir espaço para a conversação.

Chen et al. (1998) apontam que esse posicionamento, por parte do terapeuta, honra o conhecimento do cliente e o convida à reflexividade, promovendo uma sensação de competência e de auto-eficácia. Dessa forma, as autoras sistematizam o processo de não-saber dividindo-o em três procedimentos: substituindo suposições por curiosidade (fazendo perguntas curiosas, para saber um pouco mais sobre o que foi dito ou sobre o que ainda não é sabido), imaginando possibilidades (quando o terapeuta não encontra exceções no relato do cliente ele pode imaginar e perguntar sobre um suposto resultado) e convidando os membros para reflexividade (convidando-os a observarem suas próprias percepções, ações ou significados que formam a sua experiência).

Como referência para o ato de ‘substituir pressupostos por curiosidade’ tomamos a proposta de Cecchin (1998), que concebe o processo psicoterápico como um convite ao terapeuta à curiosidade, proporcionando assim uma oportunidade, “para a construção de novas formas de ação e interpretação” (p.112).

Em relação ao convite a essa reflexividade, as autoras remontam aos escritos de Karl Tomm (1987b), chamando a atenção para os questionamentos reflexivos. Para o autor, tais questões são

perguntas com a intenção de facilitar a auto-cura em um indivíduo ou na família, ativando a reflexividade entre os significados em um sistema preexistente de crenças que permitem aos membros da família gerar ou generalizar padrões construtivos de cognição e comportamento neles próprios (p.171).

Outro autor que possui contribuição ao debate sobre reflexividade em terapia é Tom Andersen (1998), conforme já descrito neste trabalho, que propõe para a prática psicoterápica os questionamentos reflexivos, não como um método, mas como uma maneira de pensar. Sua

forma de trabalhar originou a prática da equipe reflexiva, que busca criar novas descrições e entendimentos das situações, a partir de um sistema paralisado. Porém, o processo reflexivo sugerido pelo autor vai além da equipe reflexiva, e se associa a um processo de fazer perguntas, o que abarca a disponibilidade de estar com o outro, sustentar uma posição de escuta atenta aos diálogos internos, identificar aberturas e manter-se disponível a elas, além de refletir, junto ao cliente, sobre que outras histórias poderiam estar sendo contadas.

Por fim, a internalização do senso pessoal de agenciamento dos clientes foi desenvolvida inicialmente por White e Epston (1990), juntamente com a externalização do problema. Para esses autores, muito além de coisificar e personificar o problema, o objetivo dessa intervenção é explicitar ao paciente que ele é agente ativo nos processos de significação e ressignificação de sua vida. Nesse sentido, as pessoas vão interiorizando essas conquistas realizadas como parte de sua identidade, dando-lhe maior autonomia. Chen et al.(1998) apontam que tal processo pode ser realizado por meio da atribuição de intencionalidade positiva (o que possibilita que o cliente modifique a forma como se percebe, adquirindo um senso de agenciamento pessoal para mudança); legitimando sentimentos (validando as emoções humanas para que os sentimentos sejam utilizados para desafiar os problemas); colocando os membros como agentes ativos (convida os clientes a reformularem sua auto-narrativa, responsabilizando-os pela dificuldade vivenciada em determinado contexto, a partir de uma escolha de ação); creditando influência ambiental (aumenta a capacidade do cliente para mudança quando ele percebe que tem aprendido o seu comportamento do meio ambiente e que seus problemas de comportamento não são frutos de sua personalidade); pontuando competências (se uma pessoa se coloca como incompetente ou confusa, a carta pode destacar os sinais de competência que foram negligenciados pelo cliente).

Apesar de as cartas apresentadas pelos autores relacionarem-se a diferentes intenções, elas são semelhantes no fato de revisarem momentos úteis na sessão, e possibilitarem ao

terapeuta oportunidade de reflexão e questionamento acerca das histórias narradas (Epston, 1994; Pyle, 2004, 2006, 2009). Ao redigir a carta, o terapeuta tem a oportunidade de se questionar se existem outras alternativas nas quais ele poderia coordenar suas ações. Assim, a responsividade com o outro pode ser pensada: o jeito com que eu convido o outro a conversar está sendo útil? Esse é um jeito que amplia ou restringe as histórias? Minhas questões geram respostas ou novas perguntas? Assim, a linguagem é convidativa e as cartas tornam-se uma extensão dos diálogos desenvolvidos no grupo.

Nas últimas décadas, White (1995) e White e Epston (1990) fizeram várias pesquisas informais com seus clientes que receberam cartas. Essas pesquisas, que tiveram o intuito de observar as implicações que esse instrumento interventivo gerou nessas pessoas, apontaram que o documento terapêutico equivale de 3 a 10 sessões (Chen et al. 1998; Paré & Rombach, 2003; White, 1995; White & Epston, 1990). Contudo, são necessárias maiores pesquisas nesse campo, para que se compreenda melhor o uso e o significado de tal instrumento (Pyle, 2004, 2006; Moules, 2000, 2002).

Além disso, os estudos feitos anteriormente sobre as cartas terapêuticas trazem algumas idéias de como escrever as cartas, com exemplos de cartas enviadas e/ou recebidas, sem uma análise empírica dos dizeres das cartas e do impacto que determinadas frases causaram aos pacientes. Por isso, entendo que esses estudos ainda são insuficientes, o que torna necessário a realização de mais pesquisas nessa área, para que se possa complementar e ampliar esse campo de conhecimento.

White e Epston (1990) apontam em seus trabalhos que as cartas têm se tornado uma outra possibilidade de ampliar os fins terapêuticos, sendo uma importante ferramenta para o paciente na reconstrução de suas histórias. Apesar disso, os autores White e Murray (2002) enfatizam que as cartas não têm tido muito espaço nas interações terapêuticas, e o diálogo verbal ainda se encontra como o principal meio de cuidado do terapeuta com seu cliente.

Chen et al. (1998) complementam o debate, apontando para a necessidade de pesquisas futuras, que poderiam ocorrer com o objetivo de investigar os efeitos do documento terapêutico no *setting* grupal.

4. Objetivo

O objetivo deste trabalho é investigar os sentidos das cartas terapêuticas presentes em grupos psicoterápicos que utilizam esse recurso, especificamente em relação ao seu processo de escrita, considerando tanto a lógica que organiza sua redação quanto os princípios de linguagem utilizados para atender determinadas funções.

5. A pesquisa a partir do referencial Construcionista Social

If language is a central means by which we carry on our lives together – carrying the past into the present to create the future – then our ways of talking and writing become key targets of concern (Gergen, 1999, p.62).

Este estudo adota como referencial metodológico a perspectiva construcionista social que entende o “conhecimento como construído no processo de intercâmbio social” (Grandesso, 2000, p.85). Nesse âmbito, o conhecimento é entendido como uma prática discursiva, podendo legitimar múltiplas narrativas e sendo expresso na linguagem e no diálogo. Diferentemente de uma visão moderna na qual a linguagem representa a realidade, na abordagem construcionista social a linguagem é constitutiva e cria a realidade, estando entrelaçada nos padrões de relacionamento. A produção de conhecimento nesse âmbito ocorre em uma busca de produzir novos entendimentos e inteligibilidades que possam ser úteis para as pessoas e o mundo em que vivem.

Para as concepções modernas, o conhecimento é uma representação correta e confiável do mundo. As pesquisas nesse campo são realizadas a partir de um conceito de validade, fidedignidade e generalização.

Contrastando com essas teorias tradicionais, o modelo de pensamento pós-moderno considera a existência do objeto de conhecimento a partir da presença de um sujeito. Sendo assim, nessa perspectiva não busco parâmetros para a interpretação acurada da realidade, nem almejo alcançar um conhecimento que independe do sujeito, da cultura e da história. A partir dessa perspectiva pós-moderna, as teorias são escolhas discursivas e não carregam a verdade. São formas de me orientar no mundo. As buscas bibliográficas e os autores a quem recorri são companheiros de viagem, convidados que compartilham o desejo de conhecer e explorar o mundo. Ser responsivo em pesquisa é encontrar o outro onde ele está e não onde eu quero que ele esteja. Dessa forma, o convite construcionista para a ciência é desenvolver pesquisas

que estejam em constante reconstrução, a partir do engajamento com as pessoas que se identificam com esse jeito de produzir ciência. Saliento ainda que, diferentemente da ciência comum, na qual ouvimos os fatos e não as pessoas, o construcionismo busca criar contextos colaborativos de pesquisa, no qual pesquisador e pesquisados trabalhem conjuntamente. Analisar os dados deste trabalho é refletir acerca das histórias contadas pela terapeuta, a partir da produção de sentidos realizada com os demais participantes do grupo. Ao assumir uma posição do discurso como uma forma de ação, na qual as palavras são escolhidas dentre inúmeras possibilidades para que seja atingido determinado objetivo, o foco está no processo, no que as pessoas fazem com suas falas, ao invés de acessar o discurso como algo que está dentro da mente.

Tendo a linguagem como construtora de realidades, as pessoas são vistas como usuárias dessa linguagem, utilizando-a para fazer coisas, promover ações. A linguagem não é ingênua ou estática, mas constitui de maneira dinâmica: quando eu *digo* algo, eu estou *fazendo* algo. O discurso é uma performance, desenvolvido nas relações. Assim, existem performances que preferimos e outras que não, o que podemos escolher. Porém, essa não é uma escolha realizada de forma particularizada. O outro precisa colaborar na construção dessas novas performances.

McNamee (no prelo) discute a questão do método no construcionismo social. Segundo a autora, ‘muitas vezes nos percebemos acreditando que a análise do discurso está inserida no construcionismo, mas um questionário não o estaria’. Ao descrever o construcionismo social como uma meta-teoria, um discurso que oferece orientação para todos os processos relacionais, redimensiono esse entendimento, inserindo todas as atividades que envolvem os seres humanos como atividades construcionistas relacionais. Com isso, a autora defende a idéia de que o método não existe nele mesmo, sua importância reside no como o usamos: “Como nós pensamos sobre ele, o usamos, falamos e escrevemos sobre ele ‘põe em

funcionamento' nossa meta-teoria ou os discursos e suas suposições sobre o que existe, o que nós podemos saber, e como nós podemos produzir aquele conhecimento" (p. 1). As reflexões acerca do método devem ter como base o que gera as perguntas que faço e como tento respondê-las, o que tomo como dado e o que tomo como fato, assim como, quais ferramentas de linguagem são utilizadas e o que reconheço como rigor.

Para o construcionismo, o ato de conhecer perpassa pelo "conhecer como". O foco é no processo das relações que estão sendo construídas e em como elas se organizam na coordenação da produção desse conhecimento. Essas são produções locais, históricas, culturais e relacionais.

Assim, a ação de examinar uma questão particular, no caso a linguagem utilizada nas cartas, e as descrições utilizadas para sua construção, emergem dentro dos contextos relacionais desenvolvidos no grupo. As perguntas realizadas pela terapeuta, bem como os recortes feitos para a redação da carta, desenvolvem-se nas conversações com os clientes, sendo posteriormente validadas por eles.

As cartas, em sua origem, advêm da pré-modernidade, porém neste trabalho elas ocupam espaços pós-modernos, por serem colocadas como instrumentos na construção de uma relação igualitária e reflexiva entre terapeuta e cliente. As cartas, nesse contexto, são criadas e criam vida como um instrumento na multiplicação de vozes. Na realização dos recortes, as histórias vão sendo delineadas, geram dúvidas e curiosidades que, por sua vez, geram novas histórias e possibilidades.

No processo de construção da pesquisa, essas reflexões teórico-metodológicas influenciaram desde a composição e o processo de formação do grupo quanto ao papel interventivo do relato das sessões a partir das cartas, até o processo de encerramento do grupo, o procedimento de construção do corpus e de análise do corpus. Assim, não busco a verdade com esse estudo, mas a reflexão sobre o uso desse recurso prático, que são as cartas

terapêuticas. Espero que a metodologia construcionista contribua para a construção dessas novas histórias, trazendo novidades e convites à reflexão que levem à contínua transformação desse recurso.

5.1. O contexto, o grupo e seus participantes

A composição do grupo foi realizada a partir da demanda pré-existente para atendimento psicológico na Clínica Escola da Universidade Federal de Uberlândia (UFU). Essa é uma Clínica Psicológica que foi fundada no ano de 1980, sendo um órgão complementar da UFU, vinculada ao Instituto de Psicologia. Nesse contexto, a Clínica constitui-se em campo de estágio supervisionado obrigatório, atendendo a diversos tipos de queixa da comunidade e encontrando modalidades terapêuticas variadas. Além disso, esse também é um espaço que se constitui para os estudantes do curso de Pós-Graduação de Psicologia da UFU, que realizam pesquisa na área clínica ou afins.

Assim, os atendimentos propostos por essa pesquisa foram realizados em uma das salas da Clínica. Essa sala era pequena, com espaço para as dez cadeiras em roda e uma mesa logo atrás, com duas cadeiras para a equipe reflexiva. Os encontros ocorriam com periodicidade semanal, tendo duração de 1h30, pelo período de 3 meses, totalizando 12 sessões. Após o término da intervenção (12 sessões), foi realizada ainda uma sessão individual com os participantes do grupo, com duração máxima de 1h30. O objetivo foi conversar sobre o processo de participação no grupo, e quais os significados que as cartas tiveram para eles. Para nortear essa conversa, foi pedido aos pacientes que, em casa, escrevessem uma carta, contando como havia sido para eles receber cartas da terapeuta. Essa carta feita por eles e seria lida na entrevista individual final. Apenas um paciente não escreveu a carta. Os demais a escreveram, voltando o foco de escrita para o processo do grupo e de mudança.

Rasera e Japur (2001, 2003, 2004), influenciados pelas contribuições construcionistas sociais, propõem uma redescrição da terapia de grupo, definindo-a como uma prática discursiva, ou seja, como forma de criar realidades relacionais por meio da linguagem. Ao adotar a perspectiva construcionista social, como referência para reflexões no processo grupal, ocorre um questionamento do caráter natural e essencial das definições de grupo. Com isso, o ato de redefinir o grupo teoricamente implica em redescrições práticas, construindo o grupo de determinados modos e não de outros. Rasera e Japur (2005) complementam, afirmando que

esta redescrição implica outras ainda: o contrato grupal é o meio de delimitar algumas condições de produção de sentido; a composição grupal é um processo de negociação entre terapeutas e participantes; o terapeuta atua como um parceiro conversacional, e a duração do grupo é definida a partir do entendimento do grupo como uma intervenção ético-política (p.34).

Norteados por essa perspectiva, a terapeuta buscou no grupo pesquisado: construir um contexto no qual o significado fosse co-construído entre ela e o grupo, assim como com os indivíduos do grupo uns com os outros; manter uma postura aberta para o questionamento e a reflexão; exercer uma escuta aberta, curiosa, atenta para o não-dito; assumir uma postura de interesse genuíno; ter uma participação ativa, buscando pontuar histórias e clarear fatos quando necessário; organizar e dar coerência para as histórias vividas pelos clientes.

Como modelo de atendimento, adotamos o proposto por Andersen (1999), que implica na presença de uma equipe reflexiva no contexto grupal, como descrito anteriormente. Dessa forma, a pesquisadora atuou como terapeuta de campo coordenando as conversas grupais, e a equipe reflexiva formada por duas terapeutas colaboradoras de pesquisa mantiveram uma posição de escuta, compartilhando suas reflexões no momento em que eram solicitadas pela terapeuta.

Antes do início dos atendimentos em grupo, foram realizadas duas entrevistas individuais com os prováveis participantes (com duração de 1h30 cada), tendo o objetivo de “acolhê-los” e “prepará-los” para o grupo. Esse modelo de seleção e preparação para o processo grupal é o mesmo utilizado por Raserá e Japur (2007), no qual a primeira sessão, denominada “sessão de acolhimento”, tem como objetivo acolher a demanda dos pacientes e investigar as situações recentes de suas vidas, pensando na possibilidade dessa pessoa compor o grupo. Ao término das sessões individuais iniciais, a pesquisadora e o orientador se reuniram a fim de discutirem a composição grupal. Para sistematizar a tarefa, imaginaram como aquelas pessoas estariam juntas, quem conversaria com quem, quem se apoiaria. O processo de composição grupal foi feito ainda levando em consideração alguns fatores: o interesse na participação de um trabalho em grupo, a disponibilidade de horário e a construção de um pedido no discurso.

Finalizando essa etapa, todos os participantes foram re-agendados, para que realizassem uma sessão de preparação com aqueles selecionados para o grupo e dar novo encaminhamento para os que não participariam do trabalho proposto. As pessoas que não fariam parte do processo foram encaminhadas para atendimentos individuais na própria Clínica Escola.

Onze pessoas participaram da sessão de preparação para o grupo, que tinha como objetivos principais: 1) aproximar o terapeuta de cada participante; 2) apresentar os objetivos do grupo; 3) conversar sobre como se espera que as pessoas participem; 4) apresentar o contrato grupal; 5) esclarecer possíveis dúvidas dos participantes em relação ao grupo; 6) explicar detalhadamente as condutas desta pesquisa. Essas conversas iniciais buscam promover um contexto dialógico, além de preparar a pessoa para o grupo. Promove-se uma participação mais produtiva dos participantes, diminuindo expectativas irrealistas e, conseqüentemente, o nível de atrito e ansiedade grupal, assim como a taxa de abandono. A

conversa se projeta para o futuro, e busca antecipá-lo. Nessa fase, apenas uma pessoa desistiu de sua participação, dizendo não se sentir a vontade na realização de trabalho em grupo.

Pensando em maneiras de descrever esse grupo, que foi se construindo durante os encontros, alguns questionamentos se fazem presente, tais como: Quais critérios devem ser utilizados para descrever um grupo? Qual a influência do contexto para a formação desse grupo? De onde essas pessoas se originam? Quais histórias as acompanham? O que deve ser ressaltado e o que se silencia na descrição? Quais cuidados devem ser tomados nesse processo?

Seja descrever um grupo ou outro objeto qualquer, o que será apresentado como verdade narrativa dependerá do sujeito que realizará a descrição, tendo como base os intercâmbios sociais que foram gerados nas relações. Assim, a descrição aqui construída será apenas uma das possíveis versões das muitas descrições possíveis sobre o grupo, não existindo um único discurso sobre ele e as pessoas que o compuseram. Importante salientar que esse grupo foi-se constituindo de diferentes modos, a cada encontro e em cada momento, a partir das trocas dialógicas que iam se efetivando no contexto de uma Clínica Escola.

Após as duas sessões iniciais, o grupo começou com 10 pessoas, sendo que uma delas desistiu do atendimento na segunda sessão, justificando necessitar de buscar psicoterapia individual. Por fim, os participantes eram 3 homens e 6 mulheres, com idade entre 31 e 56 anos, todos casados, oriundos de classe média e classe média baixa, com escolaridade que variava do ensino fundamental ao ensino médio (apenas um dos participantes havia feito ensino superior). Quanto à ocupação profissional, das 6 mulheres participantes, apenas 2 trabalhavam; em relação aos homens, a situação era heterogênea: manutenção de ocupação profissional em empresa, busca de trabalho, trabalho formal aliado a processo para aposentadoria. Na sessão de preparação para o grupo, uma descrição resumida dos integrantes

6 ^a	P	P	P	P	P	P	F	P		F
7 ^a	P	P	P	P	P	P	P	P		P
8 ^a	F	P	P	F	F	P	F	P		P
9 ^a	F	P	P	P	F	F	P	P		P
10 ^a	P	F	P	F	P	P	P	P		P
11 ^a	P	F	P	P	F	P	P	P		P
12 ^a	P	P	P	P	P	P	P	P		P

- F= faltaram; P= presentes

Nesse contexto, as cartas foram escritas pela terapeuta, para as pessoas que compuseram esse grupo. Buscando dar visibilidade ao processo grupal, apresentarei um quadro com as descrições dos participantes que o compuseram. Para formatar essa descrição, remeto-me aos nomes das pessoas, idade, estado civil e presença ou não de filhos, assim como à síntese da questão ou dilema apresentado à terapeuta e o pedido elaborado. Os nomes dos participantes aqui apresentados são fictícios, buscando resguardar sua identidade.

Figura 2. Quadro resumo da caracterização do problema e pedido elaborado como meta de atendimento

NOME	DESCRIÇÕES DO PROBLEMA E PEDIDO
Antônio, 46 anos, casado, 2 filhos.	Muitas dores de cabeça, esquecimentos e ansiedade. Uso de medicação para ansiedade e depressão. Deseja voltar a ter uma vida sem remédios.
Cibele, 35, casada, 1 filho.	Dificuldades em lidar e se relacionar com o filho. Conta ser muito ansiosa e perfeccionista. Busca ser uma pessoa mais calma e controlada.
Elisa, 42 anos, casada, 3 filhos.	Relata preocupações constantes e ansiedade. Começou a ter esquecimentos e dificuldades para trabalhar. Quer se sentir mais segura e confiante.
Joana, 52 anos, casada, 2 filhos.	Não se percebe capaz de lidar com a mãe idosa. Deseja ser mais calma e se cobrar menos.

Lígia, 42 anos, casada, 2 filhos	Busca no grupo ajuda para conseguir maior entendimento e controle sobre seus pensamentos. Quer deixar de sentir ansiedade e depressão.
Lucas, 39 anos, casado, sem filhos.	Conta sobre a falta de sono e preocupações no trabalho. Habitualmente faz uso de medicação para dormir. Deseja se preocupar menos.
Mariana, 31 anos, casada, 1 filha.	Narra grande ansiedade, depressão e insegurança. Uso de medicação para ansiedade e depressão. Quer parar de tomar medicação, ter maior controle sobre sua vida.
Renata, 37 anos, casada, 2 filhos.	Relata insegurança e ciúme em relação ao marido. Dificuldades de se relacionar com ele. Quer entender o que ocorre e se sentir mais segura.
Rogério, 44 anos, casado, sem filhos.	Deseja ampliar seu auto-conhecimento para buscar resolver questões familiares. Quer voltar a ser uma pessoa mais positiva e feliz.

5.2. Considerações Éticas

As sessões individuais e em grupo foram realizadas pela pesquisadora que teve, durante as sessões grupais, a presença de outras duas terapeutas colaboradoras de pesquisa, que formaram a equipe reflexiva. As terapeutas que formaram a equipe reflexiva são psicólogas formadas pela UFU, já tendo participado na função de equipe reflexiva em estágio anterior, na perspectiva construcionista social. A colaboração destas terapeutas se resumiu ao processo de atendimento. Elas não participaram do processo de transcrição nem da análise realizada.

Todos os encontros foram gravados em gravador digital e a pesquisa foi realizada de acordo com as normas da Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde. O material transcrito foi transformado em um banco de dados, para possíveis pesquisas futuras, levando em consideração que, por ser esse um estudo qualitativo, temos a possibilidade de múltiplas interpretações e análises relativas a um mesmo material. Vale ressaltar que todos os participantes foram esclarecidos sobre a composição de um bando de dados, com o material transcrito das entrevistas individuais, finais e das conversas grupais. Os participantes também foram informados de que as gravações seriam apagadas após as transcrições.

O termo de consentimento informado e esclarecido, contendo as especificações contidas acima, foi apresentado e discutido ao final da segunda sessão individual (sessão de preparação), para que os participantes ficassem livres para assinar, se assim concordassem, e que se encontra no Apêndice A deste trabalho.

É importante ressaltar que, diferentemente dos relatos de sessão tradicionais, comumente escritos em uma linguagem técnica, com termos diagnósticos, e que relatam a verdade de quem escreve de uma maneira burocrática, a carta terapêutica possibilita que terapeuta e cliente ocupem um espaço de transparência e sinceridade cuidadosa na relação grupal. Nesse sentido, para a escrita da carta, foram utilizadas apenas a inicial do primeiro nome de cada participante, o que possibilitou que todos os participantes se identificassem, reconhecessem os comentários e reflexões a eles dirigidos e obtivessem os resultados terapêuticos pretendidos, ao mesmo tempo, em que ficaram protegidos de leitores indevidos. Após a leitura da carta na sessão, essa era aprovada, em seu conteúdo, por todos os presentes. Por isso, as cartas cumprem um papel ético de grande valia para os procedimentos terapêuticos.

5.3. O relato de sessão a partir das cartas

Letter writing by clinicians represents a reflection of their attunement to the client and their experience of the “goings-on” in therapeutic conversation (i.e. giving voice to client intentions). Using letters in a relationally responsive way demonstrates a mindful understanding that the letter is a continuation of conversations. How the therapeutic letter is taken up by a client reflects the next conversational turn (Pyle, 2009, p. 77).

Nesse tópico, busco dar visibilidade ao processo de negociação de sentidos da carta no contexto grupal. Terei ainda como foco seu formato, refletindo acerca da estrutura que a constrói e o conteúdo ao qual que se refere. É ainda objetivo dessa seção do trabalho oferecer

aos profissionais interessados em escrever cartas, ferramentas e reflexões que os auxiliem nesse processo.

Sendo a linguagem múltipla e fluida, dependente dos contextos e das relações que sustenta, buscar construir um jeito de escrever cartas se faz um desafio. Dessa forma, a intenção não é regulamentar um modo de escrita, fixando particularidades como o tom, a cadência e o ritmo a ser utilizado, mesmo por que a construção da carta caminha a partir de uma escuta e de conversas internas que o terapeuta realiza. A proposta é apresentar alguns princípios que poderão nortear o desenvolvimento da carta. As cartas têm como propósito atender a algumas funções, sejam elas referentes aos propósitos do terapeuta, do paciente ou da relação. Para facilitar o alcance desse objetivo alguns procedimentos podem ser utilizados. Por ter sido uma ferramenta construída a partir do saber da terapia narrativa, o conhecimento de conceitos básicos dessa abordagem, assim como de outras que são abarcadas pelo construcionismo social, são importantes de serem conhecidos para a escrita da carta, tais como a externalização do problema, a busca por acontecimentos extraordinários, a postura de curiosidade, a postura de não-saber, a legitimação de sentimentos, o processo de pontuar competências, entre outros.

As cartas entregues ao grupo foram escritas pela pesquisadora ao término de cada sessão. A negociação de entrega, ou não, das cartas para que os participantes as levassem para casa foi realizada na segunda entrevista individual e refeita na primeira sessão do grupo. Todos aceitaram levar a carta e guardá-la de forma discreta. Sendo entregues e lidas pela terapeuta ao início de cada sessão grupal, os participantes poderiam, ou não, fazer comentários referentes ao seu conteúdo. Assim como no modelo proposto pela equipe reflexiva de Andersen (1999), as conversas referentes à carta são ofertas, que podem, ou não, serem aceitas. As cartas também foram utilizadas como documento de sessão, registrando o atendimento e cumprindo fins institucionais. Assim, após a impressão e entrega das cartas

para cada um dos participantes, a terapeuta colocava uma carta em cada um dos respectivos prontuários. Caso o paciente faltasse, a carta era guardada e entregue na sessão seguinte.

No primeiro contrato realizado, os membros faltantes não receberiam as cartas referentes à sessão, pelo entendimento de que não existiria um parágrafo que se referisse diretamente a ele. Esse procedimento foi renegociado na quinta sessão com todo o grupo, a partir de uma exposição dos membros que, como a carta referia-se ao grupo do qual eles faziam parte, eles deveriam receber o relato, mesmo não tendo ido à sessão. Essa mudança foi pautada no entendimento do processo terapêutico como co-construído entre terapeuta e cliente (Andersen, 1999) e na idéia de que o processo grupal é um processo de negociação (Rasera & Japur, 2006).

O conteúdo da carta buscou voltar-se para todo o grupo, existindo parágrafos que se referiram às pessoas de forma individual, e parágrafos que englobaram o grupo como um todo. O foco desse processo é na linguagem utilizada e em como esta linguagem constrói mundos. Assim, um parágrafo escrito para alguém pode ecoar em questões de outro participante. Somado a esse entendimento, desenvolver parágrafos individuais permite que o terapeuta volte sua atenção para as questões singulares daquela pessoa, sustentando um sentimento de acolhimento e cuidado com a história de cada um.

Dessa forma, associada à busca de escrever um parágrafo para cada participante, estava a busca do cuidado com o grupo. Cuidar do grupo perpassa pelo cuidado do indivíduo e das questões que o trouxeram a se tornar parte deste processo, por isso, há presença de parágrafos que se voltam diretamente a cada pessoa particularmente. O cuidado nesse processo é de também alcançar outras histórias e necessidades no mesmo trecho, o que é buscado muitas vezes ao mesclar as falas das pessoas nos diferentes parágrafos. É importante considerar dois pontos nesse processo: 1) a participação de todos é privilegiada, o que possibilita que as pessoas se sintam reconhecidas e cuidadas em suas questões particulares; 2) comumente um

parágrafo contém mais de um evento ocorrido na sessão, o que permite que a carta, mesmo não sendo extensa, trabalhe diversas questões.

As cartas terapêuticas redigidas na intervenção estudada seguem uma estrutura básica: elas são dirigidas a um grupo de pessoas, se dividem em parágrafos (de abertura, parágrafos individuais e de encerramento), e contém o nome do terapeuta, número da sessão e data. Cada trecho é construído discursivamente para atender a uma determinada função. O convite ao início de cada carta remete-se a quem fará a leitura. Como qualquer documento, é importante que se remeta ao público para o qual se escreve. Tal direcionamento varia de acordo com o tipo de relação existente, ou que se busca desenvolver. Assim, o modo como percebo meu paciente e me relaciono com ele definirá o meu jeito de convidá-lo ao campo da conversação.

Os parágrafos de abertura preparam a narrativa que será desenvolvida. Geralmente, é um parágrafo que se volta para todo o grupo, com questões reflexivas suscitadas a partir de um ou mais acontecimentos destacados por quem escreve. São parágrafos que comumente se iniciam com: “Antonio iniciou a sessão”, “Em nossa última sessão iniciamos...”, marcando a cronologia pretendida. Esse jeito de escrever promove no leitor uma sensação de acompanhar uma história, com início, meio e fim. O processo de linearidade facilita aos membros do grupo reviver os momentos pontuados. Por se tratar de questões mais gerais e que dizem respeito a todo o grupo, pode ser entendido como um parágrafo de aquecimento, que vai inserindo o leitor nos acontecimentos da sessão a ser trabalhada.

Na seqüência, os parágrafos são direcionados a cada pessoa do grupo em particular. Os momentos da sessão são separados em blocos de acontecimentos, já que a sessão é dinâmica, tendo a fala de uma mesma pessoa em diversos momentos do grupo. Para cada bloco, a terapeuta se faz algumas perguntas: Quem está falando nesse instante? Quais pontos nessa fala chamam a atenção? Como essa história pode ser mais bem investigada? Quais recursos essa história traz? Que outros pontos da história podem ser explorados? Quem participa desta

história? A quais outras histórias essa se conecta? Como essa história pode ser de ajuda para os outros membros do grupo? Quais partes dessa história serão de ajuda ao serem ressaltadas?

Dessa forma, as histórias compartilhadas no grupo ajudam na construção de novas histórias, tendo o terapeuta como editor desse processo. Os recortes são convites, caminhos possíveis de busca de novas soluções e maneiras mais satisfatórias de se estar no mundo.

Com o objetivo de escrever um parágrafo para cada participante, o terapeuta se insere em um processo reflexivo, na busca de experiências na história dos clientes que lhe tenha causado certo estranhamento, dúvida e curiosidade. A escuta atenta, curiosa e aberta às possibilidades de sentidos sustentada na sessão é, agora, ampliada, em um processo de análise e investigação do que foi gerado junto ao grupo. As histórias saturadas por problemas são investigadas, indagadas, abrindo possibilidades para o diálogo e para a escrita de novas histórias. Estar em diálogo significa estar aberto para a mudança, e a carta traduz esses convites a mudanças, porém sempre a partir de recortes realizados por um terapeuta que possui uma lente teórica e pressupostos de vida. Tendo conhecimento dessa bagagem trazida, o terapeuta busca suspender suas pré-concepções e conhecer o mundo do cliente. A carta carrega consigo essas vontades e convites.

Assim, o terapeuta se volta para o próprio processo grupal no qual estava inserido, não como uma audiência passiva, mas buscando atuar frente às possibilidades narrativas de cada cliente. A criação de seqüência dos parágrafos da carta, relativos a “quem abre e quem encerra o documento terapêutico?”, “qual conversa se liga a quem?”, se dá mais em um processo de edição e coerência dos acontecimentos narrados do que segue alguma regra específica.

Por ser uma carta voltada para a construção de narrativas preferíveis, os problemas não são citados e discutidos como problemas, mesmo porque, se a linguagem constrói mundos, essa seria uma maneira de sustentar a história do problema e não de desconstruir as narrativas

de subjugação. Por isso, exploram-se os recursos e as outras histórias que estão interligadas àquela situação, em busca de uma reconstrução de sentido.

É relevante ainda considerar a estrutura dos próprios parágrafos, que podem ser divididos em três partes: 1) recorte do fato ocorrido na sessão; 2) impressão do terapeuta; 3) questionamentos. Assim, constroem-se mini-relatos nos quais se demarca o ponto da sessão a ser trabalhado, dá-se voz para às impressões do terapeuta e se desenvolvem perguntas que buscam atender a diferentes funções.

O último parágrafo é uma síntese realizada pelo terapeuta dos acontecimentos destacados na carta, e de suas percepções durante a sessão. A construção do cuidado é realizada em conjunto com todo o grupo, ao serem expostas pelo terapeuta preocupações e observações. Apontar falas que são importantes e que chamaram a atenção vai direcionando o grupo no jeito de se estar naquele lugar, atendendo a determinados objetivos terapêuticos.

É um momento em que se pode explorar conversas que não foram investigadas de forma satisfatória pelo terapeuta durante a sessão. Os participantes que não compareceram são citados nesse último parágrafo, como lembrança de que eles fazem parte do grupo. Esse é um momento no qual se pode compartilhar possíveis preocupações relativas à frequência e às possíveis razões dessas ausências.

Em vários momentos da carta, a terapeuta trata as pessoas pelo primeiro nome (colocados na carta por meio de iniciais). Utilizar desse jeito não formal na redação da carta facilita a relação do terapeuta com o cliente, oferecendo proximidade e empatia.

Por fim, a carta traz o nome da terapeuta, número da sessão e data. Tais descrições auxiliam na organização cronológica das cartas como documento clínico, além de proporcionar para quem as lê as evoluções ocorridas no decorrer do tempo.

A carta, nessa perspectiva, atua como um convite a múltiplas possibilidades de narrativas. Essa pode ser considerada uma conversação generativa, conceito proposto por Gergen e Kaye

(1992), na qual diferentes pontos da experiência são ressaltados, permitindo que venham a surgir múltiplas perspectiva, resultando na construção de novos significados. Assim, a partir de sua leitura, espera-se que sejam compartilhadas idéias que possam ser ponto de partida para novas conversações ou para a descoberta de novas descrições e entendimentos. A carta, portanto, amplia o diálogo terapeuta-cliente, favorecendo que o campo de significado permaneça aberto para novas significações preferíveis.

6. Constituição e procedimento de análise do *corpus*

Diferentemente da explicação subjetiva, em que o significado é visto como gerado na mente do indivíduo e transmitido pelas palavras e gestos, a teoria relacional não postula qualquer início apropriado, ou qualquer fonte originária, nem lugar específico do qual o significado decorra. Isso porque estamos sempre em relação com os outros e o mundo. Não há um lugar possível para a ocorrência de uma expressão, seja ela qual for, fora de um espaço relacional (Grandesso, 2000, p. 159).

Buscando analisar o processo de escrita da carta, considerando tanto a lógica que organiza sua redação, quanto os princípios terapêuticos utilizados para atender determinadas funções, o procedimento de constituição do corpus foi realizado de três maneiras:

- a) Gravação e Transcrição das Sessões: Todas as sessões individuais e grupais foram gravadas em gravador digital e transcritas. Esse material transcrito foi transformado em um banco de dados, para atender a possíveis pesquisas futuras.
- b) Redação e arquivo das cartas: Todas as cartas redigidas e entregues posteriormente na sessão foram arquivadas, para investigação e análise de sua construção, e nos efeitos que promoveu.
- c) Diário de campo: Foi redigido um diário de campo, usado como um material de apoio para a investigação do corpus. Além do que, o diário mostrou ser de grande utilidade para a construção da identidade da terapeuta como pesquisadora, e vice-versa, já que angústias, dúvidas e temores eram depositados diariamente em suas páginas.

Apoiada nessa construção, a análise do *corpus* do presente estudo teve como foco as cartas terapêuticas redigidas durante o grupo. Norteada pelos princípios qualitativos de pesquisa, a análise se sustentou a partir de duas idéias:

- 1) A carta desenvolve determinadas funções terapêuticas. Assim, há recursos e estratégias lingüísticas que são utilizados para promover certos princípios terapêuticos. Buscando entender essas funções, bem como os objetivos aos quais elas visam atender, utilizei para a análise os princípios e procedimentos desenvolvidos por Chen et al.(1998).
- 2) A linguagem como construtora da realidade, sendo entendida como ação no mundo (Gergen, 1997; Burr, 1995). A partir dessa noção, buscarei identificar os procedimentos textuais de produção de sentido, apoiando-se ainda, na proposta de análise do discurso influenciada pela abordagem construcionista social (Gill, 2003; Potter & Wetherell, 1987), na qual as palavras são escolhidas dentre inúmeras possibilidades para que alcancem determinado objetivo.

A justificativa para o uso do modelo proposto por Chen et al. (1998) nesta pesquisa deve-se a alguns fatores: 1) É um modelo construído apoiado em princípios de linguagem, isto é, o objetivo das autoras é apresentar recursos de linguagem disponíveis para se construir determinados tipos de discursos, que “liberem ao invés de restringir, abram ao invés de fechar, e construam ao invés de subjugar a experiência dos clientes” (p.406), o que vai ao encontro dessa pesquisa, que objetiva investigar os recursos de linguagem utilizados e as funções que eles acarretam; 2) O fato das autoras mesclarem várias abordagens foi um diferencial no momento de escolha desse modelo. As sessões realizadas em grupo, apesar de terem a terapia narrativa como base para a postura do terapeuta, bem como para as intervenções realizadas, também foram influenciadas por outras abordagens construcionistas.

Como discutido anteriormente, a proposta de Chen et al. (1996) traz marcas de outras abordagens, principalmente dos processos reflexivos de Tom Andersen (1999), da abordagem colaborativa de Harlene Anderson (1998), das propostas de Gianfranco Cecchin (1998) e Karl Tomm (1989). Sendo assim, o modelo proposto encontra harmonia com a proposta terapêutica realizada na sessão grupal; 3) As autoras apresentam um modelo voltado para o contexto grupal, o que não ocorre com as outras perspectivas analisadas, tais como as desenvolvidas por Freedman e Combs (1996), White (2007) e White e Epston (1990).

Apesar das vantagens práticas e teóricas percebidas no modelo das autoras para análise desse trabalho, é importante salientar algumas contradições existentes nesse modelo em decorrência da combinação das diferentes abordagens, bem como devido às atualizações propostas por White (2007). Chen et. al (1998) desenvolveram seu modelo ao final da década de 1990, tendo como uma de suas referências o livro de White & Epston (1990). Assim, a proposta das autoras não leva em consideração as revisões realizadas na obra de White, em 2007. Com isso, as autoras utilizam termos como “externalização do problema” ao invés de “conversas externalizadoras”. O mesmo ocorre com as conversas de re-associação, as conversas baseadas na idéia de andaimes (*scaffolding conversations*) e as conversas com testemunhas externas, que também não são exploradas pelas autoras. Contudo, apesar de considerar essas mudanças e ampliações teóricas e práticas, busquei preservar e refletir sobre a proposta da Chen, optando por usá-la integralmente.

As categorias descritas por Chen et al. (1998) e utilizadas para a análise deste trabalho já foram descritas anteriormente no capítulo 3, e podem ser resumidas no quadro a seguir. A primeira coluna diz respeito aos princípios; a segunda, aos procedimentos utilizados para alcançar os princípios estabelecidos. Ao todo são 4 os princípios e 13 os procedimentos descritos.

Figura 3. Quadro resumo dos princípios e procedimentos organizados por Chen et al. (1998) para a construção da carta terapêutica

<p><u>1.Desconstruir o self subjugado</u></p> <p>Objetivo: desconstruir o auto-conceito negativo que o cliente, não intencionalmente, tem internalizado. Tal princípio é realizado a partir do uso de linguagem des-patologizante, que auxilia a reformulação do relacionamento das pessoas com seus problemas</p>	<p><u>1.1.Externalizar o Problema</u></p> <p>Separa a identidade do cliente da identidade do problema, dando a ele poder e autonomia sobre o problema. Na carta os problemas são descritos como uma força externa, fora do cliente, tornando-se assim passíveis de manejo e confrontação.</p> <p><u>1.2. Personificar o Problema</u></p> <p>Concede aos problemas externalizados características humanas. Na escrita da carta os clientes são identificados como protagonistas e os problemas como antagonistas. Assim, o convite é para o confronto e a ressignificação da relação entre eles (clientes) e os problemas.</p> <p><u>1.3. Contextualizar o Problema</u></p> <p>Pode-se promover uma auto-percepção dos clientes endereçando os discursos sociopolíticos que sustentam os problemas. Ao contextualizá-los, expõe-se a subjugação e a opressão dos discursos culturais que alimentam o problema. Tal procedimento auxilia o cliente a “de-subjugar” e a reconsiderar a si próprio.</p>
<p><u>2. Procurar por Exceções</u></p> <p>Objetivo: buscar as exceções existentes nos padrões mal adaptados dos clientes.</p>	<p><u>2.1. Identificar acontecimentos extraordinários</u></p> <p>Exceções são ressaltadas em narrativas desencorajadoras. Para responder a essas exceções, os recursos do cliente e seus pontos fortes, anteriormente despercebidos, ficam mais suscetíveis de reaparecerem.</p> <p><u>2.2. Encorajar a linguagem de transição</u></p> <p>As exceções podem ser descritas pela linguagem que acentua as relações de desenvolvimento do cliente com o problema. O documento terapêutico aponta o movimento de linguagem de uma postura para outra, ilustrando o desenvolvimento da relação entre a ação do cliente e seu resultado. O terapeuta documenta uma exceção, na qual ocorre mudança na forma de lidar com o problema.</p>
<p><u>3. Manter uma postura de não saber</u></p> <p>Objetivo: facilitar o auto-conhecimento do cliente, convidando-os à reflexividade e honrando seu conhecimento acerca</p>	<p><u>3.1. Substituir pressupostos por curiosidade</u></p> <p>Ao invés de fazer suposições, o terapeuta busca saber um pouco mais sobre o que é dito ou sobre o que não é sabido. Na escrita da carta ao invés de fazer suposições promove-se curiosidade em relação ao comportamento do cliente, possibilitando que ele reconfigure seus passos para um resultado mais positivo,</p>

de sua própria vida. No documento terapêutico, realizam-se questionamentos e comentários que refletem a sincera curiosidade do terapeuta e seu desejo em aprender da vida do cliente, o que instiga a mudança dos clientes para a competência e auto-eficácia.	promovendo um maior auto-conhecimento.
	<p><u>3.2. Imaginar possibilidades</u></p> <p>Utilizado quando o terapeuta encontra dificuldades para localizar exceções no discurso de problema dos clientes. Assim, o terapeuta pode imaginar e descrever um resultado diferente, trazendo aos clientes novos comportamentos em um mundo de possibilidades.</p>
	<p><u>3.3. Convidar os membros à reflexividade</u></p> <p>Ativar a reflexividade dos clientes significa voltá-los para observarem suas próprias ações, percepções, opiniões e significados que modelam suas experiências. As perguntas reflexivas convidam o cliente a se analisar, a conscientizar e a descobrir a si próprio.</p>

<p><u>4. Internalizar o agenciamento pessoal</u></p> <p>Objetivo: uso da linguagem para auxiliar os clientes a resgatar seu senso de auto-eficácia.</p>	<p><u>4.1. Atribuir intencionalidade positiva</u></p> <p>Grande parte dos clientes encontra dificuldade de mudança quando se percebe em uma auto-atribuição negativa. Porém, quando intencionalidades positivas são atribuídas a seus padrões de comportamento, eles encontram um senso de agenciamento pessoal para mudança.</p>
	<p><u>4.2. Legitimar sentimentos</u></p> <p>Legitima as ações do cliente, voltadas para a resolução dos problemas, no intuito de aumentar o senso de eficácia na resolução dos mesmos.</p>
	<p><u>4.3. Colocar os membros como agentes de mudança</u></p> <p>Convida os clientes a reformularem sua auto-narrativa, afirmando-os como agentes de mudança e convidando-os a reconsiderarem suas histórias de uma maneira mais positiva.</p>
	<p><u>4.4. Creditar influência ambiental</u></p> <p>Aumenta a capacidade do cliente para mudança quando ele percebe que tem aprendido o seu comportamento do meio ambiente e que seus problemas de comportamento não são inerentes à sua personalidade.</p>
	<p><u>4.5. Pontuar competências</u></p> <p>Se uma pessoa se coloca como incompetente ou confusa, a carta</p>

	pode destacar os mínimos sinais de competência presentes no cliente.
--	--

Na realização dessa pesquisa, todas as cartas foram analisadas. Entretanto, a análise inicial das cartas mostrou que havia um padrão organizador das mesmas, o que me convidou a escolher uma das cartas (Apêndice B) para ser investigada de forma aprofundada em relação aos seus princípios e procedimentos. Essa escolha de análise em profundidade de uma única carta permitiu também considerar a seqüencialidade narrativa da carta, o que favoreceu a visualização do processo de sua escrita.

A escolha dessa carta em específico deveu-se à riqueza dos princípios e procedimentos nela presentes, permitindo que fosse realizada uma análise que contemplasse a reflexão sobre grande parte dos aspectos considerados pela proposta utilizada nesse trabalho. Ao finalizar a investigação da carta eleita, outros parágrafos foram escolhidos em cartas diversas, para que todos os procedimentos fossem analisados. Novamente, busquei escolher parágrafos que dessem uma maior visibilidade ao princípio e procedimento estudado.

A análise realizada permite visualizar as intervenções da terapeuta ao mesmo tempo em que acessa o processo do grupo e de seus participantes. O significado não está nas palavras ou nas ações, mas entre as pessoas, sendo entendido como local, situado e construído através dos processos sociais que formam o que entendemos por realidade. Nesse âmbito, a carta cumpre a função de auxiliar os membros do grupo na internalização de sua re-autoria (Chen et al., 1998; White e Epston, 1990), construindo e editando junto ao terapeuta histórias preferíveis na construção das verdades que guiarão suas vidas. O cuidado com o grupo é exercido na conexão entre as falas, fortalecendo o senso de grupalidade. A partir desse panorama de idéias apresentarei, na seqüência, um resumo de como essa sessão, que antecedeu a redação da carta, ocorreu. O objetivo da apresentação é dar visibilidade ao

contexto ao qual a carta se refere. A transcrição dessa sessão poderá ser lida na íntegra (Apêndice C).

Logo no início da sessão, Antonio aponta que o último encontro foi importante, pois ele percebeu que as pessoas não ficaram “contando” histórias, mas expressaram seus sentimentos, assim como ele. Concluiu ainda que os problemas enfrentados podiam ser simples, mas acabavam super-valorizados por todos. Os demais participantes do grupo, a partir dessas narrativas trazidas por Antonio, conectaram histórias de suas próprias vidas, contando como eles, ou alguém de sua família, superaram situações de mudança. Ocorreram ainda conversas relativas a encontros passados, bem como fizeram referência às cobranças que percebiam existirem em relação a si próprios.

A partir de uma metáfora utilizada na sessão anterior, os participantes iniciam um diálogo a respeito de quais “baldes” poderiam ser chutados em suas vidas. Os participantes elegem para Antonio o ‘balde do medo’ e, apesar da conversa continuar voltada para as questões dele, as pessoas começam a falar dos medos que elas enfrentaram e sobre os quais tiveram sucesso. É uma conversa que aponta os recursos e competências desse grupo. Lucas, geralmente mais reservado, também relatou suas histórias de superação e mudanças. Elisa se mostrou ansiosa e com pressa de ir embora, mas relatou suas questões e comparou seu jeito de ser com o de Antônio, ao planejar demais. Ela ainda faz um movimento de contar como foi ajudada pelas pessoas do grupo, mesmo não tendo participado ativamente da conversação. Nesse momento, o nome de algumas pessoas é citado, e ela ressalta as histórias de enfrentamento de cada um. O movimento que o grupo faz é para acolher Elisa, ouvir suas questões e apoiá-la.

O tom que essa sessão foi adquirindo era de acolhimento e cuidado, o que gerou na terapeuta várias questões referentes às histórias de cada um, que podem ser visualizadas na escrita da carta analisada.

7. Resultados

Therefore what we regard as ‘truth’ (which of course varies historically and cross-culturally), i.e. our current accepted ways of understanding the world, is a product not of objective observation of the world, but of the social processes and interactions in which people are constantly engaged with each other (Burr, 1995, p.4).

Meu foco de análise, como apresentado anteriormente, encontra-se no processo de escrita da carta, a partir dos princípios utilizados para sua construção, bem como nos efeitos que eles produzem em determinado contextos.

Tendo esse ponto de investigação como norteador, vale ressaltar que na pesquisa construcionista os resultados são versões possíveis de uma história, contadas e desenvolvidas por um (a) pesquisador (a), a partir de um determinado contexto histórico, social e cultural. Meu intuito foi desenvolver uma análise que provocasse reflexões e questionamentos, a fim de facilitar a promoção de novos entendimentos e inteligibilidades no campo das cartas terapêuticas. A carta apresentada e analisada neste trabalho se encontra fragmentada em parágrafos, a fim de proporcionar maior visibilidade aos trechos analisados. Porém, a versão sequenciada, conforme entregue na sessão, poderá ser vista no Apêndice B. Os princípios e procedimentos de linguagem, conforme descritos por Chen et al. (1998), foram meu foco de análise e, por isso, os parágrafos estão assim nomeados.

Chen et al. (1998) primaram pela investigação da linguagem, e em como ela é utilizada para a construção de determinados efeitos nas cartas. Sendo assim, as autoras não voltaram sua atenção para a estrutura das cartas, tendo restringindo-se ao seu processo. Entretanto, por ter buscado aliar processo e procedimento, nomeei o parágrafo inicial e o parágrafo final com uma função que está além das apresentadas pelas autoras.

7.1. Fortalecendo a grupalidade: parágrafo inicial.

Queridos membros do grupo,

Antônio iniciou a sessão nos dizendo que sentiu que estamos conseguindo nos expressar um pouco melhor como grupo, e que os sentimentos estão ficando mais claros. Segundo ele, muitas vezes maquiemos os problemas por um tempo, mas, a partir da convivência com o grupo, ele conseguiu mostrar seus problemas sem essa maquiagem. Essa foi uma fala muito importante para mim dentro do grupo: ele nos contou que confiou a nós suas histórias. Fiquei curiosa em saber como vocês ouviram essa fala de Antônio e em como vocês estão se sentindo como grupo.

Todas as cartas redigidas nessa pesquisa iniciam-se com a terapeuta referindo-se às pessoas que participaram do processo grupal como “Queridos membros do grupo”. Esse jeito de convidar as pessoas para a conversa é um jeito que apresenta proximidade, afetuosidade, menor distância hierárquica, além de englobar a todos, como membros de um grupo específico. Porém, a carta poderia ser iniciada de outras formas: “Meus caros”, “Grupo”, “José, Maria e João”, entre outras. Gergen (1996) aponta que as palavras são uma forma de prática social, decorrentes das interações humanas. Sendo assim, é importante pensarmos em quais relações estou construindo e/ou deixando de construir quando chamo alguém de uma forma e não de outra. Nomear coisas, pessoas, grupos é criar identidades, jeitos de perceber, de se sentir pertencente ou não, querido ou não, cuidado ou não.

Nesse contexto, o vocativo usado, Queridos membros do grupo, chama a atenção em dois aspectos: o efeito do uso do adjetivo ‘queridos’ e a nomeação das pessoas presentes na sessão como ‘membros do grupo’. O primeiro aspecto refere-se ao modo da terapeuta se referir às pessoas que estão participando do processo terapêutico como “queridos”. Esse qualificador a coloca como pessoa próxima e disposta a manter uma relação de afetividade com as pessoas

que participam do grupo. Essa expressão também funciona como uma forma da terapeuta se apresentar com uma postura menos hierárquica e de maior proximidade com os clientes. Há certo tom coloquial e intimista/familiar nessa expressão que borra a distância técnica e profissional constitutiva do contexto de atenção em saúde. Pode-se entender que, por meio do uso dessa expressão, busca-se criar um contexto de intimidade e aproximação entre todos os envolvidos. Segundo Grandesso (2000), o contexto terapêutico é importante para que o cliente fique à vontade para se abrir, para que ocorra diálogo, o que “requer a existência de um clima de confiança e aceitação para que os clientes possam se sentir ouvidos, confirmados, validados, compreendidos em seus sentimentos e pontos de vista” (p. 284). Nesse sentido, reforça-se o senso da terapia como uma prática colaborativa (Anderson e Goolishian, 1998), pautada em atitudes de respeito, curiosidade e abertura.

Outro aspecto a ser observado é que todos os participantes são chamados como “membros do grupo”, apontando assim para a construção de uma categoria, sem privilegiar um participante em especial. Nesse movimento, são realizados dois processos: 1) constitui esse grupo de pessoas como membros de um agrupamento específico, e 2) aponta que o trabalho realizado terá como foco o grupo. Nesse quadro, configuram-se formas de trabalhar e, sem utilizar esclarecimentos didáticos sobre “como funciona”, é introduzida a questão da grupalidade, buscando a formação do senso de identidade desses participantes o que, conseqüentemente, evoca sua co-responsabilização pelo processo de conversação e mudança.

No primeiro parágrafo da carta, a terapeuta ressalta: “Antonio iniciou a sessão”, localizando os membros do grupo no ponto inicial da sessão anterior e oferecendo um relato cronológico. A sensação ao ler o primeiro parágrafo é a da construção de uma narrativa, nas quais temos a presença de um início, um meio e um fim. Os leitores adquirem, assim, uma familiaridade com o enredo que está por vir, ao mesmo tempo em que é suscitada a curiosidade dos recortes que serão feitos pelo terapeuta. Segundo White e Epston (1990), tal

estruturação narrativa oferece às pessoas continuidade e significado em suas vidas, possibilitando que elas se apoiem nesse formato tanto para ordenar a continuidade da narrativa, quanto para interpretar as experiências posteriores. Nesse momento, a terapeuta recorta a memória daquele momento: as pessoas poderão aguçar suas escutas e refletir acerca do que é dito. Diferente do momento da fala, a carta permite que as pessoas reflitam o momento selecionado, dando a ele novos significados (Goldberg, 2000; Paré & Rombach, 2003; Rombach, 2003). O relacionamento entre terapeuta e cliente é personalizado e a distância minimizada (Augusta-Scott, 2007).

É importante observar que todo o primeiro parágrafo é dirigido para as demais pessoas do grupo, apesar de relatar a fala de Antônio. Nesse momento, todos são implicados no processo que anteriormente poderia parecer estar relacionado a uma só pessoa, no caso, Antônio. Tal endereçamento reforça o convite a uma escuta ativa, com senso de responsabilização para com os sentidos que serão construídos.

No momento seguinte, a terapeuta comenta sobre como Antonio percebia o grupo e como ele o percebe agora. Esse recorte possibilita a utilização de outra voz que não a da terapeuta, a voz do participante que está inserida no contexto e, por isso, ganha maior legitimidade, para destacar aos demais participantes o processo de desenvolvimento do grupo. Utilizando desse recurso, a voz da terapeuta não fica isolada, nem surge de um lugar especializado. A avaliação e valorização do grupo ganha maior objetividade à medida que é compartilhada pela terapeuta e pelo participante. A estrutura da conversação na qual uma pessoa fala enquanto outras escutam sua história, e quem escuta reflete na história de quem narra, maximiza a possibilidade que cada um servirá como testemunha ou audiência para os outros, e minimiza as chances de que as pessoas disputem ou contradigam as histórias dos outros.

Vale destacar, nesse sentido, que a ênfase é posta na mudança, ressaltando o quanto o processo de confiar é oriundo do tempo e do vir ao grupo. A terapeuta não fala de um desejo pessoal de desenvolvimento do grupo, não aconselha o grupo ou o orienta explicitamente, mas mostra como ele aconteceu para um dos participantes, dando maior concretude e senso de realidade para a possibilidade de mudança de todos.

Durante a leitura da carta, observamos o quanto a terapeuta se inclui no grupo, o que pode ser exemplificado com a frase “estamos conseguindo nos expressar melhor como grupo”. Esse trecho poderia ter sido escrito de outra maneira, como “vocês estão conseguindo se expressar melhor como grupo”, o que contemplaria uma terapeuta que se considera separada do “grupo”, entendendo isso como algo externo à sua figura de terapeuta. Porém, foi ressaltado na carta que Antonio “nos” disse, o que inclui sua figura como parte desse grupo e redimensiona a possibilidade do entendimento de uma possível especialista. Tal formatação vai ao encontro das concepções desenvolvidas por Anderson e Goolishian (1998), na qual o terapeuta busca interpretar e compreender as colocações do cliente, estando em constante diálogo, e não estando isento do processo de investigação, à espera do momento certo para usar suas concepções teóricas acerca do que é dito. O terapeuta se coloca no sistema terapêutico em busca de “aprender a singularidade da verdade narrativa de cada cliente, as verdades coerentes em suas vidas estoriadas” (Anderson & Goolishian, 1998, p.40).

Estruturar a frase dessa forma gera duas implicações: 1) diminui o caráter pedagógico, crítico e corretor da avaliação apresentada, e 2) coloca a própria terapeuta como sendo avaliada, não restringindo a avaliação aos demais membros do grupo. Ao se incluir no processo com os demais membros, ela facilita a construção do senso de grupalidade, de sentirem-se juntos, deixando em segundo plano as diferenças entre eles.

Antônio havia comentado, na última sessão que as pessoas maquiavam seus sentimentos, contudo, com a convivência com o grupo, ele conseguiu mostrar seus problemas sem essa

maquiagem. Explicitando essa fala de Antonio na carta, podemos observar outros dois processos: 1) como o grupo vai se transformando, e 2) a responsabilidade de todos os membros para a evolução dos processos que vão acontecendo em cada um. Ao observar que muitas vezes maquiamos os problemas por um tempo, a carta aponta Antonio como se referindo a todos os membros do grupo, indistintamente, como pessoas que podem maquiar problemas. A descrição construída não é a de um Antonio que se refere aos indivíduos de maneira particularizada, nem que se exclui do que é dito. Ressalta-se o entendimento que Antonio se refere a todos de forma igualitária e generalizada. Fala-se do grupo e não das pessoas. Chama-se a atenção ainda para a evolução de um grupo que maquia para um grupo que confia, denotando que a convivência com todos foi primordial para esse processo de mudança. Falar disso na carta é contar de um progresso ocorrido no grupo como um todo, o que é feito utilizando a voz de um dos membros do grupo, buscando maior legitimidade. Esse recurso imprime nas pessoas o senso de que o processo psicoterápico está sendo benéfico, é um processo que faz sentido.

A terapeuta relata que essa foi uma fala “muito importante” para ela. O advérbio “muito” ressalta um dos objetivos a serem alcançados no grupo: construir um espaço de confiança, sem maquiagem. Além do que, aponta para a importância de que se deve falar, uns para os outros, no momento em que se está no grupo. O sentido de progresso vai sendo legitimado, e constrói-se o entendimento de que esse está sendo um espaço proveitoso para as pessoas.

Ao mesmo tempo em que a fala de Antonio é legitimada, a conversa se volta para a compreensão de como as demais pessoas estão se sentindo em relação a esse mesmo assunto. A carta não funciona apenas como um relato do que aconteceu, mas traz questionamentos que colocam os leitores-pacientes no lugar de quem deve responder ao que foi apresentado, criando um contexto para o diálogo. O convite para esse diálogo é feito pela terapeuta a partir de um lugar de curiosidade: “fiquei curiosa”. Tal expressão coloca a terapeuta em um lugar

de proximidade e busca de entendimento. Ela não exige uma resposta correta e objetiva, nem supõe que os pacientes sabem. Ela é exploratória, quase uma reflexão compartilhada, que mostra interesse e convida ao diálogo. A curiosidade como postura terapêutica possibilita a construção de outras formas de relacionamento, de ação e interpretação (Cecchin, 1998). Nesse contexto, as possibilidades terapêuticas vão sendo co-construídas com o cliente.

O primeiro parágrafo da carta apresenta três funções principais: 1) criar um senso de temporalidade. O início do trecho já nos conta que “Antônio iniciou a sessão”, o que conecta os participantes aos eventos ocorridos no encontro anterior; 2) desconstruir o self subjugado, a partir da externalização e caracterização do problema. Junto a esse processo, a terapeuta inicia um processo de internalização do agenciamento pessoal; 3) fortalecer a idéia de grupalidade, na questão que remonta a todos os participantes ao final do parágrafo. Importante é salientar que esse parágrafo também poderia ter sido construído para apresentar outros contextos, assim como para atender outras funções terapêuticas. A estrutura da carta pode ser construída a partir das necessidades do grupo, percebidas pelo terapeuta.

7.2. Construindo a externalização e personificação do problema: conversando com Antônio

Antônio, outro momento de sua fala que, pra mim, mostrou-se importante foi podermos conhecer os medos que às vezes aparecem em sua vida. Gabriela, na equipe reflexiva, ressaltou o quanto achou, essa, uma atitude de coragem. Acredito que conhecermos esses medos faz-se essencial para podermos enfrentá-los. Por isso, valorizo a distinção que você fez desses diferentes tipos de medo: medos que te ajudam a se tornar cauteloso e medos que te atrapalham e paralisam. Como você acha que podemos fazer para diferenciar um medo do outro no momento em que eles aparecem? Nas situações em que o medo não foi de ajuda,

como você o superou e não deixou que ele te paralisasse? Qual o primeiro passo que você deu?

Quanto às estratégias lingüísticas utilizadas na carta, podemos perceber que o parágrafo inicia com um endereçamento direto à Antônio, o que gera um senso de proximidade e reconhecimento, proporcionando maior intimidade ao que é escrito.

No trecho “outro momento de sua fala que pra mim mostrou-se importante foi podermos conhecer os medos que às vezes aparecem em sua vida”, a terapeuta relata a importância de Antonio ter compartilhado com os membros do grupo sobre alguns sentimentos de medo, para que todos pudessem conhecê-lo. Compartilhar sentimentos permite ao grupo a possibilidade de trabalharem juntos na resolução de sua questão, devido às palavras adquirirem sentido a partir de sua inserção no intercâmbio entre as pessoas (Gergen, 1997). Esse potencial de significação se dá por meio da ação suplementar, na qual os enunciados ganham significado a partir dessa ação, adicionada pelo outro, de maneira verbal ou não. Caso as pessoas não coordenem ações em torno desses enunciados, eles ficarão sem-sentido.

A equipe reflexiva é convidada a somar com a voz da terapeuta, destacando que o ato de apresentar os medos para as pessoas pode ser definido como um ato de coragem. Segundo Grandesso (2000) a equipe reflexiva atua

como contexto para a reconstrução de significados à medida que favorece aberturas para outros arranjos narrativos para a experiência, fomentando novas perguntas e incentivando a continuação do diálogo (p.273).

Assim, o que poderia ter sido considerado como mostra de uma fraqueza ou de um problema é apresentado como importante para o processo de enfrentamento, o que é definido como atribuição de intencionalidade positiva, acarretando novas possibilidades de

significação. A contribuição da equipe reflexiva insere-se ainda no processo de transição entre as conversas “internas” e “externas”. Andersen (1999) aponta que, no momento de nossa fala com outras pessoas, estamos conversando em parte com elas e em parte com nós mesmos. Dessa forma, a contribuição da equipe reflexiva tanto pode gerar reflexões internas quanto externas, em Antônio e no restante do grupo, gerando novas perspectivas e organizando novas conversações.

“Acredito que conhecermos esses medos faz-se essencial para podermos enfrentá-los”. O termo “acredito” pode conferir a afirmativa um tom de relativização, na qual a esperança do terapeuta é destacada, o que apaga o discurso especializado. Por outro lado, o terapeuta se posiciona e pontua o que percebe como importante em situações de enfrentamento do medo. Ao destacar o que é essencial, amplia-se o procedimento para os demais membros do grupo.

Ao construir a afirmação com o verbo na primeira pessoa do plural “Podemos enfrentá-los”, é estruturada uma luta, um enfrentamento, creditando motivação à ação e apontando que Antônio não está sozinho. A terapeuta inclui o grupo e a si mesma nesta narrativa, aumentando o senso de grupalidade e realçando a empatia entre os membros do grupo.

Ao invés de ser visto como uma pessoa fraca, que possui vários medos, Antônio passa a ser exemplo e referência para o grupo de como enfrentar situações de temor. Esse sentido é fortalecido na frase “valorizo a distinção que você fez”, o que amplia a descrição de que Antonio está no caminho correto para a resolução da questão do medo. As perguntas utilizadas na seqüência ressaltam essa nova narrativa, ao creditar a ele a capacidade de responder às questões elaboradas e de ativar seus recursos. Questionamos discursos opressivos e encorajamos a descrição de novos discursos.

Os problemas são geralmente considerados pelos pacientes como inerentes às qualidades fixas que eles atribuem às pessoas e às relações. Ao persistirem em solucionar uma questão sem obter sucesso amplia-se o sentimento de incapacidade, o que fortalece o discurso do

déficit que a pessoa vai construindo em sua vida. A externalização do problema é um recurso utilizado pela terapia narrativa que aborda os problemas como problemas, e não as pessoas como problemas (White & Epston, 1990). Nesse processo, o convite é para objetivar e, ao mesmo tempo, personificar os problemas que são experienciados como opressivos nas vidas e relações, convertendo o mesmo em uma entidade externa. Grandesso (2000) ressalta que

tal prática resulta em transformar os problemas (que, geralmente, qualificam as pessoas negativamente e restringem suas possibilidades enquanto agentes), mudando os rótulos de adjetivos para substantivos – ou seja, de algo que define a essência de um ‘portador’ do problema para algo de que se fala e que afeta a vida das pessoas (p.259).

No trecho analisado da carta, percebemos o uso da linguagem externalizadora ao início do parágrafo: “os medos que às vezes aparecem em sua vida”. A partir de uma separação lingüística, o problema é externalizado tanto da pessoa quanto de suas relações, aparecendo como menos restritivo, o que oferece poder e autonomia para Antônio sobre o problema. Dessa forma, os medos são descritos como uma força externa, passível de manejo e confrontação (Chen et al., 1998).

Nesse trecho, podemos destacar ainda a personificação do problema, já que os problemas são passíveis de serem “conhecidos” e “aparecem”. Por meio do uso da expressão “às vezes”, os problemas são significados como esporádicos na vida de Antônio, o que abre espaço para a construção da idéia proposta por Chen et al. (1998) de identificar os problemas como antagonistas e o cliente como protagonista.

As metáforas utilizadas por Antonio, “medos que ajudam” e “medos que atrapalham”, foram não apenas mantidas, mas ressaltadas. A partir do uso cuidadoso da linguagem, busca-se uma redefinição do problema ‘medo’, problematiza-se seu conceito e cria novas possibilidades, que convidam Antonio a construir novas interpretações e sentidos acerca do que paralisa seu processo de mudança. Em meio a essa produção de sentido, os medos,

colocados em territórios distintos (ajudam x atrapalham), auxiliam na redução do senso de vulnerabilidade do problema. Dessa forma, ao externalizar, desmembrar em dois tipos e dar características para esse medo, concluí que ele pode tanto atrapalhar quanto ajudar, o que “diminui” o medo “ruim”.

Ao invés de ser convidado a continuar contando a história do medo, o cliente é perguntado como pode fazer para “diferenciar um medo do outro no momento em que eles aparecem”, o que facilita o desenvolvimento de outras histórias, ligadas a seus recursos e tomadas de ação. Ao ter o medo externalizado, aumenta-se a responsabilidade de Antonio no processo, que é quem deve adotar uma postura mais ativa para solucionar a questão. Esse trecho constrói um discurso para o agenciamento pessoal, apontando explicitamente para a responsabilização no processo de ressignificação.

Realizar questionamentos na busca de caracterizações do problema e descrições das táticas de poder que o paciente utiliza para estabilizar seu domínio (“nas situações em que o medo não foi de ajuda como você o superou e não deixou que ele te paralisasse?”) auxilia a diminuição do poder do problema, já que seu status de verdade passa a ser indagado. Ao propor uma redefinição do problema, as pessoas ficam possibilitadas de construir novas interpretações e, talvez, abrir espaço para revisar comportamentos e soluções.

White e Epston (1990) sugerem que para facilitar o processo de externalização do problema sejam feitas perguntas de “influência relativa”, nas quais se investiga a influência dos problemas na vida das pessoas e nas relações e, em seguida, a influência das pessoas na vida do problema. Na carta, as perguntas relativas a ‘como diferenciar um medo do outro’ e ‘como eles foram superados em situações de ajuda’, referem-se à influência de Antonio na vida do problema.

De acordo com esses autores, a externalização do problema permite que: a) diminuam os conflitos pessoais; b) combata a sensação de fracasso que aparece em muitas pessoas ante a

persistência do problema e suas intenções em resolvê-lo; c) as pessoas cooperem entre si, em uma luta comum contra o problema; d) abram novas possibilidades para que as pessoas atuem para separar suas vidas e relações da influência do problema; e) as pessoas enfrentem, de modo mais eficaz e menos tenso, os problemas que pareciam ‘terrivelmente sérios’; f) ofereçam opções de diálogo e não de monólogo sobre o problema.

Ao início da análise desse parágrafo, foi descrita a estratégia da externalização do problema utilizada na escrita da carta. Analisando a construção discursiva desse recurso, percebi que, ao descrever “medos que às vezes aparecem”, tem-se minimizado o sentimento persecutório do medo, já que esses não são descritos como protagonistas da vida de Antonio, mas como um sentimento que aparece apenas algumas vezes. Nesse sentido, gera-se uma sensação de mais controle e menos desconforto frente às situações (senso de agenciamento pessoal). A distinção realizada por Antônio é valorizada e seus medos são nomeados e separados em duas categorias: medos que ajudam e medos que atrapalham. Com isso, todo o universo “medo”, que assusta e causa temor, diminui consideravelmente ao ser dividido em dois: uma parte que ajuda e outra que atrapalha. O foco do cliente passa a ser colocado em uma questão bem menor e, agora, passível de ser enfrentada. Esse jeito de escrever constrói um novo olhar sobre a questão, valorizando uma postura reflexiva que, ao analisar um sentimento possivelmente negativo dentro de determinado contexto, ganha a possibilidade de adquirir um significado positivo e de ajuda.

Assim, na primeira questão, “como você acha que podemos diferenciar um medo do outro no momento em que eles aparecem?”, os medos podem ser diferenciados, e Antonio é convidado a refletir sobre *como* diferenciá-los. Esse jeito de perguntar convida para a ação, promovendo um senso de agenciamento no campo da resolução dos problemas. Ao abrir o diálogo para o “como fazer”, é apontada a responsabilidade de Antonio em diferenciar os medos. A expressão “como podemos” não apenas coloca a terapeuta como uma companheira

nessa resolução, mas estende a conversa aos demais membros do grupo que passam por situações similares.

Antonio é convidado a pensar nas situações em que o medo não foi de ajuda e que mesmo assim ele “não deixou” que o paralisasse. Mais uma vez, seus recursos são ressaltados, e a terapeuta aponta o quanto ele consegue lidar com essa situação. Apresentado dessa forma, os medos são naturalizados e adquirem menor destaque. Mais uma vez não ocorre questionamento se tais situações de superação já existiram ou não. A narrativa volta-se para a busca de soluções, ao ser afirmada a existência de tais situações e, buscando explorá-las, não deixando espaço para que se aumente a narrativa do problema.

Na última questão, “Qual o primeiro passo que você deu?”, o cliente tem a possibilidade de organizar sua história de enfrentamento de maneira sistematizada. A terapeuta aponta que, para alcançar a superação, existiram “passos”, e pergunta a respeito do primeiro passo tomado. Organizar a resolução de uma questão a partir de passos tomados permite que um problema complexo seja fragmentado, abrindo espaço para soluções simples. Esse recurso permite que Antonio não se perca pensando apenas no todo, ou que se sinta limitado por ser uma questão complexa demais. À medida que ele for conseguindo pensar em primeiros passos, seus recursos vão sendo fortalecidos e o problema minimizado. Por fim, a questão se torna familiar, menos perigosa e passível de ter sua resolução antecipada. É importante salientar que a pergunta não relaciona os passos que Antonio acredita serem necessários, mas é voltada para ações que ele já tomou; são passos que ele já “deu” e que, com a ajuda da terapeuta, vai apenas lembrar para que sejam ações conhecíveis na situação atual. Os recursos com os quais a terapeuta trabalha são os já existentes, mas talvez não valorizados ou percebidos por Antonio.

7.3. Convite à reflexividade: conversando com Lucas

Lucas, fiquei contente pelas contribuições que você deu ao grupo. Você nos trouxe o enfrentamento de um medo seu, e em como você conseguiu lidar com isso dividindo suas preocupações com sua esposa. E então me lembrei de você nos contar do seu lado que fica pensando sozinho nas preocupações. Pensando nessas duas coisas, isso me fez refletir: Como você se sentiu dividindo com sua esposa uma preocupação? Será que você poderia dividir outras preocupações com outras pessoas? Como seria isso? Como isso poderia ser de ajuda?

Nas falas de Lucas, trazidas durante a sessão, a terapeuta recorta o tema ‘medo’ e o conecta ao que estava sendo apresentado no parágrafo anterior, relativo a Antônio. Ao construir essa interligação dos fatos, explicita-se uma continuação na conversa do grupo, oferecendo seqüencialidade à narrativa (White & Epston, 1990), bem como aponta a existência de conexão grupal.

Ao considerar a fala de Lucas como “contribuições” dadas ao grupo, ou seja, ações que ajudaram o grupo, explicita-se a responsabilidade dos membros uns com os outros ao decidirem compartilhar suas histórias. Ressaltar que ele “conseguiu lidar” com seus medos, foca o sucesso no enfrentamento e destaca sua capacidade e seus recursos. Com isso, fortalece-se o senso de agenciamento (Holma & Aaltonen, 1997; White & Epston, 1990) e minimiza uma possível dependência com o saber da terapeuta (Tomm, 1988). É destacado o modo como Lucas realizou essa tarefa: “dividindo suas preocupações”. O recurso é pontuado e se torna disponível para os demais membros do grupo que passam pela mesma situação.

Nesse parágrafo, duas situações são relacionadas: a de um Lucas que divide as preocupações com a esposa e a de um Lucas que “pensa sozinho nas preocupações”. Expor duas situações tão distintas em um mesmo momento permite que elas sejam analisadas, confrontadas e concluídas de um ponto de vista mais complexo e dinâmico, além de ressaltar

o movimento de progresso, desenvolvimento e mudança no ato de compartilhar. Esse jeito de escrever favorece o desenvolvimento de novos entendimentos: quando eu compartilho, eu resolvo, e quando eu penso sozinho, eu me preocupo. Somado a essas questões, Lucas não é definido como uma pessoa que se preocupa sozinho e em alguns momentos compartilha. Ele é visto como alguém que possui os dois lados, o que desconstrói uma possível rigidez em seu modo de se perceber, facilitando o seu processo de mudança. Essa intervenção é definida por White e Epston (1990) como externalização do problema.

A terapeuta inicia as perguntas a partir de uma colocação: “Pensando nessas duas coisas, isso me fez refletir”, o que permite que Lucas se situe em quais situações irá se basear para responder as perguntas (“nessas duas coisas”). Além do que, ao afirmar que estava “pensando nessas duas coisas”, o que “a fez refletir”, a terapeuta está organizando um espaço que é de reflexão, convidando Lucas, a partir das perguntas subseqüentes, a estar com ela na investigação do que tem sido trazido por ele. Chen et al. (1998) considera esse processo de reflexividade inserido na postura de não-saber, na qual questionamentos e comentários refletem a sincera curiosidade do terapeuta e seu desejo em aprender um pouco mais a respeito da vida do cliente. Para esses autores, o convite à reflexividade permite que o cliente se volte para suas próprias ações, percepções, opiniões e significados que modelam suas experiências. O posicionamento da terapeuta me remete ainda aos processos reflexivos de Andersen (1999), entendido como uma maneira de conversar associada à formulação de perguntas, no qual se faz necessário que a terapeuta apresente uma disponibilidade para estar com o outro, para estar junto, mantendo uma postura curiosa. Os questionamentos realizados não têm qualquer intenção conclusiva ou diagnóstica, mas se apresentam como ofertas a novos diálogos, na busca da criação de novos entendimentos que possibilitem outros arranjos narrativos, mais condizentes e favoráveis à vida do cliente.

O processo reflexivo ocorre entre as perguntas, no exercício de estar junto. Considerando as perguntas como ferramentas importantes para o processo terapêutico, remeto-me à Tomm (1987b), que destaca o uso de algumas perguntas como limitadoras, colocando como patogênica algumas discussões, enquanto outras desenvolvem e fortalecem possibilidades de mudança. Tomm (1988) ainda enfatiza que quando o terapeuta utiliza mais perguntas em sua conversação, isso oferece uma maior garantia de uma conversa centrada no cliente. As perguntas, mais que as afirmações, constituem um convite mais forte para que o cliente se engaje na conversa. Por meio das perguntas, o cliente é trazido para um diálogo com o terapeuta, sendo estimulado a pensar sobre suas questões, o que “favorece sua autonomia e assegura uma sensação de conquista pessoal quando ocorre uma mudança terapêutica, em vez de induzir dependência ao ‘conhecimento’ do terapeuta” (p.3). Utilizando perguntas, o terapeuta convida o cliente a partilhar suas experiências e expectativas.

Considerando esses apontamentos, outra questão levantada pela terapeuta diz respeito à rede de pessoas com a qual Lucas pode contar. Referir-se a essa rede escrevendo “será que você poderia”, promove no já conhecido e realizado por Lucas novas possibilidades e espaços. O norteador para as perguntas “será que”, “como seria”, “como poderia” é a curiosidade genuína, que incita o cliente a refletir acerca de questões que já poderiam ter sido entendidas como dadas, gerando aberturas para a conversa e possibilidade de ampliação de sentidos. A des-hierarquização do terapeuta e a suspensão das pré-concepções são fatores primordiais para o bom desenvolvimento desse jeito de conversar.

Pensar no “poderia” permite ainda que Lucas hipotetize formas de ação, colocando-o como responsável pela ampliação desse jeito de agir. Utilizando os verbos no condicional “Como seria isso?” e “Como isso poderia ser de ajuda?”, a questão é inserida no campo das possibilidades. Refletir no “como se” permite que o cliente explore as diferentes opções possíveis, de maneira confortável. West, Watts, Trepal, Wester e Lewis (2001) apontam que,

para um indivíduo se engajar em um pensamento reflexivo, pode ser útil que ele se coloque fora da situação imediata. Ao construir a pergunta de forma aberta e curiosa (“Como seria isso?”) o que antes era narrado como sofrimento e impasse adquire opções futuras, o que possibilita que Lucas se afaste do que está sendo entendido como dado no presente, e o permite experimentar outros lugares, conhecendo e testando o novo. Dessa forma, criam-se condições para que o sujeito possa exercitar uma postura reflexiva em outras situações de sua vida. Os autores colocam ainda que o pensamento reflexivo pode ocorrer quando a pessoa é encorajada a considerar o impacto do problema em sua vida. Ao imaginar “como seria isso” e “como isso poderia ser de ajuda” criam-se oportunidades para Lucas observar possibilidades que vão além de sua visão comum, podendo avaliar o impacto dos problemas em sua vida de outras perspectivas, ao mesmo tempo em que lhe proporciona um senso de controle, já que lhe permite traçar planos múltiplos, lidar com os obstáculos e se satisfazer antecipadamente com os prováveis sucessos.

West et.al. (2001) ressaltam ainda que “o pensamento reflexivo pode ajudar a gerar exceções e acontecimentos extraordinários que facilitam pequenas, mas significativas diferenças” (2001, p. 432). Por meio dos pensamentos reflexivos novos significados podem ser criados e novos comportamentos podem ser identificados em nossas vidas. Andersen (1999) define os processos reflexivos mais como uma atitude no contexto da terapia do que o uso de uma técnica.

De acordo com Gergen (1997), engajo-me em conversações com os outros sobre eventos, e significados são criados ao invés de serem encontrados. Múltiplos significados existem na vida e os significados são associados com as conversações e interpretações dos eventos e das experiências. Assim, a importância das questões reflexivas, insere-se na ação de refletirmos sobre os movimentos e decisões que tomamos acerca de nossa vida de maneira crítica e consciente. Relacionar acontecimentos, realçar impressões e convidar o cliente à busca de

novos entendimentos é um jeito de conversar que favorece a emergência de novos vocabulários para a ação, criando narrativas que ampliam as possibilidades. Dessa forma, as narrativas dominantes são desafiadas, e busca-se trazer o novo e o inesperado.

Outro benefício que esse tipo de questão acarreta insere-se na possibilidade do terapeuta refletir sua própria atuação. Ao lançar perguntas acerca da história do cliente, o terapeuta inicia um processo de diálogo interno que é desenvolvido nas cartas. Perguntas reflexivas me fazem questionar que outras perguntas poderiam ser feitas, permitindo-me a crítica, pois de que outra maneira poderia enxergar ou lidar com essa mesma questão?

Dessa forma, as perguntas reflexivas têm a intenção de influenciar o cliente de forma indireta, sendo facilitadora. São perguntas reflexivas a partir do momento que promovem reflexão sobre as implicações de suas percepções e ações atuais e consideram novas opções. São perguntas que respeitam a autonomia do cliente, convidam a imaginar novas alternativas, tendem a abrir espaço para que considere novas percepções, novas perspectivas, novas direções e novas opções. Facilitam uma reavaliação das implicações problemáticas das percepções e comportamentos atuais. Como consequência, os clientes geram novas ligações e novas soluções de seu próprio jeito e em seu próprio tempo. No terapeuta, tais perguntas tendem a guiá-lo para que se torne mais criativo nas perguntas formuladas. É mais provável que a família experencie respeito, novidade e transformação espontânea como resultado desse tipo de questionamento (Tomm, 1988).

7.4. Pontuando competências: conversando com Lívia

Lívia, como achei bonita a sua participação. Você se conectou com a história das demais pessoas e nos deu um exemplo de como uma pessoa próxima a você, que se vê envelhecendo, está tendo que mudar algumas atividades, e de como todos nós vamos tendo que nos adaptar a novos jeitos de viver. Sempre te percebo muito forte e confiante em dias melhores. E fico

curiosa em saber: como essa força e confiança têm te ajudado a lidar com aquelas assombrações que teimavam em te perseguir?

Duas palavras chamam a atenção nessa primeira parte do parágrafo direcionado à Lívia: “conectou” e “nos deu exemplo”. Utilizar o termo “conectar” aponta para a maneira como Lívia participa do grupo, tecendo sentidos a partir das histórias dos diferentes membros do grupo. A terapeuta ressalta que percebe essa forma de participação como “bonita”, o que legitima uma postura ativa por parte de Lívia. Ao ressaltar a ação de “dar exemplos”, vão se construindo versões possíveis de atuação no grupo, nas quais os pacientes se sentem à vontade para se referirem às histórias de outras pessoas e de outros lugares, que não as circunscritas aos acontecimentos que dizem respeito diretamente a eles.

A presença de uma Lívia forte e otimista é construída, e pontuada, sendo ressaltada pelo uso do advérbio de tempo “sempre”, que oferece constância mesmo em tempos que podem ser vistos como difíceis. A construção dessa frase oferece uma imagem positiva da participante. Esse recurso de pontuar competências é utilizado quando o paciente descreve a si mesma com pouco ou nenhum recurso disponível, e o terapeuta busca destacar os mínimos sinais de competência presentes (Chen et al., 1998). Ao buscar terapia as pessoas se encontram submersas em uma narrativa saturada de problemas, ficando impedidas de perceber detalhes, iniciativas e recursos que fazem parte das histórias não contadas. São nesses trechos de histórias que se encontram a oportunidade de ressignificação. Uma das formas de trazer à tona o que está submerso é destacar os recursos que aparecem de forma desfocada na narrativa dominante (Grandesso, 2000; White, 2007; White e Epston, 1990). Dessa maneira, os recursos não percebidos pelo cliente são identificados, compreendidos e destacados pela terapeuta, auxiliando a entrada do sujeito em outros territórios, com habilidades e capacidades até então não conhecidas.

O exemplo que Lívia oferece na sessão é destacado pela terapeuta, reforçando a idéia de que, assim como as pessoas que envelhecem e mudam sua rotina, nós também temos que nos adaptar às mudanças que ocorrem em nossas vidas. Recortar essa fala e oferecer a ela um lugar de destaque constrói a presença de uma Lívia tranqüila, madura, que sabe lidar com as adversidades. Pontuar tais competências e recursos auxilia no processo de ressignificação das outras histórias de Lívia, possibilitando que ela internalize um senso de agenciamento pessoal.

Assim, após dispor o parágrafo de forma a se ter uma narrativa de uma mulher que emociona, que é sempre percebida como uma mulher forte e confiante, surge um questionamento a respeito de uma indagação trazida por Lívia nas conversas grupais: “como essa força e confiança têm te ajudado a lidar com aquelas assombrações que teimavam em te perseguir?”. Tal indagação vem de um lugar de curiosidade, que relaciona os recursos apresentados anteriormente com um desafio a ser trabalhado. Mais uma vez, a terapeuta não questiona se esses recursos de Lívia a ajudam, mas a pergunta se volta para o “como” isso é de ajuda. Não existe espaço para a dúvida, e Lívia é convidada a pensar a respeito de seu jeito de atuar no mundo, suas formas de enfrentamento. É uma conversa voltada para a solução dos dilemas apresentados. Importante é salientar que convidar as assombrações de Lívia para construir esse parágrafo permite que o problema trazido por ela em outras sessões seja pensado a partir de um contexto favorável, no qual suas competências foram ressaltadas. Dessa forma, todo o parágrafo favorece o combate das assombrações que a perseguem, em uma narrativa que contextualiza a força e se constrói a partir de uma história de recursos para, somente em seguida, retomar o dilema a ser enfrentado. Suas falas são legitimadas e seu jeito de agir é reforçado. Após construir essa base sólida, de uma pessoa que possui competências, Lívia é questionada a respeito de antigas assombrações, relacionando assim a história de

sucesso apresentada inicialmente com a questão a ser trabalhada, promovendo um senso de agenciamento da questão, ampliação e fortalecimento da narrativa de Lívia.

Tal questionamento, “Como essa força e confiança têm te ajudado a lidar com aquelas assombrações que teimavam em te perseguir?”, explicita as assombrações como algo externo à Lívia, o que interrompe a leitura habitual do relato dominante como algo intrínseco à personalidade da pessoa. Lívia é colocada como agente do seu processo de mudança, em uma posição ativa na redação de sua história de enfrentamento. Ocorre ainda referência às assombrações que perseguem Lívia como “assombrações teimosas”, redimensionando o entendimento comum de assombrações como perigosas, temíveis e assustadoras (personificação do problema). Ao agregar ao termo o adjetivo “teimosa”, constrói-se outra figura, agora passível de ser enfrentada. Dessa forma, não é qualquer pessoa que enfrentará qualquer assombração: será uma Lívia forte e confiante, que enfrentará assombrações teimosas.

7.5. Substituindo pressupostos por curiosidade: conversando com Cibele

Cibele, você também concordou com o que a Lívia falou, contando que também percebe mudanças em você, tais como estar mais calma e relaxada. Para você, como é se sentir mais calma e relaxada? Como se deu essa mudança? O que mudou no seu dia-a-dia ao você estar mais calma e relaxada? Em que momentos você consegue estar assim? Eu gostaria muito de te escutar um pouco mais no decorrer da sessão. Como você acha que podemos fazer isso? O que depende de mim, o que depende de você e o que depende do grupo para que isso aconteça?

A introdução desse parágrafo promove um tom de continuidade na carta, e a fala de Cibele é conectada à de Lívia, ao utilizar o termo “também”. Conectar as falas favorece o

interesse dos membros dos grupos uns pelos outros, possibilitando que eles percebam que o que diz respeito a eles engloba alguém mais (“concordou com o que a Lívia falou”). Tal estrutura promove a construção de uma história interligada, comum a todos os participantes do grupo, criando um senso de pertencimento e partilha, o que favorece as conversas grupais..

Investigando o procedimento utilizado nesse parágrafo, referente à curiosidade, Rases e Japur (2007) ressaltam que

não há uma descrição fundacional sobre o mundo, e sempre que buscamos fazê-la entramos no mundo do discurso, em um processo de construção lingüística permeado pelas condições sociais, históricas e culturais daquele momento (p.29).

Em concordância com essa idéia, a postura de curiosidade amplia as narrativas utilizadas nas conversas, em favor de que não existe uma história única a ser contada. Não tendo acesso às verdades construídas da vida das pessoas, bem como de seus dilemas e questões, o terapeuta necessita ser informado por elas. O saber passa a ser visto “como local, de caráter provisório que deve ser desafiado pelo saber do cliente, o único especialista na sua própria experiência” (Grandesso, 2000, p. 280).

A curiosidade faz parte da postura de não-saber e diz respeito aos conhecimentos locais das pessoas. Por não ter acesso privilegiado às ‘verdades’ da vida das pessoas o terapeuta, em uma atitude respeitosa, pratica uma escuta cuidadosa a partir de um interesse genuíno. A pergunta realizada “Para você, como é se sentir mais calma e relaxada?”, convida Cibele a uma resposta pessoal, considerando seu entendimento particularizado em relação a estar mais calma e relaxada. Os significados são contextualizados, tecidos a partir das conversações que desenvolvemos em determinada sociedade e cultura. O uso do termo “para você” evita a busca de explicações ontológicas para o conceito de “calma” e “relaxada”. Valoriza-se ainda o modo como Cibele significa sua história. Para manter tal postura, os pressupostos da terapeuta devem ser deixados de lado e, ao invés de buscar respostas rápidas e diretas, busca-

se a ampliação do diálogo. Diferentemente do convite à reflexividade, no qual o paciente é convidado a observar suas próprias ações, ao substituir pressupostos por curiosidade, o terapeuta busca saber um pouco mais sobre o que é dito, ou sobre o que não é sabido, ao invés de fazer suposições. Esse jeito de estar com o outro implica deixar em suspenso alguns pressupostos teóricos que nos acompanham, partindo para uma busca de entendimento de quais suposições sustentam o problema da pessoa, de onde elas surgem e em quais processos se mantêm. Assim, o convite à reflexividade atua como um convite ao cliente para observar suas próprias histórias, enquanto substituir pressupostos por reflexividade implica em uma atitude do terapeuta na busca de alcançar resultados mais positivos. A questão “Como se deu essa mudança?”, investiga o processo, buscando na narrativa de Cibele os recursos para o fortalecimento da nova narrativa que está sendo construída.

Ao apresentar curiosidade com as mudanças diárias concretas (“O que mudou no seu dia-a-dia para você estar mais calma e relaxada?”), Cibele é convidada a pontuar aspectos que a auxiliam na construção de uma narrativa de mudança. Tal processo continua a ser explorado com a questão “Em que momentos você consegue estar assim?”. A postura de quem elabora tais questões deve ser a de quem evita compreender muito rápido uma história e que duvida do que já parece certo. O terapeuta, em uma atitude de valorização do seu saber técnico, já pressuporia o que é estar calma e relaxada e não investigaria os sentidos dessa história. Porém, ao buscar uma escuta respeitosa e curiosa, a perspectiva investigada é a do cliente, o que implica em uma postura ativa, atenta para o não-dito, na qual a voz do cliente é validada.

Em seguida, ocorre um questionamento: “Em que momentos você consegue estar assim?”. Cibele “consegue estar assim” em “momentos”, o que pressupõe períodos, permitindo que Cibele se perceba calma e relaxada mesmo que não consiga essa constância todo o tempo. Ao “conseguir” estar calma e relaxada em determinados momentos, pressupõe a potencialidade e o recurso utilizados para a ação, que é derivada de um esforço.

Finalizando o parágrafo, é apresentado que a terapeuta gostaria de escutar Cibele um pouco mais na sessão. Ela enfatiza esse desejo, fazendo uso do advérbio “muito”. Ao perguntar como “podemos fazer isso”, são minimizados um possível sentimento de culpa e o entendimento de necessidade de mudança de comportamento obrigatória. Não é uma regra que está sendo imposta, é um desejo que foi relatado pela terapeuta, que convida Cibele a pensar em como poderão realizar essa tarefa juntas. A terapeuta se engaja na responsabilidade de participação de Cibele no grupo, sendo uma responsabilidade compartilhada, oferecendo espaço dialógico para construírem a solução.

Esse espaço de responsabilidade é ampliado quando a pergunta se divide em três, o que enfatiza que essa não é uma tarefa apenas de Cibele. Assim, a terapeuta mostra à cliente que ela não está sozinha, podendo contar com ajuda. A importância das perguntas estarem divididas em três: “*O que depende de mim, o que depende de você e o que depende do grupo para que isso aconteça?*”, é o lugar de destaque que ela adquire e todos se tornam responsáveis pelo processo grupal, sendo convidados para cuidar do mesmo. A responsabilidade não é compartilhada apenas entre Cibele e a terapeuta, mas também entre Cibele e o grupo. Somado a esse entendimento, a pergunta favorece um espaço de reflexão, no qual Cibele talvez possa construir um pedido para o grupo e/ou terapeuta que seja de ajuda para sua participação.

Outro momento em que a postura de curiosidade é explorada ocorre quando é relatado o desejo de uma maior participação de Cibele. Nesse instante, ela é convidada a pensar em formas de fazer isso junto com a terapeuta e com o grupo “*Como podemos fazer isso? O que depende de mim, o que depende de você e o que depende do grupo para que isso aconteça?*”, o que reflete não só um cuidado com o grupo, mas salienta a importância para as conversas que são geradas nesse contexto. Nesse momento, Cibele é colocada como protagonista do seu processo de mudança no grupo, tendo uma participação privilegiada no decorrer do procedimento terapêutico. A terapeuta faz um convite para que Cibele reflita sobre um

agenciamento em sua própria vida. Privilegiam-se as histórias preferíveis a serem desenvolvidas por Cibele, o que lhe dá autonomia e gestão em relação à sua vida. Construir junto ao paciente os procedimentos terapêuticos, calcado em uma postura de curiosidade, gera independência e autonomia do cliente, tanto do seu terapeuta, quanto do processo psicoterapêutico.

7.6. Investigando acontecimentos extraordinários: conversando com Renata

Renata, você dividiu conosco alguns medos que já apareceram e que você conseguiu enfrentá-los chutando o “balde do medo”. Achei essa uma história de superação, que só pode vir de uma mulher determinada e de coragem. Você disse que se não fizesse isso, ninguém faria por você. E agora, Renata, o que mais você gostaria de fazer por você? Como convidar aquela coragem e determinação para te ajudar nessas novas histórias e com os velhos baldes que te trouxeram à terapia?

A terapia, como atividade lingüística, promove, por meio da conversação, um campo de possibilidades para a produção colaborativa entre terapeuta e cliente (Grandesso, 2000). Para isso, é necessário que esse espaço seja construído ativamente pelas pessoas em relação, na busca de novos significados. Destacar que Renata “dividiu” seus medos com o grupo é apontar sua responsabilidade na construção desse espaço, construindo com o grupo a valorização de um espaço terapêutico como um lugar de compartilhar. Ao “dividir” a narrativa, Renata a constrói ativamente, junto ao grupo, dando significados e sentidos condizentes ao contexto da fala. A terapeuta enfatiza e legitima o relato da cliente ao nomear a história como de “superação”, o que promove força ao relato construído.

Na seqüência, a narrativa destacada pela terapeuta, diz respeito aos medos que já apareceram e que foram enfrentados, sendo “chutados”. Os medos, situação-problema

apresentada pela cliente, foram enfrentados a partir de uma ação realizada, uma atitude de enfrentamento. Nesse momento, os recursos de Renata são destacados, e é oferecido a todo grupo um possível jeito de lidar com os medos que surgem, enfrentando-os. O uso da expressão “balde do medo”, explicitado na carta, gera maior reconhecimento no discurso por parte de quem fala, por ter sido uma expressão criada e utilizada por eles, além de promover proximidade aos demais leitores.

Descrever os medos como figuras que “apareceram” e que foram enfrentadas, sendo “chutados”, é uma forma de escrever que promove a externalização e a personificação do problema. Essa maneira de apresentar os medos minimiza seu potencial causador de temor, pois ele “aparece”, é “enfrentado” e “chutado”. A seqüência das palavras destaca o problema, o enfrentamento e a resolução, fortalecendo o senso de agenciamento de Renata. O discurso construído é um discurso de enfrentamento, apresentado como uma história de sucesso: alguém que enfrenta ‘baldes’ de medo e os chuta. Renata não é vista como alguém que ora tem coragem e determinação, ora não tem. Ela é descrita como uma mulher de determinação e coragem, tomando para sua identidade essa descrição. Por meio dessa descrição se constrói discursivamente seu recurso. Segundo os autores Freeman et.al. (1997)

as histórias saturadas por problemas limitam perspectivas, as edições ficam sem esperança e sem significados positivos, opondo-se a refrescantes possibilidades e potenciais. A mudança pode, então, parecer impossível, apesar dos melhores esforços de uma pessoa para assumir o controle de um problema ou para mudar os outros. Encontrando-se incapaz de manejar seus ‘defeitos’, ou impotente para afetar os comportamentos e atitudes negativos dos outros, uma pessoa pode experienciar o problema como esmagador (48).

Atuar sobre histórias dominantes requer do terapeuta a busca pelos recursos e potencialidades do cliente, que possibilitam que a história dominante seja revista, a partir da

atribuição de novos sentidos ao relato antigo. Ampliar um discurso de sucesso, a partir da identificação de aspectos previamente ignorados da experiência vivida, possibilita que esses adquiram a possibilidade de atribuir significados preferíveis. Esses aspectos ignorados foram nomeados por White e Epston (1990) de “acontecimentos extraordinários”, que são definidos como incluindo

toda a gama de sucessos, sentimentos, intenções, pensamentos, ações, etc., que tem uma localização histórica, presente ou futura, e que o relato dominante não pode incorporar (p. 32).

Ao identificar os acontecimentos extraordinários, as pessoas são convidadas a atribuir significados a eles, comprometendo-se na existência dessa nova narrativa. White e Epston ainda salientam que a construção de tais relatos, fora dos relatos dominantes, “constituem uma fonte cheia de riqueza e fertilidade, para a geração, ou regeneração de relatos alternativos” (p.32).

Ao destacar essa fala de Renata, na qual ela aponta uma situação de enfrentamento e vitória e que ainda não havia sido apresentada antes, a terapeuta interrompe a leitura e a representação habitual desses relatos, aponta o acontecimento extraordinário e o amplia, pontuando suas competências, buscando gerar um maior agenciamento interpessoal e possibilitando que Renata se sinta capaz de intervir em sua vida e relações. Dessa forma, exceções são ressaltadas em narrativas desencorajadoras (Chen et al., 1998), e as possibilidades e recursos já utilizados com sucesso em outros momentos reaparecem e são utilizados na história atual. Nesse sentido, busca-se mostrar para a paciente que existem momentos nos quais ela conseguiu vencer as dificuldades, o que oferece oportunidade de re-significação da situação. Segundo White (2007),

entre outras coisas, conversações que destacam acontecimentos extraordinários fornecem às pessoas a oportunidade de dar voz para as intenções de sua própria vida e desenvolver

uma forte familiaridade com o que eles concordam ser valioso em sua vida. Isso lhes fornece um trampolim para a ação na resolução dos seus problemas, impasses e dilemas (p. 220).

Nesse trecho da carta, as ações de Renata são pontuadas como pertencentes a uma mulher de determinação e coragem, e o uso dos adjetivos auxiliam na construção do discurso de uma mulher guerreira. Essa não era uma descrição que Renata emitia de si mesma, mas que, a partir de seu próprio relato, recebeu da terapeuta, o que adquire um senso de fidedignidade com o relato trazido. A narrativa ainda é ampliada por questões que a convidam a refletir sobre novas ações a partir desse novo entendimento de uma mulher competente e com recursos. As perguntas realizadas na sequência enriquecem a história alternativa em construção. O interesse é na força, nas habilidades especiais e nas aspirações de Renata, que constroem uma história alternativa.

A questão “O que mais você gostaria de fazer por você?” sugere que Renata possui recursos para a resolução de outros problemas que precisarem ser resolvidos. Essa fala é fortalecida pelo recorte da frase dita pela paciente, que se ela não fizer por ela mais ninguém o fará, destacando sua pró-atividade em resolver questões que são necessárias, de defender seus interesses. Esse recorte aumenta a visibilidade de que Renata é uma mulher que resolve, toma decisões e consegue. Tal construção linguística busca a internalização do agenciamento pessoal, reforçando um senso de auto-eficácia e construindo uma descrição de Renata com maior gestão de sua vida. A formulação dessas questões geram implicações: 1) convidam Renata a refletir em evoluções específicas de sua vida, identificar e falar de suas experiências, buscando soluções sobre elas; 2) o acontecimento extraordinário destacado vai ganhando credibilidade. Ele passa a ser a base para a conversação na qual Renata tem a oportunidade de identificar e desenvolver relatos; 3) são fornecidos os “andaimes” para a geração de novas

conclusões e significados para a identidade e história de Renata, em uma significativa reconstrução de sentidos.

A construção do parágrafo utiliza-se do recurso da temporalidade: os acontecimentos passados significados com sucesso por Renata são conectados com os dilemas presentes, e possíveis desdobramentos futuros, em seqüência, gerando sentido de continuidade. A primeira parte do parágrafo, apresentada como uma história de sucesso, se torna um marco referencial para construir futuros possíveis, e a seqüência das perguntas contribui para a construção de uma narrativa progressiva (Gergen, 2007).

“Como convidar aquela coragem e determinação para te ajudar nessas novas histórias e com os velhos baldes que te trouxeram à terapia?” ressalta que as novas histórias, contextos e desafios podem ser enfrentados novamente, a partir dos recursos que foram explicitados: coragem e determinação. O discurso de enfrentamento, construído na primeira parte do parágrafo, sustenta nesse momento os recursos para os novos desafios que Renata percebe. Tal questionamento convida a cliente a sair do discurso de déficit para buscar recursos e construir na conversação um discurso de soluções de problemas.

7.7. Conversando com Joana: colocando os membros como agentes de mudança

Joana, assim como dito para a Cibele, também fico curiosa em escutar suas histórias. Como podemos fazer isso? Nessa sessão, você nos disse que muitas vezes devemos aceitar as coisas que acontecem com a gente. Como isso se encaixa em sua vida, Joana? Que coisas você deve aceitar? Que coisas você não deve aceitar e deveria chutar, assim como o balde do medo do Antônio e da Renata? Do que você precisa para poder aceitar? Do que você precisa para poder chutar essas coisas, Joana?

White (1995) discorre a respeito da necessidade em sermos sensíveis à linguagem por essa construir mundos. Dessa forma, as histórias que construímos por meio da linguagem não apenas nos representam, refletindo nossos eventos de vida, mas nos constituem, moldam nossas vidas e relacionamentos. O convite realizado para Joana é para que ela conecte o que foi dito na sessão (“muitas vezes devemos aceitar as coisas que acontecem com a gente”) com seus dilemas pessoais. O processo de mudança na terapia narrativa consiste em auxiliar o cliente a desenvolver sua potencialidade para a re-autoria, empregando narrativas em sua própria voz e as separando dos discursos subjugadores. Dessa forma, segundo Grandesso (2000)

o resultado da mudança terapêutica implica, portanto, resgatar ou criar competências, recursos e habilidades apresentados em narrativas do *self* transformadas em novas descrições ou, até mesmo, em novas autobiografias (p.253).

Assim, questões como “Que coisas você deve aceitar? Que coisas você não deve aceitar e deveria chutar assim como o balde do medo do Antonio e da Renata? Do que você precisa para poder aceitar? Do que você precisa para poder chutar essas coisas, Joana?” voltam-se para a ação, convidando Joana a se colocar em um lugar de quem se responsabiliza por sua história e pelas alterações que nela ocorrem. Busca-se, nesse momento, uma postura mais ativa e participativa na co-construção da mudança, na qual Joana é convidada a reformular sua auto-narrativa, afirmando-se como agente de mudança (Chen et al., 1998) junto à libertação em relação às histórias saturadas de problemas.

Muitas vezes, o paciente anseia por resolver suas questões, mas suas histórias encontram-se fixadas em determinados significados, o que os impede de se organizarem de forma distinta. Questões que colocam as pessoas como agentes de mudança sempre as auxiliam na organização desse processo, ampliando histórias antes fechadas para possibilidades. Conseqüentemente, um maior senso de agenciamento pessoal pode ser realizado e a

conversação terapêutica torna-se um processo de empoderamento pessoal para o paciente (Tomm, 1989).

A terapeuta aponta “assim como dito para”, destacando que não traz algo novo para Joana, mas sim o já conhecido por outro membro do grupo. Tal forma de dizer denota que outra pessoa compartilha do mesmo convite realizado, não sendo, portanto, uma questão individual para Joana, o que oferece a ela um senso de pertencimento e conexão com o restante do grupo, além de minimizar uma possível culpa em não atender as expectativas do terapeuta referentes ao que foi solicitado.

O convite ao “Como podemos fazer isso?” realça a busca por um jeito que seja o bom para Joana. Se a terapeuta acreditasse que as pessoas possuem apenas um jeito de participar no grupo, a pergunta teria sido feita apenas para Cibele, não precisando ser repetida com Joana. Cibele teria a resposta que abarcaria todo o grupo de “como fazer”. Porém, o convite é conhecer as necessidades de Joana, para que juntas, Joana-grupo-terapeuta, possam promover uma participação mais ativa no decorrer dos encontros do grupo.

Aponta-se na fala de Joana que devemos aceitar “as coisas”, o que fica generalizado e sem possibilidade de significação. Desse modo, realiza-se um convite que busca ampliar esse discurso por meio de perguntas, de forma que os objetos da narrativa possam ser nomeados e uma nova história fique possibilitada de surgir. Assim, “as coisas” podem ser inseridas na narrativa com significado, dando forma e contexto à história. A participação ativa da terapeuta, inserindo questões com os termos “como?”, “o quê?”, “do quê?” auxilia no processo de edição da história, tornando-a compreensível em seus significados. A terapeuta convida a participante a refletir em um movimento de enriquecimento da narrativa de enfrentamento.

A partir desse recorte, outras questões são investigadas: o que deve ser aceito e o que deve ser chutado por Joana. O termo utilizado por Renata, ao início da sessão, é estendido

para Antônio e retomado nesse parágrafo. Nesse momento, são interligadas três histórias, três eventos e três participantes do grupo. Esse recurso oferece um senso de continuidade e pertencimento. Joana pode olhar para a história dessas pessoas e refletir acerca dos recursos utilizados por elas e ampliar os entendimentos de sua própria história. Ao utilizar a dicotomia chutar x aceitar, Joana é convidada a separar as situações em sua vida que merecem ser chutadas ou aceitas. Para auxiliá-la nesse processo as perguntas são destrinchadas, abrindo um mundo de possibilidades a serem pensadas. Desenvolver uma busca ativa para as respostas a essas questões auxilia no processo de promoção de autoria, possibilitando que Joana sintase emergir como agente do seu processo de mudança.

7.8. Conversando com Elisa: atribuindo intencionalidade positiva

Elisa, achei bonito você dividir conosco sua pressa em ir embora e a ansiedade que estava te acompanhando durante todo o grupo. Fiquei feliz por você ter vindo e ficado, mesmo tendo tantas coisas lá fora te esperando. Isso possibilitou que a gente pudesse sentir o seu compromisso com o grupo. Fiquei emocionada ao você nos contar que tem uma história de vitórias, “desde o ventre”. Imaginando que a gente se encontre daqui a um tempo, para que você me conte sobre como essas histórias de hoje se desenrolaram, que coisas você esperaria me contar? Como você planeja terminar esse capítulo da sua história, Elisa? O que precisará acontecer para o que você imagina e deseja aconteça?

A internalização do agenciamento pessoal é um procedimento lingüístico utilizado para auxiliar o cliente a modificar suas percepções acerca de si mesmo (Chen et al.1998). Dessa forma, atitudes e sentimentos vistos por eles como negativos são ressignificados e adquirem novos entendimentos. Esse jeito de conversar fica explicitado logo ao início do parágrafo, quando o termo “achei bonito” ressalta e legitima o tipo de participação que Elisa teve no grupo. Nesse momento, pensando nas várias possibilidades acerca do significado de um

evento, percebe-se o movimento em legitimar o compromisso de Elisa, oferecendo outro olhar, positivo, em relação à história trazida. Um relato que poderia causar constrangimento ou culpa (estar ansiosa e com pressa de ir embora) gera um discurso de aceitação e reconhecimento. A Elisa com pressa e ansiosa não é descrita ou investigada nesse parágrafo, o que tira o foco disfuncional da narrativa e desenvolve uma descrição que amplia e legitima ações antes não percebidas. Segundo Freeman et al. (1997)

significados são moldados e características são construídas em formas narrativas. A maneira como interpretamos os eventos afetam como nós nos comportamos e interagimos com os outros. Embora não se possa esperar que nenhuma história capture completamente a complexidade da experiência vivida, o que nós enfatizamos ou omitimos tem efeito real sobre o contador ou o ouvinte (p. 47).

A narrativa de Elisa foi redimensionada pela terapeuta, em consonância com o que Gergen (1997) denomina de ação suplementar, pela qual o relacionamento humano é o gerador de linguagem e de entendimento. As histórias que Elisa constrói não têm sentido em si mesmas, e dependem do sentido que o outro atribuiu a ela. Dessa forma, a terapeuta possibilita outros entendimentos, por meio de um convite, que poderá, ou não, ser aceito por Elisa.

É destacado ainda que a ansiedade “acompanha” Elisa. Essa frase contempla uma ansiedade que é separada da pessoa de Elisa, apontando para o processo de externalização do problema, sendo colocada como algo externo. Essa descrição tanto gera outras descrições (que não a de uma pessoa ansiosa), como oferecer possibilidade de enfrentamento (por não ser algo que faz parte dela). O termo “desde o ventre”, citado por Elisa na sessão e realçado na carta, enfatiza sua vida de lutas e conquistas mesmo antes de nascer. Tal enfoque pontua as competências da cliente, talvez antes negligenciadas, a partir da criação de um discurso pautado na temporalidade.

Após a participação de Elisa ser contextualizada de forma positiva, ela é convidada a imaginar possibilidades, refletindo sobre possíveis metas a serem alcançadas. Esse é um movimento que se volta para o futuro, possibilitando que ela visualize seus projetos e reconheça o ponto de chegada ao alcançá-los. Entretanto, tal ação também diz respeito ao futuro próximo: “O que precisará acontecer para que o que você imagina e deseja aconteça?”, em um convite ao cuidado com algumas questões atuais para o alcance das metas futuras. A possibilidade de reflexão dos acontecimentos futuros permite que Elisa se veja frente aos seus recursos passados e sua história presente, podendo planejar seus passos baseada no desenrolar de sua própria história. Além do que, convidar Elisa para essa conversa busca gerar reflexões acerca de como ela pode aproveitar o grupo para pensar suas questões.

7.9. Revendo o processo grupal: parágrafo de encerramento

Fiquei comovida com essa sessão e com as histórias que escutei de cada um de vocês. Mais uma vez percebi o grupo se empenhando em ajudar uns aos outros e buscando se ajudar, relatando com sinceridade os medos que os acompanham e os baldes a serem chutados. Essas falas foram mescladas com histórias de superação e conquistas. Isso me deu uma sensação de que juntos podemos construir novas histórias, enfrentar os medos e chutar novos baldes. Senti muito a falta de Rogério e Mariana. Fico na expectativa do nosso próximo encontro.

Ludoana Paiva – 9ª sessão – 30/10/2008

O parágrafo final é uma oportunidade para que o terapeuta exponha seus sentimentos (“fiquei comovida com essa sessão e com as histórias que escutei de cada um de vocês”), apresente suas percepções (“percebi o grupo se empenhando em ajudar uns aos outros e buscando se ajudar”), legitime a participação dos integrantes do grupo (“relatando com

sinceridade os medos que os acompanham e os baldes a serem chutados”), destaque recursos (“Essas falas foram mescladas com histórias de superação e conquistas”), compartilhe expectativas (“Isso me deu uma sensação de que juntos podemos construir novas histórias, enfrentar os medos e chutar novos baldes”) e cite o nome das pessoas faltantes, em uma postura tanto cuidadosa quanto funcional para fins de registro (“Senti muito a falta de Rogério e Mariana”), fortalecendo a noção de que a carta é escrita para todo o grupo e registrando o entendimento de que são todos que formam esse lugar.

Além disso, como destacado por Freedman e Combs (1996), as cartas oferecem um resumo do encontro anterior, convidando as pessoas a entrarem novamente nas conversações iniciadas anteriormente. Esse último parágrafo aponta, de maneira resumida, os eventos que chamaram a atenção do terapeuta, promovendo uma rememoração dos acontecimentos e possibilitando que os membros do grupo reflitam novamente, agora em conversações alternativas. Ainda segundo tais autores, essas conversações possibilitam que as percepções de si mesmos, de seus relacionamentos e dos dilemas com os quais se está lutando podem mudar, gerando uma nova história.

Nesse parágrafo, temos evidenciada a postura co-participativa do terapeuta, que ativamente contribui como editor das histórias apresentada pelos clientes, apresentando novas possibilidades de sentido, organizando e dando coerência aos relatos. Tal finalização oferece uma sensação de fechamento e significado às novas narrativas que emergem.

O tom que esse último parágrafo adquire é de otimismo e comoção. A idéia de que, ao trabalharem juntos como grupo as realizações virão com maior facilidade, é desenvolvida na frase em que é colocado que “isso me deu uma sensação de que juntos podemos construir novas histórias, enfrentar os medos e chutar novos baldes”. A interação ganha lugar de destaque na resolução dos problemas e o conhecimento de todos é valorizado, o que enfatiza o senso de grupalidade.

Ao apresentar que está na “expectativa para o próximo encontro”, a terapeuta aponta para a continuidade da conversa e antecipa o convite para a próxima sessão. A carta é finalizada com o nome da terapeuta, número de sessão e data em que ocorreu, atendendo aos registros institucionais e transformando algo burocrático em um documento com sentido.

Nos próximos tópicos, apresento os procedimentos ‘imaginando possibilidades’, ‘contextualizando o problema e creditando influência ambiental’, bem como a ‘legitimação de sentimentos’ em cartas de outras sessões, pois os mesmos não estavam presentes na carta analisada. Apesar de essas categorias se fundirem ao longo da escrita das cartas, destaquei parágrafos em cartas diversas que as exemplifique em sua complexidade, de forma a ser trabalhada e visualizada de maneira mais completa.

7.10. Imaginando possibilidades: Parágrafo da 1ª carta dirigido à Antônio

Antônio nos contou das dores e dos problemas que atormentam seus pensamentos. Disse ainda gastar todos os “bom-dias” e os sorrisos no trabalho, e que quando chega em casa aparece a tristeza e o cansaço. Fiquei pensando em como deve ser difícil se doar tanto em um lugar e sentir que não tem muito a oferecer depois. Como equilibrar isso? O que acontecerá se não formos o número 1? O que perdemos e o que ganhamos ao não levarmos serviço pra casa? Você disse que sempre foi muito acelerado, mas que isso agora está te atrapalhando. Por que você continua a acelerar? O que pode acontecer se você diminuir o ritmo de trabalho? O que o pessoal da sua casa vai achar?

Nas categorias criadas por Chen et al. (1998), imaginar possibilidades insere-se em um dos passos da postura de não-saber, cujo objetivo central é o de facilitar o auto-conhecimento do cliente, abrindo possibilidades para processos possíveis. Ao imaginar possibilidades diferentes, situações e resultados são somados à narrativa, o que favorece a expressão de novos recursos e comportamentos ainda não considerados. Tal movimento se apoia no entendimento de que as pessoas desenvolvem suas histórias dentro de determinados contextos, que influenciam e limitam as ações daquilo que irá ocorrer. Quando o terapeuta

convida o cliente a imaginar possibilidades diversas das experimentadas até então, esse se vê frente a escolhas e outras ações, possibilitando o re-significar de histórias antes compreendidas como parte da identidade de quem a narra.

“O que acontecerá se não formos o número 1? O que perdermos e o que ganhamos ao não levarmos serviço pra casa? O que pode acontecer se você diminuir o ritmo de trabalho? O que o pessoal da sua casa vai achar?” são questões que convidam Antônio a se colocar em um lugar diferente do habitual, refletindo acerca das possíveis conseqüências de outras formas de agir. Apoiados no entendimento de que a linguagem nos constitui, ao imaginarmos a possibilidade de outras formas de agir no mundo, nos liberamos de linguagens e histórias que nos subjagam e nos causam sofrimento. Dessa forma, a mutabilidade na linguagem é útil, pois faz, das conversações, oportunidades para desenvolvermos novas linguagens, negociarmos novos significados em nossas crenças, sentimentos e comportamentos problemáticos, o que gera legitimidade para visões alternativas da realidade (Freedman & Combs, 1996).

As questões desenvolvidas nesse parágrafo utilizam o tempo verbal no futuro do subjuntivo (O que pode acontecer se você diminuir o ritmo de trabalho?). Dessa forma, o foco no futuro, a partir das condicionalidades das ações, aponta para novos rumos, que surgirão *se* novas atitudes forem tomadas.

Ao início do parágrafo, é apresentado um resumo das dificuldades de Antônio, que são legitimadas pela terapeuta (“Fiquei pensando o quanto deve ser difícil se doar tanto em um lugar e sentir que não tem muito a oferecer depois”). Tal legitimidade se soma ao entendimento de que Antônio tem despendido muita energia em determinados contextos de sua vida, sentindo-se cansado depois. O cuidado para a construção dessa história como uma história mutável pode ser percebido na descrição da tristeza e no cansaço que “aparecem”, após um dia de dificuldades. Assim, tais descrições não fazem parte de Antônio, mas

aparecem ao final de um dia de dificuldades, o que é ressaltado a partir do processo de externalização do problema. O que o “atormenta” é descrito como consequência da maneira como ele age durante o dia, abrindo espaço para questionamentos e reflexões a respeito de uma possível nova maneira de agir.

“Como equilibrar isso?” convida à idéia de que Antonio deve buscar uma forma certa de agir, convidando-o a refletir sobre como pode alterar seu comportamento de modo que esse lhe cause menos sofrimento. Tal questionamento apóia-se nas perguntas que imaginam possibilidades, que são sempre relativas a eventos hipotéticos, mas podem ser muito importantes para construir vidas atuais.

O último bloco de perguntas chama a atenção para as mudanças que ocorreram na vida de Antônio, antes sempre muito acelerado, mas que no presente encontra nesse modo de agir a causa de seu sofrimento (“Você disse que sempre foi muito acelerado, mas que isso agora está te atrapalhando”). Abre-se espaço para possibilidades dialógicas de produção e negociação de sentidos do problema e de si, auxiliando-o na reflexão sobre novas maneiras de viver, de compreender e dar sentido ao mundo e a si mesmo.

7.11. Contextualizando o problema e creditando influência ambiental: Parágrafo da 2ª sessão relativo à Joana e Lívia

Joana, você nos contou um pouco sobre o porquê buscou ajuda psicológica. Disse das dificuldades que tem enfrentado nos cuidados diários com sua mãe. Lívia, assim como Joana, você também nos contou da relação com sua mãe. Pensar em vocês duas, me fez refletir sobre como a sociedade ensina que devem ser as relações mãe-filha. E, pensando nisso, como vocês duas acreditam que essas expectativas sociais influenciam as suas expectativas pessoais?

De acordo com Freeman et al. (1997), é importante voltarmos o olhar para o contexto social em que os problemas ocorrem, para que não assumamos de forma ingênua um problema ou dilema com base no indivíduo, ou em sua família, quando outros fatores também são relevantes. Freedman e Combs (1996) reiteram essa questão, chamando a atenção que devemos tanto observar o quanto as histórias culturais influenciam nossas interpretações das experiências diárias quanto nossas ações são influenciadas pelas histórias que circulam na sociedade. Nesse contexto, o terapeuta tem como papel fomentar essas conversações, convidando o cliente a uma revisão de seus relacionamentos com os efeitos dessas questões socioculturais. Nesse parágrafo, observamos a postura colaborativa da terapeuta (Anderson & Goolishian, 1998), na qual, em um esforço de compreender e explorar as questões trazidas por Joana e Lívia, ela as convida a uma exploração mútua. Importante salientar que o foco da conversação gerada não é a mudança em si, mas essa ocorre como consequência do diálogo.

Nesse trecho, são utilizadas duas estratégias que permitem: 1. Contextualizar o problema (presente na desconstrução do self subjugado), e 2. Creditar influência ambiental (presente na internalização do agenciamento pessoal). A junção tem o propósito de apresentar a contextualização do problema como uma questão social (“como a sociedade ensina que devem ser as relações mãe-filha), trazendo ainda para o âmbito do “eu” e do que é entendido como “identidade”; discursos mais amplos que nos influenciam em nosso jeito de ser e agir (“como vocês duas acreditam que essas expectativas sociais influenciam suas expectativas pessoais?”).

Percebo que essas duas categorias se complementam por direcionarem a conversa para contextos mais gerais, com discussões mais condizentes com narrativas múltiplas e fluidas. Nesse contexto, são apontados o peso e a força que as crenças e os valores adquirem ao serem legitimados como verdades locais. Ao oportunizar uma reflexão nesse campo, as pessoas ficam possibilitadas de indagar e compreender as práticas discursivas que as rodeiam, assim

como se tornam mais atentas à construção de significados e às escolhas dos caminhos que vão sendo tomados. Dessa forma, oferecem-se possibilidades para novas considerações.

Ao trazer a problemática para o contexto macro, contudo, a questão apresentada deixa de ser circunscrita às pessoas e alcança âmbitos mais amplos, o que promove uma ‘despatologização’ (Chen et al., 1998, p.406) do indivíduo, que começa a perceber que muitas de suas crenças e comportamentos originam-se de um aprendizado cultural.

A pergunta “E, pensando nisso, como vocês duas acreditam que essas expectativas sociais influenciam as suas expectativas pessoais?” sustenta-se no fato de vivermos em uma sociedade que supervaloriza a mãe, criando uma imagem de um ser puro, possuidor de um amor altruísta, que pode levar os indivíduos a desenvolverem expectativas de cuidado com essa mãe. As pessoas esperam que as mães sejam cuidadas como seres santificados e dignos de todo o afeto. Tal questão vai sendo desmistificada pela terapeuta, ao refletir junto às clientes a respeito da origem desses entendimentos e do quanto eles influenciam o nosso dia-a-dia. Dessa forma, pensar o social seria pensar no que, e para quem, é útil. Tal discussão fomenta algumas perguntas: Essas crenças sempre existiram ou foram produzidas e aprendidas? Existem vários tipos de mãe ou todas as mães são de uma só forma? Que tipo de filho a sociedade quer que eu seja, e que tipo de filho eu sou?

O que pretendo discutir são as idéias e ideais que sustentam os comportamentos, e como a formação de estereótipos induzem as pessoas a determinados jeitos de agir. Quando esses comportamentos causam frustração, ou ainda, quando não são realizados, podem causar sentimento de culpa e sofrimento. Geralmente, essas questões são tomadas como verdades e por isso tais conversas são importantes, a fim de promover um confronto entre a filha real x a filha ideal, a mãe real x a mãe ideal. Discute-se uma questão que é entendida pela maioria como uma verdade absoluta e inquestionável. Assim, muitas vezes sofremos, creditando nossa frustração e dificuldade a questões individuais.

Nesse trecho, foram exploradas as questões sócio-culturais que poderiam estar moldando os discursos a respeito de mãe, voltando-se assim para o cuidado com o paciente. Porém, os autores Freeman et al. (1997) ressaltam a importância de nos atentarmos para tais contextos em nossas práticas como terapeutas, apontando que raramente nos damos conta de como as nossas narrativas profissionais são moldadas por vieses e estereótipos sócio-culturais, e de como esses nos encorajam a tomar particulares pontos de vista, selecionar alguns fatos como importantes e oferecer a algumas experiências determinados significados, ao invés de outros. Considerar essa questão em nossa prática possibilita que nós sejamos críticos e possamos ressignificar algumas de nossas atuações. Eles ressaltam ainda que “nosso objetivo colaborativo é expor os dilemas que nos silenciam e nos separam” (p.56).

7.12. Legitimando sentimentos: Parágrafo da 5ª sessão referente à Mariana.

Em nossa última sessão, iniciamos nossa conversa com um relato de Mariana, que nos contou das várias mudanças que vem ocorrendo em sua vida. Fiquei feliz, Mariana, por ouvir suas histórias e poder compartilhar com você suas conquistas, tais como acordar cedo, pegar ônibus sozinha, levar sua filha na escola e ter diminuído a medicação. Você ainda conta que está cuidando de sua família e que sente prazer em fazer isso. Diz que está se sentindo uma mulher de 31 anos, mais bonita, responsável pela casa e pela filha. E penso: “Nossa, quantas vitórias! Como está sendo para Mariana estar descobrindo tantas coisas novas? O que propiciou que Mariana iniciasse esse processo de mudança?” E fico curiosa: o que essas vitórias significam para você? O que essas mudanças dizem de você?

Anderson e Goolishian (1998) destacam que vivemos em um mundo de linguagem e, portanto, de sentido. Dessa forma, os problemas são criados a partir desse sistema lingüístico, emergindo quando este diminui nosso senso de agenciamento pessoal. A fim de atuar sobre

as histórias que sustentam o problema, o processo terapêutico se constrói dialogicamente, abrindo tanto a possibilidade para a exploração narrativa bem como para a dissolução das questões apresentadas. Nesse sentido, a mudança se caracteriza como uma “criação dialógica de uma nova narrativa e, portanto, a abertura de oportunidades para novos meios de ação” (p.37), o que facilita o surgimento de um novo senso de agenciamento e, conseqüentemente, o fortalecimento das narrativas preferíveis. Assim, cada descrição realizada contribui para uma perspectiva diferente de entendimento, e a narrativa vai ganhando poder. Reforçar esses aspectos trazidos por Mariana sustenta o desenvolvimento da história alternativa que se constrói.

Holma e Aaltonen (1997) apontam que o senso de agenciamento é diminuído quando as histórias do indivíduo encontram-se subjugadas, bloqueando o seu senso de ação competente. Dessa forma, essas histórias inviabilizam sua possibilidade de escolha e seu contexto de reflexividade é perdido. As autoras salientam ainda que

o senso de agenciamento é reforçado pela criação de múltiplas narrativas que diferenciam daquelas altamente dominantes, e assim demonstram a possibilidade de outras maneiras para criar significados, para narrar experiências. Dessa forma, o paciente é capaz de construir uma postura reflexiva para aquelas histórias e subscrever fragmentos de narrativas em construção em suas próprias práticas narrativas (p. 475).

Assim, o fazer uso da legitimação de sentimentos de Mariana resgata sua condição de agente. É um parágrafo que aponta um marco de mudança “Você ainda conta que está cuidando de sua família e que sente prazer em fazer isso. Diz que está se sentindo uma mulher de 31 anos, mais bonita, responsável pela casa e pela filha”, apontando os novos caminhos que Mariana está trilhando e reforçando em sua nova narrativa os significados que estão sendo atribuídos.

O parágrafo é construído com palavras de incentivo, tais como “mudança”, “conquista”, “vitórias”, o que contribui para a construção de uma narrativa progressiva, organizada coerentemente dentro de um processo no qual Mariana ‘mudou’ algumas atitudes, ‘conquistou’ territórios e experimentou as ‘vitórias’. Destacar esses recursos concretiza junto à Mariana os novos significados, atribuídos às suas experiências.

Utilizam-se, ainda, recursos citados pela cliente, o que valoriza suas próprias palavras. Com isso, a terapeuta possibilita que Mariana conte sua própria história, a partir de sua perspectiva, o que é visto por Goldberg (2000) como um ato de legitimação. Tal ato é ampliado na escrita da carta, já que passa a poder ser legitimado por outras pessoas. Legitimar tais sentimentos, enfatizando as mudanças narradas por Mariana, fortifica o processo de construção da nova história, destacando um relato que talvez não viesse a ser valorizado no momento da fala. Nesse sentido, são realçados os tópicos levantados por Mariana, no intuito de concretizar suas conquistas, tornando-as visíveis. Constrói-se o discurso do recurso ao exemplificar as vitórias de Mariana como “acordar cedo, pegar ônibus sozinha, levar sua filha na escola e ter diminuído a medicação”.

Rombach (2003) reforça que, ao ler na carta a respeito de seus recursos e forças, o cliente se coloca em um outro lugar, no qual ele fica hábil a validar seu conhecimento. Com isso, os relatos dominantes (White & Epston, 1990) vão abrindo espaço para outras histórias preferíveis. Ao construir perguntas que propiciam uma narrativa progressiva, com tantas vitórias e conquistas descritas, “Nossa, quantas vitórias! Como está sendo para Mariana estar descobrindo tantas coisas novas? O que propiciou que Mariana iniciasse esse processo de mudança?”, a terapeuta busca detalhar com Mariana o que desencadeou seu processo de mudança, investigando junto a ela recursos e possibilidades que a auxiliaram a experienciar essa nova vida. Buscar detalhes nas narrativas não apenas ajudam a tornar um evento vívido, como “oferecem às pessoas a oportunidade de relembrar aspectos de eventos que podem ter

“sido negligenciados ou esquecidos” (Freeman & Combs, 1996, p. 132). Os autores colocam ainda que a busca por detalhes amplia a intensidade da experiência, o que auxilia no processo de re-autoria do cliente.

Para Tomm (1988, p.2) “em geral, declarações provêm questões, posições ou visões, enquanto as perguntas chamam à tona questões, posições ou visões. Perguntas tendem a chamar por respostas e declarações tendem a provê-las”. A partir do relato construído por Mariana, e ressaltado pela terapeuta, algumas conclusões poderiam ser realizadas, o que finalizaria essa questão com o entendimento de que Mariana começou a escrever uma história de mudança e sucesso. Porém, a terapeuta dá prosseguimento à conversa: “E fico curiosa: o que essas vitórias significam para você? O que essas mudanças dizem de você?”, convidando a cliente a construir uma versão com recursos e potencialidades que seja ampliada, alcançando inclusive outras histórias de Mariana. Ao perguntar “o que essas mudanças dizem de você”, a terapeuta convida a cliente a tomar essas descrições como identidade, desestabilizando as narrativas fixas e gerando novas possibilidades que favoreçam configurações mais condizentes com a vida de Mariana. Grandesso (2000) destaca que

enquanto o discurso em si pode ser compreendido como um evento passageiro, os significados que transportam permanecem, garantindo um sentido de continuidade da existência e do self (p. 392).

8. Discutindo conceitos e questões

Essa pesquisa investigou e analisou o uso das cartas terapêuticas em psicoterapia de grupo da perspectiva do terapeuta, tendo como objetivo investigar seu processo de escrita. Durante os encontros grupais, foram redigidas 12 cartas, sendo 11 escritas pela terapeuta para os participantes do grupo e a última redigida pelos próprios participantes. Para a realização desse estudo, analisei todas as cartas escritas pelo terapeuta, tendo sido uma escolhida para uma investigação mais aprofundada dos princípios e procedimentos sugeridos por Chen et al. (1996). A análise empreendida valorizou os princípios e procedimentos sugeridos pelas autoras, ressaltando a utilização da linguagem na construção do documento terapêutico. Utilizando como referência os caminhos e procedimentos adotados, serão discutidos quatro tópicos nesse capítulo: 1) As contribuições e limitações percebidas no método de análise utilizado; 2) As questões éticas que norteiam o processo de escrita da carta, destacando os possíveis efeitos que estes acarretam; 3) As implicações da carta na prática clínica em relação à resolução do CFP (Resolução 001/2009); 4) As possibilidades futuras para pesquisa nesse campo.

8.1. Discussões acerca do método de análise utilizado

O processo de análise da redação das cartas entrelaçou-se ao processo de investigação das categorias, principalmente as sugeridas por Chen et al. (1998), Freedman e Combs (1996) e White (2007). Primou-se pelo uso das categorias desenvolvidas por Chen et al. (1998) por estas terem sido descritas de uma maneira prática, sistematizada e voltada para o atendimento grupal. Alguns aspectos do modelo proposto pelas autoras tiveram destaque benéfico durante o uso dessa metodologia, principalmente aqueles relativos à sistematização e fundamentação de análise. Em contrapartida, a simplificação na descrição das categorias e o reduzido foco no contexto grupal dificultaram parte do processo de análise.

Considerando que a perspectiva construcionista enfatiza o caráter processual e aberto das conversações terapêuticas, muitas vezes, a utilização de descrições sistemáticas e objetivistas é pouco privilegiada. As categorias descritas por Chen et al. (1998), baseadas em princípios específicos de linguagem, oferecem transparência, visibilidade e concretude ao processo de redação da carta, permitindo um olhar sistemático sobre o processo terapêutico, podendo ter o campo investigado e ampliado. Tais características podem servir não apenas como um apoio, mas como um guia para os interessados em escrever cartas.

Em relação à fundamentação da análise, as autoras fazem uso de várias perspectivas teóricas na construção das categorias, sistematizando conceitos das diferentes propostas terapêuticas, o que permite ter um campo amplo de literatura para fundamentar a análise. Entretanto, a simplificação das descrições pode dificultar esse processo, devido ao reduzido conteúdo relativo às diferentes perspectivas teóricas, bem como à desconsideração de diferenças entre elas, o que pode implicar em dúvidas e questionamentos por parte de quem as utiliza. Alguns procedimentos, tais como a ‘personificação do problema’, são referidos a outros autores, que não os precursores do uso do termo, enquanto alguns são citados sem referência de autoria anterior, tal como o ‘imaginar possibilidades’ e a ‘legitimação de sentimentos’. As autoras utilizam questões relativas à abordagem narrativa, colaborativa e reflexiva concomitantemente, sem chamar a atenção para a existência de diferenças entre essas abordagens, o que pode gerar confusão no processo de criação do documento terapêutico.

As autoras apresentam seu estudo como voltado para a prática grupal e, inclusive, apontam alguns benefícios das cartas terapêuticas tanto para os clientes quanto para os terapeutas. Em relação aos clientes, as autoras apontam que: a) ler o documento terapêutico entre as sessões permite que os clientes se distanciem para reflexão, além do imediatismo e intensidade da sessão; b) a nova linguagem de mudança também é útil como modelo, para

que os clientes a internalizem em suas futuras auto-narrações; c) como o documento terapêutico acentua os acontecimentos extraordinários e as competências dos clientes, mudanças amplas se tornam possíveis. Em relação aos benefícios para os terapeutas, as autoras citam: a) a transparência dos terapeutas com os clientes é aumentada; b) oferece aos terapeutas tempo para ponderar acerca dos processos do grupo fora das interações do aqui- agora da sessão; c) uma vez aprendido, o documento terapêutico pode ser facilmente implementado. Entretanto, tanto nesses benefícios apresentados quanto nos exemplos descritos no decorrer de seu estudo, a ênfase das autoras não se volta para a realidade grupal e suas especificidades, podendo ser utilizadas, inclusive, no modelo de atendimento individual.

Tal questão é tão relevante que tive, inclusive, que criar duas novas categorias para a análise, enfatizando especificamente sua construção para o contexto grupal ('fortalecendo a grupalidade' e 'revido o processo grupal'). Os autores Paré e Rombach (2003) e Rombach (2003) dão atenção em seus estudos para a forma como iniciam as cartas, detalhando a força e a sabedoria do cliente e elaborando, posteriormente, questões reflexivas que os auxiliem a entrar em territórios inexplorados. Nesse estudo, em razão de o uso das cartas se situar no contexto grupal, freqüentemente os primeiros parágrafos das cartas foram utilizados para construir e/ou reforçar a grupalidade entre os membros. Apesar de tal prática ser realizada durante as sessões, na linguagem escrita ela adquire força e legitimidade. O processo de rever o processo grupal engloba os recursos e a sabedorias dos clientes apontando como essa construção foi realizada no contexto do grupo. É um parágrafo que sintetiza os acontecimentos da sessão recortados pela terapeuta, o que oferece um senso de evolução para os participantes. Destaquei a presença desses dois parágrafos, como novas categorias utilizadas, por entender que o processo de construção do grupo, bem como o fechamento das sessões a partir do olhar da terapeuta, são de grande importância para a construção e evolução do processo psicoterápico como um todo. Assim, considero essas duas categorias tão

importantes quanto às descritas por Chen et al. (1998) para as cartas escritas no contexto grupal.

8.2. Questões éticas referentes à escrita da carta terapêutica na clínica

Algumas questões éticas norteiam a escrita da carta. Segundo Moules (2000), durante os 15 anos em que as cartas terapêuticas têm sido utilizadas na Unidade de Enfermagem Familiar (Family Nursing Unit), na Universidade de Calgary, com famílias que estão passando por experiência de doença e sofrimento, não ocorreu nenhum problema legal devido ao seu uso. Porém, ela salienta que questões éticas não podem ser igualadas a questões legais, já que, segundo a autora, “dilemas éticos são dilemas humanos (...) em um senso amplo; a ética nos guia para as relações com as contingências que habitam os códigos através dos quais nós trabalhamos” (p. 224). Refletir sobre tais questões perpassa pela forma com que os relacionamentos se constroem entre a terapeuta e seus clientes, e em como esses relacionamentos são construídos a partir do código de ética que rege nossa atuação. As questões éticas nos acompanham em nossas intervenções, oferecendo direcionamentos e constituindo o nosso fazer.

Considerando essas questões no campo das cartas terapêuticas, alguns pontos merecem ser problematizados, tais como o que diz respeito às informações que devem e/ou podem ser incluídas nas cartas. Moules (no prelo) destaca algumas questões referentes a esse assunto:

Nós enviamos cartas privadas para crianças menores de idade? Enviamos cartas para os pais em atendimento, mas não para os pais em custódia que não estão em atendimento? Enviamos cartas individuais para casais casados? Como podem as cartas ser jogadas fora em casos de casais que decidem se divorciar e poderiam assim se tornar documentos para a ação de divórcio? Quais éticas estão em jogo nas práticas de enviar cartas se referindo

às fontes? Vamos levar em consideração fatores culturais ou possíveis analfabetismos em nossa decisão de enviar cartas? (p.46).

A autora pontua que essas são questões difíceis de serem respondidas, sendo percebidas como “dilemas que são complicados e contingentes” (2000, p. 225). Consoante com esse campo ético, apresento, no capítulo 3 deste trabalho, sugestões apontadas por White (1995), referentes tanto ao processo de escrita quanto ao de entrega das cartas. Considerando tais dilemas, julgo o quanto esses cuidados éticos delineiam a redação da carta pelo terapeuta, bem como seu alcance aos clientes.

Assim como em nossos contatos com os clientes no *setting* terapêutico, a escrita da carta deve ser uma escrita cuidadosa e respeitosa em relação ao tema que está sendo tratado. Dessa forma, as cartas buscam os recursos e competências nas histórias e definições que os clientes constroem de si e do mundo que os rodeia, evitando conotações negativas que poderiam causar constrangimento, e não somariam ao processo de mudança.

Entretanto, no período inicial do processo de escrita, os profissionais envolvidos nessa tarefa podem achar trabalhoso e lento o processo de reflexão sobre maneiras de falar de determinado assunto sem relacioná-lo diretamente com o problema ou dilema levado pelo cliente. Contudo, percebo que esse exercício é primordial, não apenas para o registro clínico, mas em toda extensão de nossa atuação, já que busquei focar nos recursos e não nos déficits. Como qualquer exercício, o início é desafiante e, muitas vezes, necessita de pesquisas adicionais para sua resolução. Porém, com a prática, o processo de escrita vai se tornando reflexivo, ágil e valoroso de ser realizado.

Com tal discussão, saliento a ética como algo a ser cuidado no campo das relações, o que não difere da prática de redação das cartas: cada carta é única, escrita para um cliente (pessoa ou grupo) em particular, em determinado contexto, com a presença de um terapeuta em relação com os participantes do processo. Por ser um documento de intervenção, a carta

ganha um status nas sessões e, por isso, quaisquer dúvidas e dificuldades devem ser colocadas em pauta, e discutidas, tanto pelo terapeuta quanto pelo cliente. Refletindo acerca de quão cuidadoso o terapeuta deve ser a respeito da escrita da carta, fiz um paralelo desta com a nossa comunicação verbal: se temos que cuidar de nossas falas para além do consultório, de maneira a não expor nosso cliente, as cartas também o devem. Assim, a nossa voz são as nossas idéias, que estão sendo carregadas e guardadas por nossos clientes, seja em suas casas, ou em seus pensamentos. Como quero que as pessoas me ouçam? É importante perguntar, em meu processo de escrita, quais detalhes são para o cuidado e quais são para a exposição indevida do cliente. De que forma eu protejo, e de que forma eu me ausento. Com isso, ressalto que cuidados éticos perpassam pelo cuidado no relacionamento.

8.3. As cartas no contexto do registro documental obrigatório

Na prática clínica, o estudo das cartas traz inúmeras implicações. Seja em relação ao terapeuta, ao cliente ou à relação entre os dois, as cartas auxiliam, promovem e constroem uma prática clínica mais horizontal e participativa (Moules, 2003a). Davidson e Birmingham (2001) sintetizam algumas das vantagens das cartas terapêuticas na clínica, tais como: serem facilmente disponíveis e poderem atuar como lembretes instantâneos, poderem ser compartilhadas e discutidas com membros da família e com amigos, desenvolver idéias e sugestões levantadas na sessão, levantar questões que podem levar a novas perspectivas do problema, ser um método eficaz para os membros silenciosos da família se comunicar uns com os outros, permitirem a discussão racional sobre potenciais questões explosivas, mostrarem respeito e darem autoridade para o paciente por seu papel na carta, possibilitarem oportunidade para reflexão pelo paciente antes de se comunicar com outros membros de sua família, e ser o ponto de partida para futuros diálogos em casa. Os autores ainda apontam que as cartas auxiliam o terapeuta a refletir e integrar suas idéias, promovendo a abertura para o

planejamento, o que mantém o terapeuta todo o tempo respeitoso às informações comunicadas, encoraja a clareza das idéias por poder ser o único registro clínico mantido pelo terapeuta e compartilhado com o restante da equipe clínica.

Cientes das vantagens e dos benefícios acarretados pelo uso das cartas terapêuticas, buscaremos nesse tópico analisar a relação entre as cartas como documento clínico e a normatização do Conselho Federal de Psicologia (Resolução 001/2009) que dispõe sobre a obrigatoriedade do registro documental decorrente da prestação de serviços psicológicos.

O CFP ressalta a “necessidade de haver um registro de informações decorrentes da prestação de serviços psicológicos que possibilite a orientação e fiscalização sobre o serviço prestado e a responsabilidade técnica adotada” (para.2), afirmando “a necessidade de contemplar de forma sucinta a assistência prestada, a descrição e a evolução do processo e os procedimentos técnico-científicos adotados no exercício profissional” (para.3), bem como aponta que o

registro documental, além de valioso para o psicólogo e para quem recebe atendimento e, ainda, para as instituições envolvidas, é também instrumento útil à produção e ao acúmulo de conhecimento científico, à pesquisa, ao ensino, como meio de prova idônea para instruir processos disciplinares e à defesa legal (para.4).

Algumas questões relativas a esses parágrafos da Resolução podem ser discutidas a partir de idéias e conceitos já apresentados nesse trabalho. Entretanto, essas questões abrangem campos mais amplos, relativos ao entendimento de conhecimento e verdade, colocando as cartas terapêuticas em uma perspectiva diferente da epistemologia ressaltada pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP).

A norma do CFP atende a um conhecimento técnico-científico empiricista, no qual existe o entendimento de que o conhecimento pode ser ‘acumulado’, e existir como ‘prova idônea’. Calçado em um pensamento moderno, a busca por quem se apóia nesse preceito é por um

conhecimento fundamental, certo e seguro, de um mundo objetivo que existe independentemente de um sujeito cognoscente. Por se tratar de um conhecimento cumulativo, observável, verificável e universal, o discurso filosófico da modernidade é do tipo unívoco, apoiado em um valor de verdade e estabilidade (Grandesso, 2000, p.49).

Contrário a esse entendimento, o registro da carta terapêutica vem ao encontro de uma postura pós-moderna, na qual conceitos de validade e fidedignidade são deixados de lado. O objetivo da resolução do CFP insere-se na percepção de necessidade de ‘orientação e fiscalização sobre o serviço prestado e a responsabilidade técnica adotada’ (para.2), sendo normatizado, portanto, para ser um método de regulação e controle. Por outro lado, o objetivo das cartas terapêuticas encontra-se na construção de sentidos, por meio das interações dialógicas realizadas no contexto clínico. A busca não é calcada em verdades históricas, mas em verdades narrativas, que não são individuais, mas sociais. Dessa maneira, qualquer construção realizada nas cartas terapêuticas, ou em qualquer outro documento clínico, serão entendidas conforme ressaltado por Freedman e Combs (1996), como construções sociais úteis, não fazendo referência a fatos de uma realidade externa e preexistente. Para o CFP, a obrigatoriedade documental vem atender a uma “necessidade de contemplar de forma sucinta a assistência prestada, a descrição e a evolução do processo e os procedimentos técnico-científicos adotados no exercício profissional” (para.3). Ao ter acesso às cartas terapêuticas não se consegue visualizar de forma sucinta as intervenções do terapeuta e em como essas intervenções evoluíram. As cartas são o próprio instrumento interventivo, construídas a partir de ações já realizadas no momento da sessão ou que estão sendo realizadas durante a redação do documento clínico, não buscando atender a uma necessidade de descrição sobre os instrumentos utilizados durante a sessão, mas almejando ressaltar a evolução do paciente e convidando-o a desenvolver seu processo de re-autoria. Refletindo acerca dessa questão

técnica, as cartas como documento clínico seriam um convite a pensar nessas estruturas técnico-científicas como socialmente construídas, dentro de determinados contextos.

Ao longo dessa pesquisa, temos apresentado o quanto as cartas terapêuticas têm sido vistas como úteis e valiosas tanto para terapeutas quanto para as pessoas que a recebem. Aliado a essa questão, as instituições também se beneficiam da carta, por esta ser um importante relato clínico para outros profissionais (Vidgen & Williams, 2001). Tais relatos permitem a visualização do movimento de evolução do cliente, o que pode auxiliar na continuidade de seu atendimento. Entretanto, essa conclusão não pode ser entendida como em concordância com a norma do CFP, que afirma ser o registro documental valioso para o psicólogo, para o cliente e para as instituições envolvidas, por este estar sustentado em uma epistemologia moderna, na qual esse valor é encontrado no registro da verdade, da validade e da fidedignidade, produzindo e acumulando conhecimento. As cartas terapêuticas são importantes para o terapeuta, clientes e instituições por descreverem da evolução do processo, contar das construções co-colaborativas e ressaltar os momentos de mudança, não pretendendo atender a qualquer necessidade de ‘instruir processos disciplinares’ e servir como documento para ‘defesa legal’.

Outro ponto que podemos destacar nessa discussão diz respeito ao tempo utilizado pelo terapeuta para registrar as informações do atendimento psicológico prestado. Conforme apontado anteriormente, os autores Freeman et al. (1997) apontam que as cartas terapêuticas podem ser consideradas por alguns como “assustadoras e demoradas” (p.113). Porém, o registro documental como documento clínico apresenta inúmeros benefícios ao terapeuta, auxiliando-o inclusive a refletir sobre as questões suscitadas durante a sessão. Entendemos que a elaboração do registro clínico, que tenha como objetivo principal atender a uma norma fiscalizadora contribui para sua não realização da maneira como especificada, já que pode ser realizada de maneira mecânica e repetitiva. A carta terapêutica, apesar de ser útil como

documento clínico, não se propõe a cumprir um fim fiscalizador, mas busca atuar nas relações existentes entre terapeuta e cliente, promovendo uma possibilidade a mais de comunicação na clínica, o que implica em reflexão e criação particularizada para cada paciente.

Assim, por serem escritas de maneira respeitosa, de forma transparente e cuidadosa, em co-colaboração e concordância com o cliente ao qual a carta se refere, as cartas exercem um papel ético à medida que reconhece o crescimento do paciente, contando de sua evolução. Assim, elas não são calcadas em procedimentos administrativos, mas pautam-se na relação do terapeuta com o cliente e em como essa é construída e relatada. A verdade não está no terapeuta e no que ele relata como verdade idônea, mas na relação e em como ela constrói histórias.

A partir dessas considerações, as cartas terapêuticas colocam-se como documento significativo no processo terapêutico, porém em uma lógica que não satisfaz as preocupações presentes na Resolução do CFP. Como instrumento interventivo, as narrativas na carta adquirem um tom plural, múltiplo, de caráter local e contextual, no qual as concepções rígidas de singularidade e imutabilidade são suspensas, dando espaço para o novo, o desconhecido, um mundo de possibilidades e histórias a serem construídas, contadas e recontadas.

8.4. Possibilidades para pesquisas futuras

Essa pesquisa teve como foco o processo de escrita, baseando-se especificamente nos princípios e procedimentos que podem ser utilizados para a redação da carta terapêutica. Porém, outras questões permanecem, e podem ser consideradas para pesquisas futuras, tais como:

- 1) No âmbito do paciente: os princípios e procedimentos utilizados na carta são percebidos pelos clientes? Qual a influência, dessa percepção ou de sua ausência, no processo de mudança deles? Quais os sentidos dados à carta pelas pessoas que as recebem? Qual o impacto das cartas têm nos clientes que as recebem? Quais as dificuldades e os benefícios percebidos por eles?
- 2) No âmbito do terapeuta: como é o processo de escrita das cartas para os terapeutas? Em quais momentos eles as utilizam? Quais as dificuldades e os benefícios encontrados no uso desse instrumento? Como eles lidam com as questões éticas?
- 3) No âmbito da estrutura e conteúdo da carta: A estrutura das cartas, conforme apresentada neste estudo, é uma estrutura que facilita o acesso e o entendimento da mensagem que o terapeuta busca passar? Quais as possibilidades de outros estilos de escrita? Que tipo de perguntas, reflexões e apontamentos são importantes para estarem na carta? Qual a diferença de estrutura e conteúdo de cartas enviadas para grupos e cartas enviadas para indivíduos e instituições? Em que outros contextos de trabalho as cartas podem ser utilizadas? Com o avanço da tecnologia, como as cartas poderiam ser enviadas por e-mail? Quais os benefícios, limitações e cuidados éticos estariam relacionados a essa prática?

Essas são apenas algumas das perguntas que me acompanharam durante o processo de pesquisa. Como dito anteriormente, o interesse pelas cartas terapêuticas têm sido crescente, e na última década têm ocorrido pesquisas em vários campos. São poucos os estudos, contudo, relativos ao uso das cartas na prática grupal, bem como pesquisas que guiem os terapeutas a redigir cartas de forma sistemática e produtiva. Apesar de perceber o valor das cartas na prática psicoterápica, e a importância desse instrumento no cumprimento da obrigatoriedade do registro documental exigida pelo CFP, não encontrei estudos referentes às cartas terapêuticas no Brasil, o que gera maior necessidade de pesquisas futuras nesse campo,

principalmente em relação à forma de escrita e quanto às categorias que podem ser utilizadas para sua construção.

9. Referências Bibliográficas

Abels, P., & Abels, S.L. (2001). *Understanding narrative therapy: a guidebook for the social worker*. New York, NY: Springer.

Abreu, C.F. (2002). *Caio Fernando Abreu: Cartas*. In: Italo Moriconi (Org). Rio de Janeiro: Aeroplano.

Adichie, C. (1999). *O perigo de uma história única*. Recuperado em 12 de Julho, 2010, de <http://www.youtube.com/watch?v=O6mbjTEsD58>.

Andersen, T. (1998). *Reflexões sobre as reflexões com as famílias*. In: Mcnamee, S.; Gergen, K. (Orgs.). 1998. *A terapia como construção social* (pp. 69-85). Porto Alegre: Artes Médicas.

Andersen, T. (1999). *Processos Reflexivos*. Rio de Janeiro: Instituto NOOS / ITF.

Anderson, H. & Goolishian, H. (1998). *O cliente é o especialista: a abordagem terapêutica do não saber*. In: Mcnamee, S.; Gergen, K. (org). *A terapia como construção social* (Cap. 2, pp. 34-49). Porto Alegre: Artes Médicas.

Andrade, L.M. (2001). A escrita, uma evolução para a humanidade. *Revista Linguagem em (Dis)curso*, 1(1), jul./dez. Recuperado em 18 de Junho de 2009 de <http://www3.unisul.br/paginas/ensino/pos/linguagem/0101/12.htm>

Augusta-Scott, T. (2007). Letters from prison: re-authoring identity with men who have perpetrated sexual violence. In: Brown, C. & Augusta-Scott, T, *Narrative Therapy: making meaning, making lives* (Cap.13, pp.251-268). Sage publications.

Bacigalupe, G. (1996). Writing in therapy: a participatory approach. *Journal of family therapy*, 18, 361-373.

Baker, D.L., Eash, T., Schuette, J.L., & Uhlmann, W.R. (2002). Guidelines for writing letters to patients. *Journal of Genetic Counseling*, 11 (5), 399-418.

Bell, J.M., Moules, N.J. & Wright, L. (2009). Therapeutic letters and the family nursing unit: a legacy of advanced nursing practice. *Journal of Family Nursing*, 15 (1), 6-30.

Burr, V. (1995). What is social constructionism? In: Burr, V., *An introduction to social constructionism* (Cap.1, p.1-15). Londres: Routledge.

Bozic, N. (2004). Using letters to support consultative work in schools. *Educational Psychology in Practice*, 20 (4), 291-302.

Brouwers, M. (2001). Bulimia and the relationship with food: a letters-to-food technique. *Journal of Counseling & Development*, 73, 220-222.

Caldas, K. & Alves, F. (1949). *Velhas cartas de amor*. (Regravada por Tonico & Tinoco). Em Som da Terra, Vol. 2 (CD). Chantecler.

Cecchin, G. (1998). Construindo possibilidades terapêuticas. In: Mcnamee, S.; Gergen, K, *A terapia como construção social* (Cap. 6, pp. 106-116). Porto Alegre: Artes Médicas.

Chen, M., Noosbond, J. P. & Bruce, M. A. (1998). Therapeutic document in group counseling: an active change agent. *Journal of Counseling & Development*, 76, 404-411.

Cotta, A.G. (2006). Correspondência pessoal como fonte histórica e musicológica. *Cadernos do Colóquio*. Recuperado em 18 de Julho de 2008 de:
<http://www.seer.unirio.br/index.php/coloquio/article/view/132>

Couper, J. & Harari, E. (2004). Use of psychiatric consultation letter as a therapeutic tool. *Australasian Psychiatry*, 12 (4), 365-368.

Court, R.D. (1983). *A carta*. (Regravada por Carlos, E.). Em *Você me acende* (CD). RGE. (1966).

Cunha, A.C.O (2005). *Uma história de constituição de gênero discursivo em sala de aula: cartas*. Dissertação de Mestrado em Lingüística Aplicada. Universidade Estadual de Campinas, SP, Brasil.

Davidson, H. & Birmingham, C. L. (2001). Letter writing as a therapeutic tool. *Eating weight disord.* 6, 40-44.

Eastwood, C. (2006). *Cartas de Iwo Jima* (Filme-Vídeo). C. Eastwood, dir. Estados Unidos: Warner Bros. / Paramount Pictures, DVD, 140 min.

Epston, D.; White, M.; Murray, K. (1998). Proposta de uma terapia de re-autoria: revisão da vida de Rose e comentário. In: Mcnamee, S.; Gergen, K, *A terapia como construção social* (Cap. 7, pp. 117-139). Porto Alegre: Artes Médicas.

Erlingsson, C. (2009). Undergraduate nursing students writing therapeutic letters to families: an educational strategy. *Journal of Family Nursing*, 15 (1), 83-101.

Esterling, B.A.; L'Abate, L.; Murray, E.J. & Pennebaker, J.W. (1999). Empirical foundations for writing in prevention and psychotherapy: mental and physical health outcomes. *Clin.Psychol.Rev.* 19 (1), 79-96.

Etchison, M. & Kleist, D. (2000). Review of narrative therapy: research and utility. *The family journal: counseling and therapy for couples and families*, 8 (1), 61-66.

Ferrero, D. & Rocha, L. (2008). *Cartas pra você* (Gravada pelo grupo NX Zero). Em *Agora* (CD). Universal: Rimo.

Foucault, M. (1975). *Vigiar e Punir: nascimento da prisão* (36ª Ed). Petrópolis: Editora Vozes.

Foucault, M. (1993). *Microfísica do Poder* (11ª ed). Rio de Janeiro: Graal.

Fredman, J. & Combs, G. (1996). *Narrative therapy: the social construction of preferred realities*. New York: W. W. Norton.

Freeman, J.; Epston, D. & Labovits, D. (1997). *Playful approaches to serious problems: narrative therapy with children and their families*. New York: W.W. Norton.

Freeman, J., Epston, D. & Labovits, D. (2001). Elaborar um relato mediante cartas. In: Freeman, J., Epston, D. & Labovits, D., *Terapia narrativa para niños: aproximación a los conflictos familiares através del juego* (Cap. 6, pp.165-180). Barcelona: Paidós.

Gergen, K.J. (1985). The social constructionist movement in modern psychology. *American Psychologist*, 40, 266-275. Recuperado em 08 de Maio, 2009, de:

http://www.warhmore.edu/Documents/faculty/gergen/Social_Constructionist_Movement.pdf

Gergen, K.J. (1996) *Realidades y relaciones: Aproximaciones a la construcción social*. Espanha, Barcelona: Paidós.

Gergen, K.J. (1999). *An invitation to social construction*. Londres: Sage Publications.

Gergen, K.J. & Kaye, J. (1992). Além da narrativa na negociação do sentido terapêutico. In: Mcnamee, S.; Gergen, K, *A terapia como construção social* (Cap.11, pp. 201-222). Porto Alegre: Artes Médicas.

Gill, R. (2003). Análise de Discurso. In: M.W. Bauer & G. Gaskell (Ed), *Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som* (pp.244-270). Petrópolis: Vozes.

Goldberg, D. (2000). “Emplotment”: letter writing with troubled adolescents and their families. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 5, 63-76. Recuperado em 10 de Abril, 2008, de: <http://ccp.sagepub.com/cgi/content/abstract/5/1/63>

Grandesso, M. (2000). *Sobre a reconstrução do significado*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Grandesso, M. (2001). *Terapias pós-modernas: um panorama*. Trabalho apresentado no Congresso da IFTA, em Porto Alegre, Brasil, em novembro de 2001. Publicado na Revista Sistemas Familiares (Buenos Aires – Argentina). Recuperado em 07 de Setembro, 2009, de: <http://www.dialogosproductivos.net/upload/publications/04092009174412.pdf>

Holma, J. & Aaltonen, J. (1997). The sense of agency and the search for a narrative in acute psychosis. *Family Therapy*, 19 (4), 463-477.

Horsth, C. & Nando. (1990). Cartas (Gravada por Roupa Nova). Em *Acústico 2* (cd). Universal, Universal. (2007).

Hunt, C.; Shochet, I.; King, R. (2005). The use of e-mail in the therapy process. *Australian & New Zealand Journal of Family Therapy*, 26(1), 10-20. Recuperado em 10 de Abril, 2008, de: <http://www.anzjft.com/pages/articles/15.pdf>

Houston, J. (1970). *Carta ao Kremlin* (Filme-Vídeo) J., Huston, dir. 20th Century Fox Film Corporation, DVD, 120 min.

Kress, V.E.; Hoffman, R. & Thomas, A.M. (2008). Letters from the future: the use of therapeutic letter writing in counseling sexual abuse survivors. *Journal of Creativity in Mental Health*, 3 (2), 105-118.

Leite, L.P.V. (2008). *Do clássico ao contemporâneo: estratégias discursivas em textos de cartas do século XVI ao século XX*. Tese de Doutorado, Faculdade de Letras, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.

Lemos, R. (2004). *Bem traçadas linhas: a história do Brasil em cartas pessoais*. Rio de Janeiro: Bom texto.

Leoni (2002). *As cartas que eu não mando* (Gravada por Leoni). Em *Você sabe o que eu quero dizer* (cd).

Madigan, S. (2007). Anticipating hope within written and naming domains of despair. In: Flaskas, C.; McCarthy, I. & Sheehan, J., *Hope and despair in narrative and family therapy: adversity, forgiveness and reconciliation* (Cap. 8, pp. 174-183). Hove: Brunner-Routledge.

MacNamee, S. (*in press*). A pesquisa construcionista social.

Mandoki, L. (1999). *Uma carta de amor* (Filme-Vídeo). L. Mandoki, dir. EUA: DVD, 132 min.

- Moules, N.J. (2000). *Nursing on paper: the art and mystery of therapeutic letters in clinical work with families experiencing illness*. Tese de Doutorado, Faculty of Nursing, The University of Calgary, Alberta.
- Moules, N.J. (2002). Nursing on paper: Therapeutic letters in nursing practice. *Nursing Inquiry*, 9 (2), 104-113.
- Moules, N.J. (2003a). Therapy on paper: therapeutic letters and the tone of relationship. *Journal of Systemic Therapies*, 22(1), 33-49.
- Moules, N.J. (in press). *Therapeutic Letters in Nursing: the art and mystery of the written word for families experiencing illness and suffering*.
- Moules, N.J. (2009a). Therapeutic letters in nursing: examining the character and influence of the written word in clinical work with families experiencing illness. *Journal of Family Nursing*, 15 (1), 31-49.
- Moules, N.J. (2009b). The past and future of therapeutic letters: family suffering and healing words. *Journal of Family Nursing*, 15 (1), 102-111.
- Nugroho, G. (1994). *Carta para um anjo* (Filme-Vídeo). G. Nugroho, dir. Indonésia, DVD, 118 min.
- Nylund, D. & Thomas, J. (1994). The economics of narrative. *Psychotherapy Networker*, 1-5.
- Oliver, M.; Nelson, K. W.; Cade, R. & Cueva, C. (2007). Therapeutic letter writing from school counselors to students, parents and teachers. *The Professional School Counseling Journal*, 5(5),10-513. Recuperado em 10 de Abril, 2008, de http://findarticles.com/p/articles/mi_m0KOC/is_5_10/ai_n19328768?tag=rbxcra.2.a.4
- Omer, H. (1991). Writing a post-scriptum to a badly ended therapy. *Psychotherapy: Research, Practice, training*, 28 (3), 484-492.

Paré, D.A; Rombach, M.A.M. (2003). Therapeutic letters to young persons. In: Sori, C.F; Hecker, L, *The therapists' Notebook for children and adolescents*. Nova York: Haworth Press. Recuperado em 10 de Abril, 2008, de:

<http://www.glebeinstitute.com/writings/Therapeutic%20Letters.pdf>

Parry, A. & Doan, R. E. (1994). *Narrative therapy in the Postmodern World*. New York: Guilford.

Payne, M. (2006). *Narrative therapy: an introduction for counselors*. London: Sage.

Pierides, M. Writing to patients. *Psychiatric Bulletin*, 23, 385-386.

Potter, J. & Wetherell, M. (1987). How to do analyse discourse. In: Potter, J. & Wetherell, M., *Discourse and social psychology* (pp.158-175). London: Sage.

Pyle, N. R. (2004). *Letters about letters: client's written reflections on therapeutic letters*. Dissertação de Mestrado, Faculty of Education, Memorial University of Newfoundland, Canadá.

Pyle, N.R. (2006). Therapeutic letters in counseling practice: client and counselor experiences. *Canadian Journal of Counselling / Revue canadienne de counseling*, 40 (1), 17-31.

Pyle, N.R. (2009). Therapeutic letters as relationally responsive practice. *Journal of family nursing*, 15 (1), 65-82.

Radford, M. (1994). O carteiro e o poeta (Filme-Vídeo). M. Radford, dir. Bélgica/França/Itália: Disney Video, DVD, 108 min.

Rasera, E. F.; Japur, M. (2001). Contribuições do pensamento construcionista para o estudo da prática grupal. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 14(1), 201-209.

Rasera, E.F.; Japur, M. (2003). Grupo de apoio aberto para pessoas portadoras do HIV: a construção da homogeneidade. *Estudos de Psicologia*, 8, 55-62.

Rasera, E.F.; Japur, M. (2004). Desafios da aproximação do construcionismo social ao campo da psicoterapia. *Estudos de Psicologia*, 9 (3), 431-439.

Rasera, E.F.; Japur, M. (2005). Problema e mudança em terapia de grupo: descrições construcionistas sociais. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 21 (1), 33-41.

Rasera, E.F.; Japur, M. (2006). Sobre a preparação e a composição em terapia de grupo: desconstruções construcionistas sociais. *Psicologia: Reflexão & Crítica*, 19(1), 131-141.

Rasera, E.F.; Japur, M. (2007) *Grupo como construção social: aproximações entre construcionismo social e terapia de grupo*. São Paulo: Vetor.

Resolução CFP No 001/2009 (2009). Dispõe sobre a obrigatoriedade do registro documental decorrente da prestação de serviços psicológicos. Brasília, DF. Recuperado em 12 de Julho, 2010, de

http://www.pol.org.br/pol/export/sites/default/pol/legislacao/legislacaoDocumentos/resolucao_2009_01.pdf

Rombach, M.A. (2003). An invitation to therapeutic letter writing. *Journal of Systemic Therapies*, 22(1), 15-32.

Rodgers, N. (2009). Therapeutic letters: a challenge to conventional notions of boundary. *Journal of family nursing*, 15 (1), 50-64.

Rombach, M.A.M. (2003). An invitation to therapeutic letter writing. *Journal of systemic therapies*, 22 (1), 15-32.

Sabino, F. T. (2002). *Cartas na mesa. Aos meus parceiros meus amigos para sempre*. Rio de Janeiro: Record.

Salles, W. (1998). *Central do Brasil*. (Filme-Vídeo). W. Salles, dir. Brasil/França, DVD, 113 min.

Spink, M.J. (2004) Práticas discursivas e produções de sentido: a perspectiva da Psicologia Social. In: Spink, M.J. (org), *Práticas discursivas e produção de sentido no cotidiano* (pp.17-39). São Paulo: Cortez.

Thomas, P. (1998). Writing letters to patients. *Psychiatric Bulletin*, 22, 542-545.

Tomm, K. (1987a). Entrevista interventiva: parte I – Estrategizar como quarta orientação para o terapeuta. *Fam. Proc* 26, 3-13.

Tomm, K. (1987b). Interventive Interviewing: parte II – Reflexive questioning as a means to enable self-healing. *Fam. Proc.* 26, 167-183.

Tomm, K. (1988). Entrevista interventiva: parte III – Pretende fazer perguntas lineares, circulares, estratégias ou reflexivas? *Fam. Proc.* 27, 1-15.

Tomm, K. (1989). Externalizing the problem and internalizing personal agency. *Journal of strategic and systemic therapies*, 8 (1), 54-59.

Tubman, J.G., Montgomery, M.J., & Wagner, E.E. (2001). Letter writing as a tool to increase client motivation to change: application to an inpatient crisis unit. *Journal of Mental Health Counseling*, 23, 295-311.

Vianna, L.F. (2002). Cartas com endereço certo. Acessado em 20 de Maio de 2009, disponível em: <http://portalliteral.terra.com.br/artigos/cartas-com-endereco-certo>

Vidgen, A. & Williams, R. (2001). Letter-writing practices in a child and family service. *Journal of family therapy*, 2, 317-326.

West, J.D., Watts, R.E., Trepal, H.C., Wester, K.L., & Lewis, T.F. (2001). Opening space for client reflection: A postmodern consideration. *The Family Journal*, 9, 431-437.

White, M.; Epston, D. (1990). *Médios narrativos para fines terapêuticos*. Barcelona: Paidós.

White, M. (1995). *Re-authoring lives: Interviews and essays*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.

White, M. (2007). *Maps of narrative practice*. W.W. Norton & Company, New York.

White, V. E.; Murray, M.A. (2002). Passing notes: the use of therapeutic letter writing in counseling adolescents. *Journal of Mental Health Counseling*, 24(2), 166-176.

Wright, J.K. (2005). Writing therapy in brief workplace counselling. *Counselling and Psychotherapy Research*, 5 (2), 111-119.

Wright, J. & Cheung Chung, M. (2001). Mastery or mystery? Therapeutic writing: a review of the literature. *British Journal of Guidance and Counselling*, 29 (3), 277-291.

Yeung, F.K.C.; Cheng, S.F. & Chau, Y.Y. (2003). Uncle long legs'letter box; a letter counseling service for children in Hong Kong. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 20 (1), 37-51.

APÊNDICE A: Consentimento livre e informado

Eu, _____,
 aceito participar do estudo intitulado “O uso de cartas terapêuticas em terapia de grupo”,
 realizado por Ludoana Pousa Corrêa de Paiva Penha, com a colaboração de Gabriela Martins
 Silva e Livia Andrade dos Santos e sob a orientação do Prof. Dr. Emerson F. Rasera.

Declaro estar ciente que este estudo tem, como finalidade, investigar os sentidos das
 cartas terapêuticas presentes em conversas com participantes de grupos terapêuticos que
 utilizam este recurso. Minha aceitação significa que concordo em participar das sessões
 individuais e grupais, as quais serão gravadas.

Fui assegurado de que este trabalho será desenvolvido dentro de todas as condições
 éticas e técnicas conhecidas de modo a minimizar os riscos à minha saúde mental e que
 poderei me beneficiar dele, na dependência do meu envolvimento e dos demais participantes.
 Entre os possíveis benefícios deste trabalho está a possibilidade de compartilhar minhas
 questões, podendo minimizá-las de acordo com minhas participações no grupo.

Declaro também que:

- a) Fui esclarecido que como forma de me identificar frente ao grupo será utilizado nas
 cartas apenas a inicial do meu primeiro nome;
- b) Estou aceitando voluntariamente, e sem remuneração, a participação neste estudo, não
 tendo sofrido nenhuma forma de pressão para isso;
- c) Posso deixar de participar do estudo a qualquer momento, se eu desejar, sem que isso
 me cause qualquer prejuízo;
- d) Outras possibilidades de atendimento psicológico serão oferecidas na mesma
 instituição, a critério da psicóloga, em qualquer momento dos atendimentos grupais
 que eu venha a necessitar, bem como em caso de minha desistência na participação do
 referido estudo;
- e) Fui assegurada de que minhas informações serão utilizadas somente para fins de
 pesquisa, cujos resultados serão sempre divulgados de forma a não me identificar;
- f) Fui assegurada de que o áudio resultante das gravações dos grupos e das entrevistas
 serão apagados após a transcrição das mesmas, sendo que o material transcrito
 consistirá em um banco de dados para ser utilizado em futuras análises, garantindo,
 com a destruição dos áudios, que eu não seja identificado;
- g) Poderei entrar em contato com a pesquisadora Ludoana Pousa Corrêa de Paiva Penha
 (*) e com o PROF. EMERSON F. RASERA (*) para tratar de qualquer situação
 relacionada à minha participação neste estudo, caso eu julgue necessário.

Pesquisador: _____ Assinatura: _____

Participante: _____ Assinatura: _____

Uberlândia ____ de _____ de 2008.

* Pesquisadora: Ludoana Pousa Corrêa de Paiva – Instituto de Psicologia da UFU – Avenida Pará, 1720, bloco 2C, Fone: 3218-2701.

*Prof. Emerson Rasera – Instituto de Psicologia da UFU – Avenida Pará, 1720, bloco 2C, Fone: 3218-2235.

Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Uberlândia – Fone: 32394131

APÊNDICE B: Queridos membros do grupo,

A. iniciou a sessão nos dizendo que sentiu que estamos conseguindo nos expressar um pouco melhor como grupo, e que os sentimentos estão ficando mais claros. Segundo ele, muitas vezes maquiámos os problemas por um tempo, mas a partir da convivência com o grupo ele conseguiu mostrar seus problemas sem essa maquiagem. Essa foi uma fala muito importante para mim dentro do grupo: ele nos contou que confiou a nós suas histórias. Fiquei curiosa em saber como vocês ouviram essa fala de A. e em como vocês estão se sentindo como grupo.

A., outro momento de sua fala que pra mim mostrou-se importante foi podermos conhecer os medos que às vezes aparecem em sua vida. Gabriela, na equipe reflexiva, ressaltou o quanto achou essa uma atitude de coragem. Acredito que conhecermos esses medos faz-se essencial para podermos enfrentá-los. Por isso, valorizo a distinção que você fez desses diferentes tipos de medo: medos que te ajudam a se tornar cauteloso e medos que te atrapalham e paralisam. Como você acha que podemos fazer para diferenciar um medo do outro no momento em que eles aparecem? Nas situações em que o medo não foi de ajuda, como você o superou e não deixou que ele te paralisasse? Qual o primeiro passo que você deu?

L., fiquei contente pelas contribuições que você deu ao grupo. Você nos trouxe o enfrentamento de um medo seu, e em como você conseguiu lidar com isso dividindo suas preocupações com sua esposa. E então me lembrei de você nos contar do seu lado que fica pensando sozinho nas preocupações. Pensando nessas duas coisas, isso me fez refletir: Como você se sentiu dividindo com sua esposa uma preocupação? Será que você poderia dividir outras preocupações com outras pessoas? Como seria isso? Como isso poderia ser de ajuda?

Li., como achei bonita a sua participação. Você se conectou com a história das demais pessoas e nos deu um exemplo de como uma pessoa próxima a você que se vê envelhecendo está tendo que mudar algumas atividades, e de como todos nós vamos tendo que nos adaptar a novos jeitos de viver. Sempre te percebo muito forte e confiante em dias melhores. E fico curiosa em saber: como essa força e confiança têm te ajudado a lidar com aquelas assombrações que teimavam em ter perseguir?

C. você também concordou com o que a Li. falou, contando que também percebe mudanças em você, tais como estar mais calma e relaxada. Para você, como é se sentir mais calma e relaxada? Como se deu essa mudança? O que mudou no seu dia-a-dia ao você estar mais calma e relaxada? Em que momentos você consegue estar assim? Eu gostaria muito de te escutar um pouco mais no decorrer da sessão. Como você acha que podemos fazer isso? O que depende de mim, o que depende de você e o que depende do grupo para que isso aconteça?

H., você dividiu conosco alguns medos que já apareceram e que você conseguiu enfrentá-los chutando o balde do medo. Achei essa uma história de superação, que só pode vir de uma mulher determinada e de coragem. Você disse que se não fizesse isso, ninguém faria por você. E agora, H., o que mais você gostaria de fazer por você? Como convidar aquela coragem e determinação para te ajudar nessas novas histórias e com os velhos baldes que te trouxeram à terapia?

J. assim como dito para a C., também fico curiosa em escutar suas histórias. Como podemos fazer isso? Nessa sessão, você nos disse que muitas vezes devemos aceitar as coisas que acontecem com a gente. Como isso se encaixa em sua vida, J.? Que coisas você deve aceitar? Que coisas você não deve aceitar e deveria chutar, assim como o balde do medo do A. e da H.? Do que você precisa para poder aceitar? Do que você precisa para poder chutar essas coisas, J.?

E. achei bonito você dividir conosco sua pressa em ir embora e a ansiedade que estava te acompanhando durante todo o grupo. Fiquei feliz por você ter vindo e ficado, mesmo tendo tantas coisas lá fora te esperando. Isso possibilitou que a gente pudesse sentir o seu compromisso com o grupo. Fiquei emocionada ao você nos contar que tem uma história de vitórias, “desde o ventre”. Imaginando que a gente se encontre daqui a um tempo, para que você me conte sobre como essas histórias de hoje se desenrolaram, que coisas você esperaria me contar? Como você planeja terminar esse capítulo da sua história, E.? O que precisará acontecer para o que você imagina e deseja acontecer?

Fiquei comovida com essa sessão e com as histórias que escutei de cada um de vocês. Mais uma vez, percebi o grupo se empenhando em ajudar uns aos outros e buscando se ajudar, relatando com sinceridade os medos que os acompanham e os baldes a serem chutados. Essas falas foram mescladas com histórias de superação e conquistas. Isso me deu uma sensação de que juntos podemos construir novas histórias, enfrentar os medos e chutar novos baldes. Senti muito a falta de R. e M. Fico na expectativa do nosso próximo encontro.

1 **APÊNDICE C – TRANSCRIÇÃO 9ª SESSÃO**

2

3 Sessão 09 – 30/10/2008

4 Terapeuta: Ludoana

5 Equipe Reflexiva: Gabriela.

6 Participantes presentes: Joana, Antonio, Lucas, Ligia, Renata, Elisa e Cibele.

7 Participantes ausentes: Rogério e Mariana.

8 Ludo: Hoje vocês querem ficar mais juntinho?!

9 Lígia: É hoje estamos com frio.

10 *(Risos)*

11 Ludo: Vou pegar a carta da última sessão. Depois, no final da sessão, a gente vê que cartas
12 que estão faltando pra quem, tá? Eu tenho aqui na minha relação. O Rogério ligou. Ele já
13 tinha falado que às vezes ele teria um compromisso quinta-feira, e aí ele não vai poder vir. É
14 um dia diferente né, que a gente marcou.

15 Ludo: Lucas, a gente na sessão retrasada...

16 Lucas: ãhn...

17 Ludoana: a Cibele me perguntou né, se ela poderia receber as cartas de quando ela não viesse.
18 Aí a gente combinou que vai receber. Então, depois eu te dou as cartas das sessões que você
19 não veio.

20 Lucas: Humhum

21 Ludo: Vamos lá então:

22 Queridos membros do grupo,

23 As conversas dessa sessão me deixaram bem pensativa. Fiquei pensando em como estamos
24 construindo nossos diálogos, como conectamos nossas histórias com as das outras pessoas e
25 de que forma podemos ajudar aos outros e à nós mesmos. Percebo que com o decorrer do
26 grupo fomos construindo um jeito de ser e de estarmos juntos, mas nessa sessão funcionamos
27 um pouco diferente do que nas demais sessões... Como vocês se sentiram? Como vocês se
28 sentem escutando as histórias de outras pessoas? Essas outras histórias ajudam vocês em suas
29 questões? Quando elas são de ajuda? Quando elas não são de ajuda? O que podemos fazer
30 quando as conversas não estão sendo de ajudas?

31 Mariana, você nos disse que está percebendo mudanças em você, e as percebe por pequenas
32 coisas do seu dia-a-dia, tal como conseguir levar a sua filha para a escola, mesmo chorando, e
33 conseguir cumprir seu compromisso. Vejo como você cresce a cada dia, como a sementinha

34 que você disse ter plantado. Fico feliz por suas conquistas e por você compartilhar conosco
35 seus planos futuros. Fico pensando em como o grupo ainda pode te ajudar a fortalecer essa
36 nova história e essa nova Mariana que está surgindo.

37 Renata, fiquei tocada pelas coisas que você disse. Elisa dividiu com você a história dela,
38 contando que também já estive com uma dor parecida com a sua. Como você se sente
39 sabendo que outra pessoa já passou por isso? Fiquei observando você nos contar sua história e
40 fiquei curiosa: Por que você nos conta coisas tão difíceis com um sorriso no rosto? O que
41 significa para você sentir ciúme do seu marido? Esse é um sentimento que te causa
42 sofrimento? O que teria que acontecer para que esse sentimento se afastasse? Que mudanças
43 devem ocorrer? O que depende de você para propiciar essas mudanças? O que depende do seu
44 marido? Como será seu casamento quando isso ocorrer?

45 Elisa, fiquei te ouvindo contar de uma semana que teve um dia difícil, de algumas coisas ruins
46 que aquela Elisa insegura trouxe para você. Fico muito mobilizada por suas histórias, pela sua
47 superação e pela força que essa nova Elisa te traz. Mas reconheço esses momentos difíceis
48 que você conta, muito comovida. Fico mais comovida por ouvir a sua força em mandar a
49 Elisa insegura embora. Acredito que isso demanda maturidade e esforço. E fico curiosa em
50 saber, que coisas a Elisa segura e forte disse para que a Elisa insegura fosse embora? Como
51 foi isso? Você já teve essa mesma força em outros momentos? Quando?

52 Antônio, você nos contou algumas coisas de sua vida que às vezes o incomodam, tais como
53 quando um filho ajuda financeiramente em casa, e o fato do sofrimento estar presente pela
54 dificuldade que você sente em trabalhar. Pensando nessas histórias, fiquei imaginando se isso
55 teria a ver com o que a nossa sociedade espera de um homem, de um bom pai e bom marido.
56 Você acha que isso influencia o jeito que você se sente?

57 Rogério, você esteve presente em várias das discussões do grupo. Mas fico pensando em
58 como posso te convidar a participar mais das conversas, de forma a se colocar diante dessas
59 questões. Acredito que quando a gente se coloca para o outro, misturamos nossa visão de
60 mundo e a nossa história, o que é uma oportunidade pra nós, como grupo, te ajudarmos
61 também em suas questões. Como é isso para você? Cibele, conversamos um pouco sobre o
62 desejo de ter um controle em coisas que muitas vezes se mostram incontroláveis. Quando
63 você nos contou a história das mangas e disse não querer ter ficado brava com uma coisa
64 ruim, eu fiquei pensando: Por que você quer tanto se controlar? O que acontece nos
65 momentos em que você não se controla? O que você pensa de uma pessoa que em um
66 momento de muita raiva mostra essa raiva? Se descontrolar em alguns momentos significa
67 que você é descontrolada?

68 Fiquei pensando em quando o Antônio disse que queria “chutar o balde”, se referindo a se
69 permitir “deixar as coisas rolarem”. Fico pensando: quem nos diz o que é permitido ou não? O
70 que fazemos com o que as pessoas nos dizem e que não concordamos? É possível estar bem
71 com as pessoas fazendo o que desejamos fazer? Senti falta de Lucas, Joana e Lígia. Espero
72 podermos estar juntos em nosso próximo encontro.

73 Ludoana Paiva – 8ª sessão – 21/10/2008

74 Cibele: Muitas perguntas...

75 Renata: A Mariana também não ligou?

76 Ludo: Não, não ligou.

77 Antônio: A última, a penúltima, a última, né, sessão, fritou muito, né? As coisas...ficou assim,
78 mais à mostra, né

79 Ludo: Como assim, Antônio?

80 Joana: Posso ficar com ela? (se referindo à carta)

81 Ludo: Pode.

82 Cibele: Qual que foi sua impressão?

83 Antônio: Bom, eu acho que o pessoal tá mais, todo mundo tava mais sensível né. Então,
84 acabou...sendo mais, escutou mais o problema de um de outro mesmo; sentimento mais claro
85 né, não é aquela história contada, mas um sentimento né, que tava se expressando. Até eu
86 mesmo posso dizer que isso tá sendo um pouco melhor, e, e...o que eu passo, o que eu to
87 sofrendo, e...meu sofrimento mental e tudo mais...

88 Ludo: Antônio, o quê que aconteceu no grupo que te ajudou? O que você acha que...foi
89 diferente na sessão passada?

90 Antônio: Não, eu acho que na medida dos dias, todas as pessoas tá colocando assim,
91 realmente, aquilo que sofre, né. Na verdade, acho que quase todo mundo faz isso. Você dá
92 uma maquiada nos seus problemas, seus sentimentos e precisa de um tempo pra colocar isso
93 de verdade. Eu acho que na maioria do grupo, naquela sessão, na última sessão, tinha gente de
94 verdade, bem próximo dessa realidade né, que não é verdade, é uma, é uma realidade.

95 Ludo: Humhum... E como que foi pra você colocar aqui pro grupo as suas questões?

96 Antônio: Não, foi bom. Eu acho que foi um desabafo. É... eu tenho que estar pronto pra
97 resolver meus problemas, mas foi um desabafo. E foi também colocado que a gente entende
98 que tá todo mundo com problema, né? Problemas simples. Às vezes alguns problemas são
99 simples, e aí a gente vai valorizando muito, potencializando muito esse, essas causas, que nos
100 atinge, principalmente a mim que, que como se diz, fazer tempestade num copo d'água né, ou
101 ter medo que, no caso, eu tenho um pouco de medo...

102 Ludo: Medo de quê, Antônio?

103 Antônio: Ah... eu... sei lá. Tenho medo de não dar conta de tocar a vida né.

104 Ludo: Medo de não dar conta?

105 Antônio: É...

106 Ludo: O quê que é tocar a vida?

107 Antonio: Ah... Tocar a vida é simples. É trabalhar, organizar a família, tomar conta dos filhos,
108 da esposa, ultimamente ela que toma conta de mim, é o contrário.

109 Ludo: Por quê que a sua esposa toma conta? Eu fico curiosa com isso “tenho medo de não
110 conseguir tocar a vida”. Tocar a vida é dar conta de cuidar da esposa e dos filhos. E aí ele
111 conta que percebe que são os filhos e a esposa que cuidam dele.... Aí eu fico pensando, de que
112 cuidado que a gente ta falando...

113 Antônio: Não... Se eu tô aqui hoje, somente, é..., 50% meu e talvez um pouquinho mais de
114 50% dela. Em, em fazer... cuidar de mim. Medicação... eu tô igual menino né. Ela que me dá
115 medicação, faz as coisas, faz meus horários, faz eu querer chegar mais tarde no trabalho o dia
116 que eu não tô bem...

117 Ludo: Isso é o que ela faz por você, né. E o que você faz por ela?

118 Antônio: Ah... O quê que eu faço por ela? Eu... sei lá. Eu não sei como expressar o que eu
119 faço por ela. Mas a gente se dá muito bem, sempre dou muito carinho, dou muito apoio. Acho
120 que qualquer sentimento que ela vai ter, eu tô antecipando né; até pelos meus defeitos que eu
121 tenho, alguma coisa que começa incomodá-la, eu já to antecipando o problema, resolvendo.
122 Isso, até hoje ela puxa a minha orelha por causa disso. Eu passei a vida inteira resolvendo os
123 problemas que eu podia ter deixado que ela resolvesse, os meninos resolvesse...

124 Ludo: Teve uma sessão, Antônio, há um tempão atrás, que a gente convidou a sua esposa para
125 vir aqui conversar né. Eu falei: “ah... o quê que ia falar do Antônio?”, aí você falou assim...,
126 se eu tiver errada, você me corrige, tá? Que esse Antônio era quase perfeito, se não fosse pelo
127 ciúme dele. E eu entendo que um homem quase perfeito, é um homem que ajuda muito, é um
128 homem que está presente...ou não?

129 Antônio: É.

130 Ludo: E aí eu fico pensando... Será que o Antônio acha que por ele não estar trabalhando do
131 jeito que ele acha que ele devia trabalhar, ele deixa de lado toda a parte boa que ele faz com a
132 família dele, como se... se anulasse a parte boa?

133 Antônio: Ah! Com certeza! Mas eu não vivo ela intensamente como eu devia viver. Não
134 consigo. É diferente. Não que eu não queira viver assim, esses momentos, né.

135 Ludo: Então gente... O quê que a gente pode pensar de um homem que não trabalha todo o
136 tempo? O que a sociedade pensa de um homem que não trabalha todo o tempo, mas que cuida
137 da família, dá apoio pra mulher, cuida dos filhos. O que vocês acham que as pessoas vão
138 pensar?

139 Antônio: Eu não sei, eu acho que eu sou...eu acho que eu sou meio, eu acho não, eu tenho
140 certeza, que eu sou bastante conservador. Eu acho que até da minha geração, por exemplo, o
141 responsável pela manutenção da casa, das despesas, essas coisas, é o homem. Então, deve ter
142 sido um ponto de vista nos dias de hoje totalmente antigo, né. E se esse homem tá perdendo
143 essa... Essa força, essa capacidade de fazer isso, naturalmente ele perde, eu, eu acho, a minha
144 esposa nunca acha isso, eu acho que eu tô desvalorizado, enquanto homem, como eu fui a
145 vida toda, de (tantos) anos de casados. Isso me incomoda, me sinto desvalorizado.

146 Ludo: Você busca ser um homem perfeito?

147 Antônio: Mais ou menos, não perfeito, porque defeitinho a gente tem alguns

148 Ludo: E pra vocês? Como vocês escutam o Antônio?

149 Ligia: Tem uma coisa que eu queria falar pra ele essa semana, quem ama cuida, ela cuida do
150 que ela ama, né? Pra ela não interessa se ele trabalhá, se tem que trabalhar, ela quer cuidar
151 dele porque ela ama ele.

152 Elisa: Mas eu acho que ela tá torcendo pra ver ele bem de saúde e feliz né?

153 Ligia: É

154 Elisa: Porque se num passe de mágica, assim de repente, o Antônio entender, que ser cuidado
155 é tão bom, né? E aí, ser cuidado por um tempo, deixasse o filho dele cuidar, a mulher cuidar, é
156 só, é temporário até...né?

157 Lígia: Isso é uma espécie de um mimo né? Você não é manhoso não?

158 Antônio: Hem?

159 Lígia: Ser manhoso. Você não tem, você podia ser manhoso, meu marido é manhoso. Eu olho
160 pra ele e já 'ai bem, tá doendo a minha perna' eu olho de novo 'ai, minha outra perna'. Ele vai
161 dormir e fica gemendo porque quer massagem nas perna dele. O problema dele é as perna.

162 Antônio: Não, eu sou mais teimoso do que manhoso. Eu ainda faço coisa que não devia fazer,
163 né? Isso que...eu acho que manhoso não.

164 Joana: Ih, um mimo é tão bom, esses dias fui coberta de mimo, achei tão bom (risos).

165 Ligia: È ótimo

166 (silêncio)

167 Ludo: Lucas e o que você pensa?

168 Lucas: Eu tô vendo, igual aqui, o Antônio comentando, e ela colocou 'será que você é
169 manhoso' e eu acho que o Antonio não é manhoso...

170 Ligia: Não é não!

171 Lucas: Parece que a esposa dele na verdade só falta adivinhar o que ele quer, é mais ou menos
172 isso Antônio?

173 Antônio: È mais ou menos isso.

174 Ligia: Acho que ela queria um pouquinho de denço também.

175 Lucas: E essa colocação do Antônio, que é um homem muito conservador e hoje na verdade
176 os preceitos não dá muito. Antônio, igual no caso hoje, esse negócio da mulher trabalhar é
177 uma coisa muito natural, mas cê, cê se cobra exatamente pelo fato de você ser uma pessoa
178 muito conservadora entendeu? Você fica automaticamente se cobrando muito entendeu? Tudo
179 junto, mudou hoje mudou muito, Antônio, vamos mudar isso, esse instinto seu de ser um
180 homem conservador...automaticamente cê acaba, igual, sofrendo isso, muito simples, igual
181 pra gente, a gente fala: vão mudar. É fácil pra gente falar, eu sei que pra você, um pouco
182 difícil né parece? Mas assim, hoje igual você é... Mas assim, igual a Ludoana colocou como
183 será ver um homem que na verdade é assim, um homem produtivo, o Antônio não seria um
184 homem produtivo, um homem que produziu muito e devido a essa indefinição que é o que,
185 que é o que ele tá passando, ele tá passando, esse pessoal lá não resolve sua vida, né,
186 Antônio? Ou te aposenta, ou não te aposenta, é aquela indefinição. É um momento que parece
187 que não tem nada definido?

188 Antônio: Não

189 Lucas: Aí fica naquela ansiedade que acaba automaticamente atrapalhando ele demais da
190 conta. (...)

191 *Falam, ao mesmo tempo, todos.*

192 Ludo: Então, o que eu fico pensando é assim o Antônio trabalha e por que será que mesmo
193 assim ele acha que ainda faz pouco.

194 Lucas: Mas, é por que ele sempre foi uma pessoa que sempre fez muito né?

195 Ludo: Hum

196 Lucas: Pelo fato de hoje, acho que tá se cobrando e fazendo um pouco menos, ele fica sempre
197 se cobrando pra tá fazendo pode fazer mais, pode fazer mais, agora como se diz: tem que
198 deixar os fi, os filhos fazer um pouquinho também, igual você fala que os meninos já te ajuda,
199 entendeu? E automaticamente você é muito conservador, acaba te fazendo, entendeu, mal?
200 Mas quando na verdade eles se sentem bem também em poder ajudar, né Ludoana?

201 Ludo: humhum.

202 Lucas: Deixa eles ajudarem também, podendo ajudar, vamo ajudar todo mundo, uni todo
203 mundo e vamu....

204 Cibele: É, pegar aquela fala da Elisa da sessão passada

205 Ludo: Hum?

206 Cibele: A questão de se cobrar né? É, é o caso que, que...ta se passando com você, Antônio.

207 Antônio: Com certeza

208 Elisa: Eu acho que já é a síndrome também. Ele tá percebendo que em casa os meninos tão
209 crescendo, tão ajudando e ele não queria bem lá no fundinho isso, entendeu? Igual lá em casa
210 assim: eles cresceram e casaram. Eu tô ali: eu olho neto, eu vejo se tem roupa suja, vejo se
211 tem roupa no arame, sabe, isso é o que eu faço.

212 Ludo: Você acha que...

213 Elisa: E eu não canso tanto

214 Ludo: È como se as coisas tivessem saindo um pouco do domínio dele.

215 Elisa: Saindo do controle dele, debaixo das asas, é isso mesmo. Será que um pouquinho não é
216 isso não? Tá vendo tudo crescendo, tudo indo embora e vai ficar só você e a véia... (risos)

217 Cibele: Ela é ótima.

218 Elisa: Igual lá em casa!

219 Antônio: Não, lá em casa nós voltamo a namorar de novo, porque na verdade estão
220 sobrando...

221 Elisa: Ô Antônio! Que gostoso!

222 Lígia: A gente sente falta!

223 Antônio: É...Os meninos, os meninos tem os programa deles, é sair pra outro lado, final de
224 semana eles não tem...vem pro almoço, talvez, né. Pra almoçar todo mundo junto, é difícil

225 Elisa: Mas, a gente sente falta não sente? De cobrir de noite.

226 Antônio: Sente.

227 Lígia: De chegar ali pra dar certo, de fechar a porta, falar graças a Deus, ta tudo em casa!
228 (risos)

229 Joana: Dá um alívio, né?

230 Antônio: Mas, a gente culpa, talvez, tudo na vida é o seguinte: eu fiz um planejamento de vida
231 desde quando eu casei que até três anos atrás estava indo muito bem, tava cumprindo a risca
232 todos os programas, todos...De casar, ter dois filhos, Deus abençoou, eu ganhei um casal e
233 tudo mais. Tocou a vida, vinha a minha aposentadoria antes de eu mudar pra...e depois que os
234 menino formá a gente ia mudar pra Ilhéus, tava tudo pronto

235 Lígia: Hã, de repente não saiu bem...

- 236 Antônio: De repente o trem... a saúde me rebentou e...aí os planos começam a sair fora
- 237 Ludo: E por quê que cê conta que isso aconteceu de três anos pra cá? O quê que aconteceu
- 238 três anos atrás?
- 239 Antônio: Não, de três anos pra cá eu perdi a capacidade de trabalho, né? Eu não sou, eu não
- 240 tenho a agilidade pra trabalhar que eu tinha anteriormente e nem a paciência, são dois
- 241 inimigos mortais na minha vida, tem, tem tolerância zero
- 242 Ludo: E aí, pensando nisso...eu penso assim: a vida da gente vai mudando, as pessoas vão
- 243 mudando e a gente não vai mudando um pouquinho pra dar conta de se adequar a algumas
- 244 coisas.
- 245 Antonio: Sim.
- 246 Ludo: Os planos não podem mudar um pouquinho também?
- 247 Antônio: Uai, claro.
- 248 Ludo: Tá. E pensando hoje, né, em como está a sua vida: seus filhos saindo de casa, apesar
- 249 desse medo que você conta em viver, você criou os dois meninos, né? Tá com uma mulher
- 250 maravilhosa dentro de casa, tá trabalhando, voltou a namorar depois de quantos anos de
- 251 casado?
- 252 Antônio: Mais de 20
- 253 Ludo: Mais de 20 anos de casado, namorando em casa e eu fico pensando que tudo isso é
- 254 conquista, sabe? E quais são os planos agora, pensando na vida hoje?
- 255 Antônio: Èé... eu acho que tem dia que eu acho que eu não vou sobreviver pra chegar ao fim
- 256 desses planos. Porque se eu entrar numa situação hoje de, de como se fosse de uma
- 257 humilhação de, de (...)
- 258 Lígia: Para algumas pessoas é tão difícil, né? Mas é...entrando noutro assunto, quantos anos
- 259 você tem, Antônio?
- 260 Antônio: 47.
- 261 Lígia: 47? Cê ta novo. Meu marido vai fazer 50 anos, ele jogava bola, ele passava a noite no
- 262 X, onde ele trabalha né? Tirava de letra, trabalhava no X até meio dia, de fogo (risos). Aí, de
- 263 uns tempos pra cá, ele tá sentindo as dores né, nas pernas...eu falei: 'Ê bem, os cinqüenta anos
- 264 tá pesando, né?!' Assim, a gente vai mudando...ééé os anos não passam e você vai notando,
- 265 que a gente, muita coisa que você fazia, a gente vai diminuindo o pique mesmo. Não porque
- 266 tá ficando velho não, mas é com o passar dos anos...
- 267 Lucas: A disposição
- 268 Ligia: A disposição
- 269 Joana: Não é a mesma não

270 Ligia: Acho que não é
271 Lucas: Isso é pra todo mundo
272 Ligia: Então, é isso que a gente tem que pôr na cabeça sabe? (...) Assim, ele gosta dos meus
273 netos né? Eu tô deixando ele tomar conta. Quer passear? Eu não falo nada, vamo embora! Ele
274 fala: ah, bem, vão levá. Quer dizer, eu tô deixando por ele, tudo sabe, mas não tô sentindo
275 muita coisa. Eu vejo que a esposa dele tá fazendo também. Dando muito amor, carinho pra ele
276 né? Pra ele não ver essa passagem dos filhos dele, estão...
277 Ludo: Eu acho Ligia que o Antônio também ta mudando muito
278 Ligia: Ta
279 Ludo: Os planos dele...
280 Ligia: Vai ter que mudar né? A gente devagar...vai mudando tudo.
281 Cibele: É tudo uma questão de adaptação.
282 Ligia: É
283 Cibele: Eu vejo por mim mesma. Quando eu, eu sou jovem, mas já fui muito ativa. Hoje em
284 dia não é que eu não seja, continuo, mas não da forma com a frequência que eu era antes,
285 assim, né? Mesmo porque a gente vai mudando né? É como se...vai se permitindo relaxar um
286 pouco né? Não que você não seja incapaz, muito pelo contrário, o amadurecimento traz muita
287 coisa pra gente recordar pra gente, mas é que...aquele 'frenesi' que você vivia com uma certa
288 intensidade, acaba...
289 Ligia: Vai acalmando
290 Cibele: Acalmando, né? Que é mais ou menos o que acaba...ah, relaxá. Não adianta, as coisas
291 vem. Assim, eu falo, eu tô descrevendo eu Cibele, tá? (ri) Situações que eu vivenciei que eu
292 nem vivencio
293 Antônio: Cê vê...
294 Lígia: Fico imaginando coisas assim eu estou vivendo muito isso por mim, né? Tô julgando
295 também por mim. Hoje eu estou com 45 anos o meu marido com cinqüenta...os filhos casados
296 né? Os netinhos tudo lá, fica doido quando vê a gente lá, é tão bom! Diz que ser vó é melhor
297 ainda, ser vó pode, tudo pode! Ah, mas é bom demais assim, eu to me sentindo bem com isso,
298 hoje. Tem gente que fala assim: 'Ah eu sou vó não. Me chama de tia'. Nossa! Eu acho tão
299 bom viver isso, você olhar e falar vóvó.
300 Ludo: Sabe o quê que eu to pensando, hoje eu acho que a conversa ta um pouquinho falando
301 sobre o quê que a gente cobra da gente
302 Ligia: È

303 Ludo: E o quê que os outros cobram da gente. E de como a gente define essas coisas, como
304 que a gente vai conseguir mudar um pouco os planos. Daí eu fico pensando muito no que a
305 Cibele falou na sessão passada, na questão: ‘ai, eu não queria sentir raiva, eu não queria falar
306 isso né?’ E junto com o Antônio agora, na sessão passada falou também que nunca chutou um
307 balde, ‘ai, que vontade de chutar um balde’, então, assim (risos) eu fico... eu fico pensando em
308 cada um e no quanto a gente se cobra que as coisas saiam tão perfeitas, sabe?

309 Lígia: Eu trago o balde na próxima sessão se vocês quiserem (risos) pra botar pra fora. Pra
310 chutar de verdade esse balde! E eu quero ver você chutar umas três vezes (falando para
311 Antonio)

312 Joana: Então cê traz um pro Antônio...

313 Ludo: Que balde que o Antônio pode chutar? Vamos pensar, né Antônio?

314 Joana: Esse medo que ele tem...

315 Lígia: É!

316 Joana: Essa cobrança excessiva!

317 Lígia: de ser criticado, curtir sua esposa com carinho!

318 Joana: Tem que chutar o medo!

319 Ludo: Chutar o medo?

320 Joana: É, o medo que ele tem de não dar conta daqui pra frente e tomar conta da, das
321 atividades dele e... pessoal. Mas se ele tiver mais um pouquinho de, assim, aceita as coisas
322 com mais clareza, ele consegue.

323 Ludo: A questão é aceitar?

324 Joana: É, tem que aceitar né? Dia-a-dia cê vai vivendo, aprendendo mais coisas e vai abrindo
325 mão, por exemplo, eu não gosto de jiló só uma comparação, mas aí se todo dia às vezes uma
326 pessoa insisti comigo ‘não você tem que comer aquilo, tem que comer’, um dia eu vou, eu
327 provo um pedacinho, outro dia eu to comendo ele todo. Não é? Tem que aceitar, mas agora no
328 caso dele (risos)

329 Ludo: Antônio, o pessoal ta falando aqui que seu balde chama medo né?

330 Antônio: Sei.

331 Ludo: Que você tem que chutar ele...você concorda?

332 Antônio: Eu concordo. Eu concordo porque a minha vida foi constituída em cima do medo

333 Joana: Pois é

334 Antônio: Até, até as conquistas também o medo ajudou muito, porque eu to sempre
335 antecipando as coisas, antecipando ou tentando antecipar, tentando resolvê-las pro, esse foi

336 sempre meu, uma, minha forma de trabalhar, se é 9 horas de, que se trabalha nas empresas, eu
337 já trabalhei dez horas. Então...

338 Ludo: O medo ajuda, em algumas horas?

339 Antônio: Algumas horas sim, quando ta no trabalho...

340 Ludo: Que medo você tem de chutar? Porque eu to vendo dos tipos de medo: O medo que te
341 ajuda e que te torna mais cauteloso...não é assim?

342 Antônio: Sim.

343 Ludo: E tem o medo que te atrapalha.

344 Antônio: Isso. Atrapalha o quê? Atrapalha é quer dizer, qual que é o medo: que eu quero
345 continuar trabalhando, dar conta de trabalhar. Esse é um lado...

346 Ludo: O quê que você precisa pra dar conta de trabalhar, Antônio?

347 Antônio: Nossa! Preciso, eu preciso melhorar muito a minha saúde. Tem que melhorar. Se
348 melhorar. Nesse aspecto...

349 Ludo: Mas, oh, aí você falou uma coisa um pouquinho mais concreta assim: você tá se
350 sentindo sem paciência de trabalhar é isso? Então, ter um pouco mais de paciência é uma
351 coisa que você precisa para trabalhar?

352 Antônio: A impaciência vem da falta de, de, de raciocínio eu quer dizer sempre tive o
353 raciocínio muito rápido, então, eu num, num sei começou com uma medicação, sem
354 medicação, e tem hora dá branco, dá um branco que dá uma agonia louco assim, isso é a nível
355 de trabalho, em casa costume dá uma dor um murro na cabeça, isso faz parte.

356 Lígia: Meu marido tinha um pensamento igual esse assim antes de casar ele falava assim:
357 'Bem, minha preocupação toda vida foi em pensar assim eu vou ter uma família, tenho uma
358 vontade de ter uma família, será que eu vou dar conta de cuida dessa família? Será que eu vou
359 dar conta de, de, de cuidar da minha esposa, né, financeiramente e tudo'. Aí ele sabe... nós
360 tinha um mercado, a vida estabilizada, ótima. Aí nós tinha um mercado e tal, quebrou, foi lá
361 pro fundo do poço, aí nos mudamo e tal, aí a gente, ele não tava fazendo nada, aí eu resolvi
362 trabalhar. Aí fui trabalhar olhando uma menininha. Gente! Mas até meu filho ficou contra
363 mim! "Mãe, mas cê é doida, cê não pode fazer um trem desse". "Posso!! eu posso, por que
364 não?". E fui, trabalhei e...ele ficava lá no meio da rua me esperando, de nervoso, porque na
365 época que eu trabalhei, pra ele terminar os estudos, né, porque ele ta fazendo curso e eu...
366 trabalhava pra cobrir lá em casa com todo mundo, aí eu ia e trabalhava, e ganhando cesta
367 sabe? Pra poder ajudar e não acabar com o dinheiro que tinha pra ele estudar. E isso afetou
368 muito ele na época. Hoje que ele enxerga o que eu fiz pra ele assim, eu tentei ajudar,

369 realmente... sabe? Só quero passar pra você que a gente vive com pouco também. Então, cê
370 não preocupa muito só no...né?

371 Ludo: Você acha que o que afetou seu esposo foi você estar trabalhando e ele não ou vocês
372 estarem com menos dinheiro?

373 Ligia: Eu ter que ir trabalhar. Isso afetou muito.

374 Ludo: Pra ele a mulher dele tinha que ficar em casa?

375 Ligia: Em casa cuidando dele, da casa e dos filhos né? Aí ele aprendeu a cozinhar

376 Ludo: Como que você se sentiu de você ter que cuidar um pouco da casa?

377 Ligia: Ah, super bem! Tranqüila mesmo, melhorada. Como eu gosto de trabalhar e eu não me
378 importo de, se precisa de ir limpar fogão, ou lavar banheiro, pra mim eu não me importo com
379 essas coisas, para mim não me afeta em nada.

380 Ludo: Uhum

381 Ligia: Meu trabalho é meu, né? Não me afeta. È...eu acho gostoso.

382 Ludo: O quê que você ta pensando Renata?

383 Renata: Pensando no que ela tá falando...que todo mundo tem os seus medos né?

384 Ligia: Tem

385 Renata: Eu também tive tanto medo há um tempo atrás quando eu separei do meu primeiro
386 marido. Eu nunca tinha trabalhado, não tinha aprendido meus estudos, aí eu tinha medo de
387 não dar conta de criar o meu filho sozinha, como eu tinha...mas aí...eu chutei o balde! (risos)

388 Ligia: Humhum

389 Renata: Eu dou conta, por que não? Muitas mulheres criam seus filhos sozinha! Aí eu
390 comecei a procurar o meu primeiro emprego, consegui... Comecei a dar aula. E...consegui
391 criar meu filho, fugi da cidade X, assim pra ele não me perturbar também, porque ele me
392 perturbava. Vim embora sem falar nada com ele, com a cara e a coragem. Cheguei, não
393 conhecia ninguém... e consegui criar o meu filho. Até hoje.

394 Ludo: Renata, como que você deu conta de chutar esse balde?

395 Renata: Uai, largando o medo. Eu vi que meu filho dependia de mim, né? O meu filho
396 dependia de mim, a minha vida também né? Cuidá da minha vida, do meu filho. Eu tinha
397 que...dar um, um salto, um pulo pra frente e se eu não fizesse isso, ninguém ia fazer isso por
398 mim. Claro que o meu pai e minha mãe me chamou pra ir pra casa deles de volta e...mas eu,
399 eu sou uma pessoa muito autoritária e eu não dou certo de morar junto com o meu pai de
400 novo, porque eu sou de uma opinião e ele manda demais em mim. Me vigia demais! Ele tem
401 um cuidado muito excessivo comigo. Aí eu não queria voltar pra casa de novo, né? Sofrer
402 opressões de novo...do meu pai contando que hora que eu to chegando, porque eu tinha

403 separado e ele não ia deixar eu...ter outro relacionamento de novo, aí eu queria ter a minha
404 vida sozinha aqui. Aí cheguei aqui e conheci o, o...Fulaninho. Minha vida mudou!
405 Totalmente. Aí começou tudo os problemas...

406 Cibele: Foi forte ne?

407 Renata: Foi

408 Ludo: Muito forte! Ela nunca tinha trabalhado, ela se separou, mudou com uma
409 criança...mudou de cidade.

410 Renata: Tive sorte de encontrar um serviço, primeiro eu dava aula. Depois, me chamaram pra
411 trabalhar na empresa Y lá da cidade X, 'é procê trabalhar terceirizada'. Aí eu fui transferida
412 pra cá, tinha uma vaga, falei 'vou embora', e vim. Num conhecia nada. Eu vendi umas coisa
413 que eu tinha, eu falei assim "Ah! Eu vou querer estabilizar numa cidade que cê não conhece
414 ninguém", eu tinha que ter um dinheiro a parte pra mim, né?

415 Joana: Ainda mais com uma criança, né?

416 Renata: Pagar o aluguel e tudo mais, né? Mas eu podia contar com o meu pai e minha mãe
417 quando eu fiquei desempregada mesmo, eles me ajudaram muito!

418 Ludo: Renata, como que cê escuta a Elisa, por exemplo, falar que você é forte? Como você se
419 escuta hoje contando isso para o grupo?

420 Renata: Eu sinto feliz, eu sinto forte mesmo, eu fui uma batalhadeira, uma mulher muito forte.
421 Muitos falaram isso mesmo. Que eu sou uma pessoa muito forte, que eu lutei pra criar meu
422 filho, meu filho tem uma educação excelente. Mas depois...é os degraus. Você se senti forte
423 numa época depois você começa a cair de novo...

424 Ludo: O quê que aquela Renata forte, que deu conta disso tudo, o quê que ela pode falar para
425 essa Renata hoje? No que ela te ajuda?

426 Renata: A ser forte, não ter medo, né? Igual hoje, todo mundo aí tem medo. Eu tenho medo de
427 perder o meu marido, dele me largar por outra, agora o meu medo é esse, sabe? Deu, e eu,
428 assim, e a idade vai chegando, você vai ficando mais velha você pensa assim "ah se eu largar
429 ele, aí eu vou ficar sozinha, eu não vou dar conta de criar o X e...depois também

430 Ludo: O X é aquele que você deu conta de criar aquela vez ou não? Ele já cresceu...

431 Renata: É, o outro. O Z ta com dezessete hoje e o X. ta com três

432 Antônio: Mas, o novinho você já tem um sócio né? Não tem perigo não pagar (risos)

433 Renata: É...isso eu não tenho medo, mas não é só isso. O X é um menino muito
434 temperamental, não é igual o...Z. um menino tranqüilo...

435 Ligia: Exemplo

436 Renata: Agora o outro não. O outro é pequeno, três anos, cê tem que pegar a chinela toda hora
437 pra falar, pra fazê ele fazê as coisa. Ele faz com medo.

438 Lígia: Tem opinião.

439 Renata: Opinião! Se falar não é não. Sabe? Ele é meio, muito difícil. Eu tô tendo duas
440 dificuldades: o meu relacionamento com meu marido, né? Que é tipo assim, muito ciumenta,
441 muito insegura e com a criação do outro filho que chegou uma geração totalmente diferente
442 também, né? O mundo tá cada vez....pior. Eu tenho que saber como ser uma mãe melhor,
443 como largar esse medo, essa insegurança né? Pra eu falar isso com o pequeno, e não muito
444 com o marido né?

445 Ligia: Precisa convencer

446 Renata: Porque ele precisa de mim, não o Z, que é o grande, que é o marido! Ele não precisa
447 de mim, ele precisa de ajuda pra criar o filho dele, né?

448 Joana: Precisa! Ele precisa sim da sua companhia, da sua atenção...

449 Renata: É, ele precisa também, mas nem tanto igual eu, pondo em mim. Que eu tava
450 colocando, né?

451 Joana: Humhum

452 Renata: Que eu tô, assim, mudando mais também os conceitos...eu vou enxergando mais
453 dessa forma, por eu tá participando, assim, eu tô enxergando que ele não é a única pessoa. Ele
454 não precisa dessa atenção assim...

455 Cibele: Falando de medos...

456 Renata: E medo. Tem tanto medo dele me largar...

457 Cibele: Agora eu me lembrei. Algum tempo atrás, depois de um tempo, eu voltei a trabalhar
458 e...

459 Renata: Tá trabalhando Cibele?

460 Cibele: Não, não, atualmente não. Só em casa mesmo, do lar! (ri).

461 Renata: É um trabalho muito desgastante

462 *Cibele, Renata, Elisa falam ao mesmo tempo*

463 Cibele: Eu sei por que eu já tive três funções em uma só, viu gente, e não é fácil. Então, como
464 eu tive essa oportunidade de trabalho, é...é fora do perímetro urbano né? Ou seja, é numa
465 rodovia, a empresa. E...sinceridade, e me abalou. Eu até achei estranho comigo mesma na
466 ocasião, porque pensei “pôxa Cibele, você já enfrentou tanta coisa, você vai ter receio de
467 trabalhar numa empresa que fica fora da cidade, que não tem como você locomover com tanta
468 facilidade e tudo mais”. Mas, consegui superar de uma certa forma. De que maneira, tendo os
469 seus momentos de apuro. Por exemplo, a, a, o veiculo que a gente tem às vezes quebrava,

470 estragava, lá ia a Cibele a pé (risos). Só ligava para o meu patrão: já estou indo, só que eu
471 estou indo a pé, mas eu chegarei aí e cumprirei com a minha folga. E assim foi, gente. Não era
472 fácil. Você andar de manhã cedo sozinha e Deus.

473 Joana: Humhum.

474 Cibele: A pé. Ele também é assim, ele não buscava, sabia que a gente passava do horário ele
475 também não levava, você tá entendendo? E muitas das vezes eu voltava a pé pra casa. Aí eu
476 ligava pro meu filho pedia pra ele ficar quietinho em casa, que eu já estava chegando. Então,
477 foi dessa forma que eu consegui superar.

478 Ludo: Éééé... isso quer dizer que às vezes a vida coloca pra gente situações que a gente nunca
479 pensou que fosse passar, não é

480 Cibele: Justamente.

481 Ludo: E você ta contando que você deu conta

482 Cibele: Dei.

483 Ludo: Foi uma situação diferente que te desafiou e que você deu conta.

484 Cibele: Justamente.

485 Ludo: Como que você deu conta?

486 Cibele: Sabendo que tinha...que, que ter responsabilidade, dentro do compromisso que eu fiz
487 com a empresa. Na ocasião era a única profissional que tinha a frente né? De um escritório,
488 que não tinha mais ninguém. O meu chefe praticamente dependia de mim pra estar lá abrir o
489 escritório, atender todos os telefonemas e controlar as contas. Tudo isso. Ou seja, eu não
490 poderia falar pra ele “eu não vou porque o transporte estragou”

491 Ludo: Entendi

492 Cibele: Porque com a graça de Deus eu tinha duas pernas (risos) então, fica próximo do meu
493 bairro, então eu vou a pé, então...e pagar um moto táxi por dia

494 Joana: Ô!

495 Cibele: Não ia dar certo pra mim.

496 Ludo: Aí eu só fico curiosa com uma coisa, que a Renata falou sabe? Você tava falando assim
497 ah! Eu to vendo que o meu marido não precisa tanto de mim, antes ele precisava muito, que
498 seu filho precisa mais de você. Aí eu to vendo a Cibele contar uma história de superação, ouvi
499 você contar também, ouvi o Antônio contar, é... eu fiquei curiosa de saber o quê que você
500 precisa sabe? Porque assim...você cuida do grandão, você cuida do pequeno...cada um precisa
501 de uma coisa. Mas o quê que a Renata precisa? O quê que a Renata quer?

502 Renata: Preciso cuidar um pouco de mim, preocupar comigo também, ah! Eu queria ser uma
503 pessoa segura, era o que eu queria. Ser uma pessoa que não tivesse esses medos de... que eu
504 tenho hoje. Tem dia que eu to forte, tem dia que eu sinto mais assim...sabe?

505 Elisa: Queria ter só um medinho normal, né?

506 Renata: É, um medo assim...

507 Elisa: Tem hora que o medo é tão grande, né? Faz fazer coisas...

508 Ludo: Pessoal, eu acho que essas coisas que a Cibele contou, o Antônio contou, que a Renata
509 contou, eu fico pensando Elisa que num primeiro momento essas coisas paralisam um pouco a
510 gente né?

511 Cibele: Sim, sim, sim

512 Ludo: È um medo muito grande né? Aí eu fico pensando, todos vocês estão contando de
513 coisas que apesar de ser um medo grandão, vocês conseguiram encarar esse medo

514 Renata: Na hora que precisa mesmo, você precisa de...enfrentá!

515 Ludo: E aí eu estou convidando vocês a pensarem um pouquinho em quais coisas vocês já
516 fizeram antes, que vocês conseguiram e que podem ajudar vocês a encarar esse medo de
517 agora?

518 Joana: Éééé... sobre essa parte que ela fala aí, sobre essa insegurança de um casamento, eu
519 passei muito por isso a uns três anos, assim ó: eu não dormia mais, eu tava me definhando. E
520 eu cheguei, depois deu tê feito um tratamento, eu até comentei com você sobre isso, não foi?

521 Ludo: Humhum

522 Joana: Eu cheguei a uma conclusão e aceitei o conselho da psicóloga. Ela me disse: Olha,
523 você deixa ele prum lado, faz de conta que você nem tava, você vê que ele volta mansinho,
524 quando ele perceber o seu desprezo e sua falta de atenção, que você não ta tão com ciúme dele
525 e não ta fazendo pergunta, ele vai ficar louquinho da cabeça pensando em outras coisas
526 diferentes.

527 Ludo: Joana, eu escuto isso de dois jeitos: quando a gente tá com muito medo a gente precisa
528 de pessoas perto da gente pra ajuda

529 Joana: Precisa! Apóia e ela me ajuda dum tanto

530 Ludo: Pedir ajuda. A outra coisa é que pra gente enfrentar os medos da gente a gente precisa
531 ir conquistando um pouquinho de...

532 Joana: De confiança

533 Ludo: De segurança.

534 Joana: Foi o que eu fiz, foi o que eu fiz!

535 Antônio: Correr riscos, né, às vezes.

536 Cibele: É, também.

537 Ludo: Antônio, como é que é correr risco?

538 Antônio: A própria situação dessa é correr risco: a gente despreza, a gente dá um desprezo
539 para uma pessoa, aí complica

540 Joana: Não, mas no meu caso eu tinha certeza que ele não ia embora

541 Antônio: Você tinha controle da situação?

542 Joana: Tenho...

543 Antonio: Ótimo. Nossa!

544 Joana: ...eu toda vida tive controle. Só que tem que eu perdi o controle porque perdi o
545 respeito, porque ele não me respeitou...ele me traiu.

546 Ludo: Joana, será que você o desprezou ou será que você ficou se prezou mais?

547 Joana: Olha, eu acho que eu dei nele um desprezo de verdade, segundo o que eu entendo.

548 Ludo: Mas, como que você teve... você teve que cuidar de algumas coisas em você, não? Pra
549 dar conta de fazer isso?

550 Joana: Tive. Fazendo o tratamento. Insistindo, vindo nas terapias no dia certo e fiz passo-a-
551 passo, quando eu vi que eu já tava quase conseguindo que eu vi que eu conseguiria uns quinze
552 dias que eu fiquei sem conversar com ele, 'onde cê ta? Por quê que você chegou tarde?' Você
553 entendeu? Esse tipo de pergunta, parei de pergunta, não fiz mais nada assim, num...eu mudei
554 meu jeito. Eu não briguei eu, não discuti, eu num... eu fiquei na minha. Se ele conversasse
555 comigo com educação eu conversava com ele normalmente. Agora se ele se estressasse eu
556 falava pra ele: 'oh, tchau, eu to saindo, eu vou dar uma volta na rua porque eu não quero
557 brigar com você'.

558 Ludo: Mas, eu acho que uma mulher pra fazer isso ela tem que tá segura dela.

559 Joana: Mas, eu tava com segurança encostada na, na Y (nome da terapeuta).

560 Ludo: Você pediu ajuda e aí?

561 Joana: Eu pedi ajuda e quando eu confiei nela. Primeiro eu tive que confiar nela primeiro pra
562 depois toma as decisões, minhas, né? E eu vou te falar uma coisa, eu virei o jogo graças a
563 Deus e a ela, mas senão, eu acho que nós já tava até separado, no cartório e tudo

564 Renata: Mas o que eu entendo sobre ela tá passando em casa, é justamente isso: a perda.
565 Porque se ela continuasse a ter ciúme ele não vai ter paciência

566 Joana: Não vai

567 Ligia: E ela vai perder uma coisa que ela ama, eu acho que é pior.

568 Joana: Foi o que a moça falou pra mim.

569 Ludo: Sabe o quê que eu to pensando Ligia e Renata, a Renata já teve outro marido...

570 Renata: Ele era muito ciumento

571 Ludo: E como que era viver com um homem muito ciumento?

572 Renata: Horrível.

573 Ludo: Horrível?

574 *Falam ao mesmo tempo*

575 Ludo: Você não quis viver com esse homem, ou quis?

576 Renata: Não. De jeito nenhum...(silêncio) O mesmo acontece, né?

577 Ligia: Imagina, né? (risos)

578 Ludo: Eu fico pensando assim: você faz muita coisa pra cuidar, mas parece, Renata, que o
579 lado que te incomoda é esse lado ciumento, né? Que incomoda ele também, igual com o
580 Antônio que a gente conta pra ele que ele tem mil qualidades, né? Mas tem a questão do
581 trabalho que incomoda ele muito. Eu fico pensando: você tem mil qualidades como esposa e
582 como mãe, mas esse lado ciumento é uma coisa que te atrapalha...

583 Renata: Atrapalha.

584 Ludo: Aí eu fico pensando como... O que precisa acontecer...você até já falou que precisa ter
585 um pouco mais de segurança. Que se você tiver um pouco mais de segurança você não vai
586 sentir tanto ciúme. O quê que precisa acontecer no seu relacionamento, o quê que você precisa
587 fazer, o quê que o seu marido precisa fazer pra que você ganhe um pouco mais de segurança?
588 Pra que o seu casamento possa ficar um pouco mais tranqüilo?

589 Renata: Eu acho que a terapia devia ser pros dois lado. (risos) Porque a mulher, igual ela
590 gosta, igual no meu caso, eu gosto de me senti amada, que ele fale que me ama todo dia. Hoje
591 eu abracei ele de manhã, “bom dia”. Aí eu falei que eu amava ele, aí ele “eu também”. Eu
592 falei “não, eu quero que você fala que me ama, não eu também. Isso foi muito seco”. Aí ele
593 ficou rindo, não falou nada não.

594 Ludo: Aí se ele não falou nada o quê que você achou?

595 Renata: Aí ele fala, ele fala pra mim que eu cobro muito ele, ele fala “Renata, isso aí é
596 espontâneo. Não tem jeito você fica mandando falar que eu te amo. Não é assim. É hora que
597 eu senti o sentimento que eu vou te expressar, não é assim...”, sabe?

598 Ludo: Renata, e para você precisa falar que ama pra sentir que é amada?

599 Renata: Ah...eu sinto assim, não sei...

600 Ludo: Tem outra coisa que ele pode fazer?

601 Renata: Através de gestos né? Carinho, a gente que sabe que gosta quando faz isso na gente

602 Ludo: E ele faz isso?

603 Renata: Faz, ele até é uma pessoa muito carinhosa.

604 Ludo: O quê que ele faz, por exemplo, que você sente que ele te ama?

605 Renata: Ah! Mima. Fica me chamando de baixinha, vem cá baixinha (risos) porque eu sou
606 grudenta demais com ele.

607 Ludo: Oh! A Lívia não veio hoje né? (da equipe reflexiva)

608 Cibele: Sim.

609 Ludo: Porque nós mudamos o dia e como não deu pro Rogério, também não deu pra Lívia. Eu
610 vou sentar com a Gabi, pra gente conversar sobre as coisas que a Gabi tá pensando...e eu já
611 volto, tá? (...) E aí Gabi?

612 Gabi: Eu tô pensando muita coisa...Mas eu queria falar três coisas: uma pro Antônio, uma pra
613 Joana e outra para as outras pessoas. Èééé eu queria falar pro Antônio que eu achei mesmo
614 que a ferida ficou mais exposta na última sessão...

615 Ludo: Humhum...

616 Gabi: éééé e que às vezes eu também tenho medo de não dar conta de tocar a minha vida,
617 sabe?

618 Ludo: Sei...

619 Gabi: Mas queeee...eu achei muito corajoso dele tá tentando lidar com tudo isso, sabe? Pra
620 tentar lidar e pra tentar pensar que isso tem jeito, já é um ato de muita coragem sabe?

621 Ludo: Falar que tem medo é muita coragem né, Gabi?

622 Gabi: É, eu acho de muita coragem, porque sentir medo tem que ter coragem pra sentir medo,
623 né? Porque sentir medo é ruim né? Diminui, talvez ter medo é uma coisa assim, que diminui a
624 gente. Tem que ter coragem pra poder sentir medo. A Joana no comecinho ela falou assim:
625 “ah, essa semana! Eu fui muito mimada!!”. E hoje eu to achando a Joana tão bonita! Ai eu
626 fiquei pensando quê que será que aconteceu com ela. Fico curiosa pra ouvir mais. Aí pra, pra
627 Renata, pra Ligia, pro Lucas, pra Cibele, pra Elisa eu queria saber o quê que mais eles estão
628 querendo fazer hoje? Era isso que eu queria falar.

629 Ludo: Ok, vamos conversar então.

630 Renata: Eu quero saber o quê que eu faço pra eu ser segura, uai! Eu quero que cês me ajuda!
631 (risos).

632 Lucas: Deixa eu só fazer uma colocação igual, pra Renata. Renata, igual, no caso eu tenho a
633 minha esposa, ela sempre ficou “eu te amo, eu te amo, eu te amo”, e eu “eu também, eu
634 também, eu também” (risos). Aí ela fala assim, aí ela vira e falava assim “eu também, eu
635 também, eu também?”, negócio de mulher e de homem, entendeu? “Eu também” não quer
636 dizer que eu não a amo. É uma maneira do homem mesmo, entendeu, igual esse negócio do
637 homem ser mais frio, entendeu? Não quer dizer necessariamente que ele não ama, eu amo a

638 minha esposa, entendeu? Eu não fico dizendo sempre com a mesma freqüência do que ela. Ela
639 é quase que o tempo inteiro “não, eu te amo, eu te amo, nossa! Hoje eu amanheci to te
640 amando mais ainda!”, (risos). “Nossa, eu também!”. Tanto que essa noite que passou eu devo
641 ter falado também umas dez vezes também, “também, também”, “você só sabe falar
642 também?”, “Não, eu também te amo, mas é aquela coisa entendeu?”

643 Cibele: Então fala idem.

644 Lucas: Não é que necessariamente o homem não ama, entendeu? Igual cê tá falando assim:
645 “O quê que eu faço pra me sentir segura?”. De repente igual aqui o que a, a, nossa, eu tenho
646 igual uma dificuldade pra guardar o nome!!

647 Cibele: Joana!

648 Lucas: Que ela colocou, de repente que seja uma opção também, ce...

649 Joana: É!!!

650 Lucas: recuá um pouquinho, entendeu? Aí sim ele vai começar a ficar preocupado “o quê que
651 ta acontecendo...?”, aí o homem começa a pensar mil e uma coisas, quando a gente vê...

652 Joana: Aí coça atrás da orelha

653 Lucas: Vai começar a ver ela como uma pessoa mais segura.

654 Joana: Isso.

655 Lucas: Aí o homem começa a pensar “será que o outro tem alguém? Tem alguém chegando
656 perto”...entendeu? Quer dizer, por mais...igual eu e a minha esposa, eu não sei, igual, igual eu
657 já falei, eu já vim, igual, eu já vim de um segundo casamento né? Eu sempre, sempre tive
658 ciúme, mas o meu ciúme sempre foi um ciúme mais assim, moderado...entendeu? Igual a
659 minha ex-esposa ééé...ela sempre assim, às vezes ela falava: “olha agora eu tenho que ir
660 embora”, fica à vontade. Eu nunca fui igual de querer segurar a mulher, entendeu? Segurar,
661 esse negócio, isso num, num...comigo acho que não funciona.

662 Joana: Não adianta.

663 Lucas: Então, não resolve. Se tiver que aprontar vai aprontar mesmo e pronto. Então eu, às
664 vezes até me falam: “Lucas, essa mulher sua mulher sai muito”. Ó, se tiver que fazer coisa
665 errada que faça, pronto e acabô. Eu sempre tive essa segurança, entendeu? A partir do
666 momento que eu fiquei não aprontou! Aí, realmente, a minha atitude passa ser outra por
667 completo. Então, aí no caso aí, quer dizer, éé...hoje eu tenho muita segurança na minha esposa
668 entendeu? A gente tem, em relação ao meu relacionamento anterior quer dizer a gente não
669 conversava, meu relacionamento não tinha igual diálogo, ou seja, igual é...se brigava, a gente
670 brigava a gente ficava uma semana sem conversar. Agora, quer dizer, a minha atual esposa
671 hoje quando a gente começou a namorar eu pensei igual ‘moça pra casar’, uma coisa assim

672 que me marcou muito que ela falou assim: “Ó, Lucas, eu tenho uma atitude da seguinte
673 forma: se eu brigar igual com você hoje nós vamos sentar e nós vamos resolver hoje, nós não
674 vamos, como se diz anoitecer, amanhecer sem que o problema seja resolvido”. Então, a gente
675 tem essa maturidade de sentar e conversar pra resolver o problema. Então, assim, eu posso
676 falar que eu tenho muita segurança com relação a ela e tudo que ela passa é realmente uma
677 pessoa que me ama entendeu? Igual ela morava em uma cidade, em outra cidade, não morava
678 em Uberlândia...largou tudo para, vim para Uberlândia, onde foi que nós casamos. Então a
679 pessoa abrir mão igual do que ela abriu, realmente a pessoa que tem certeza do que ela quer
680 entendeu?

681 Joana: Que ela ama de verdade. Compensa repetir!! (rindo)

682 Lucas: Justamente.

683 Lígia: Começa a repetir

684 Lucas: e...ela, e...ela é uma pessoa que, eu tinha terminado de separar, ela tinha terminado um
685 relacionamento dela e a gente começou mais ou menos por aí. Eu tinha terminado casamento
686 né e ela tinha terminado a relação. Ficou mais menos quatro meses só conversando por
687 telefone. Assim a gente foi igual conhecendo e tal. Aí quer dizer, tudo o que ela passou pra
688 mim, passou e passa até hoje, e me deixa muito, muito seguro do que ela quer entendeu? Eu
689 acho que ela tem segurança porque eu também sube passar pra ela o quê que eu quero
690 também. Então hoje a gente vive muito bem e eu tenho muita segurança com relação a ela.
691 Tanto que até inclusive que eu coloquei aqui a, a...a sessão anterior, que ela cobra muito em
692 relação a um filho e...ela sempre cobrando, sempre cobrando, sempre cobrando. E eu: Ah,
693 essa mulher não vai desistir não. (risos) Aí foi onde a gente sentou, conversou então a gente
694 decidiu que vai ter um filho

695 Todos: Ohhh!!! Ah! Parabéns! Parabéns!

696 Lucas: Vai chegar ano que vem. Então igual, ela colocou, igual eu coloquei igual pra ela, oh
697 você ta vendo como ta a situação, igual a Elisa, a Elisa né?

698 Lígia: Lígia

699 Lucas: È, ela. Agora eu não vou mais errar

700 Lígia: Mas, perguntou antes né? (risos)

701 Todos: Vai perguntando, pergunta que cê aprende...

702 Lucas:Ééé...aí, foi, igual ela colocou as pessoas costumam a viver com muito, as pessoas tem
703 que acostumar também a entender que pode viver com pouco. Então, quer dizer, a minha vida
704 financeira há algum tempo atrás igual, igual eu coloquei eu sou super tranqüilo, super
705 estabilizado e hoje eu tenho esse medo entendeu? Por isso que eu fico igual tentando ponderar

706 as coisas vamos esperar um poquinho essa indefinição, aí igual quando ela começou a fazer
707 igual faculdade eu pagava a faculdade toda pra ela, aí ela falou não, na faculdade lá se eu
708 conseguir um desconto, eu falei assim não, o desconto que você conseguir eu vou te reverter,
709 eu te dou o dinheiro, porque você não tá trabalhando, quer dizer e a situação foi pegando de
710 uma certa forma, então, automaticamente ela... Graças a Deus ela conseguiu o desconto na
711 faculdade e o dinheiro que eu ia passar ela já reconheceu que eu não tenho como passar pra
712 ela mais entendeu? É a coisa que tá surgindo a oportunidade e eu acho que vou conseguir um
713 emprego, e se eu conseguir esse emprego você acha que aí fica mais fácil? O quê que você
714 acha?' Aí eu falei, igual, vamos colocar tudo na mão de Deus se consegui é uma ajuda que a
715 gente tem, a gente tem, tenta arrumar esse filho entendeu? Automaticamente as coisas vão
716 tranquilizar mais, aí ela parou, sentou e ela falou: "Lucas, se for pra bem, se for realmente pra
717 acontecer, eu vou conseguir então, se eu não...". Imagina se eu não conseguisse cê vai ficar
718 igual fica te cobrando, fazer igual... "Não. Se eu não consegui essa oportunidade, esse, esse
719 emprego, é porque não é pra ser o momento". Então a gente conversou muito nesse aspecto.
720 Por que ó, de repente não vai dar certo e a gente vai ficar frustrado. É isso que eu coloquei pra
721 ela. Aí ela "Não Lucas, eu tô, eu estou tranqüila. Se não der certo é porque não é o momento".
722 "Então, beleza, ta certinho então". Aí quando ééé...Aí saiu a oportunidade para ela. Ela está
723 com desconto na faculdade, conseguiu o emprego...e aí é... A gente colocasse os pros e os
724 contras, ou seja, se ela começasse agora automaticamente ééé... Quer dizer, todo ano em
725 dezembro ela vai ta trabalhando, tem os recessos, entendeu? Aí ela falô "Lucas, se você quiser
726 igual deixá pro ano que vem, fica ao seu critério...". "Então, deixa pro ano que vem". Foi
727 quando a gente combinou para que a gente arrumasse o menino no caso... o ano que vem. Aí
728 quando foi ontem ela me ligou que ela precisava de tá com o documento de imediato né? Aí
729 ela disse que as coisas tinha que realmente que cê, aí eu falei 'beleza então', automaticamente
730 ela vai começar cedo trabalhar, porque ela ta correndo igual pra arrumar as documentações,
731 automaticamente segunda-feira ela já começa. Igual eu falei, vamo, se tiver que viver igual
732 com pouco vamos viver com pouco e pronto. Ela ta consciente, eu também tenho que me
733 conscientiza que as vezes eu fico me cobrando demais. Igual o Antônio falou que ele fica
734 cobrando dele demais, eu me cobro demais, ce vê, que as coisa realmente mudou e a gente
735 tem que acostumá, tentar acostumá com a situação que é hoje. Eu to como se diz, tentando
736 acostuma com essa situação né? E é a realidade hoje. Como se diz, tentando automaticamente
737 correr atrás, pra tentar resolver esse problema que existe...
738 Ludo: Você ta falando...

739 Lucas: Mas, tem hora, tem hora que eu tenho, esse problema igual eu tenho na empresa,
740 entendeu? Tem hora que eu fico assim desanimado, será que eu vou dar conta? Botar os
741 negócios igual o pessoal falou em relação ao medo, quem não tem medo? Também fico com
742 medo: nossa, será que eu vou dar conta? Será que eu vou dar conta de dar seqüência,
743 entendeu? Mas eu fico, nossa Lucas não tem jeito, você tem que dar conta. Então eu fico me
744 cobrando porque eu num...não posso abandonar tudo

745 Ludo: Você conversa muito com você Lucas?

746 Lucas: Eu converso. Nesse sentido. Tem vez que eu fico assim: Nó, será que eu vou dar
747 conta? Tem vez que eu vou lá na empresa assim bem desanimado, não Lucas você tem que
748 correr atrás, você não tem outra opção. Você tem que correr

749 Ludo: E esse Lucas que fala que você tem que correr...

750 Lucas: Aí ele, aí eu começo a correr, começo a correr.

751 Ludo: Èéé... eu to pensando em como as coisas vão mudando né, Lucas?

752 Lucas: Uhum

753 Ludo: Na última sessão que você veio a gente conversou muito sobre essa questão do filho,
754 seu medo né? E você superou junto com a sua esposa

755 Lucas: È, junto. Acho...somos dois, né, então...Então você sabe da nossa dificuldade e eu não
756 me preocupo igual no caso, porque quando, ééé, igual eu coloquei aqui, que se ela fosse uma
757 pessoa interesseira, se ela quisesse ficar comigo por interesse, que ela sabia que a minha
758 situação financeira ou ela já não estaria comigo. Então mais do que nunca eu vejo que é uma
759 pessoa que está comigo porque gosta, porque realmente me ama entendeu? Porque a situação
760 hoje financeira mudou por completo e ela ta junto passou por esse barco junto e vamo toca
761 junto. Então, quer dizer, hoje, hoje eu to com uma pessoa que... Quer dizer, ela me ajuda
762 muito. Aí eu fico pensando Nossa! Se eu tivesse com meu relacionamento anterior, eu acho
763 que...o negócio já tinha durado muito. Porque é também tem vários anos que eu separei, igual
764 recentemente a minha ex-esposa me procurou. Me procurou, falando: “vamos voltar, você
765 num...Tudo o que eu precisava você me dava”, pegando mais ou menos por esse lado, “você
766 me tratava como uma rainha e eu não dei valor”, entendeu? E hoje ela não sabe que a situação
767 que ela... Hoje ela não sabe que que é a situação minha cê entendeu? Porque a gente não tem
768 esse, esse contato. Eu deixei bem claro pra ela: siga a sua vida, que eu estou seguindo a
769 minha. Foi até onde ela fez uma colocação: “mas cê ta na mesma casa que você vivia antes,
770 isso quer dizer que você me ama ainda”.

771 Joana: Ai meu Deus!

- 772 Lucas: Aqueles negócios assim, aquela loucura, não sei o que acontece na cabeça dessa
773 muié... (Elisa comenta alguma coisa)
- 774 Lucas: É você ta na mesma casa ainda, ce não mudou nada, me falaram que a casa continua
775 do mesmo jeito, até a cor da casa tudo, então, quer dizer que você ainda senti alguma coisa
776 por mim, foi onde que eu coloquei pra ela o importante não é onde você vive, e sim com
777 quem você vive. Eu tenho sido bem transparente pra ela pra...
- 778 Ligia: Muda a cor da casa (risos)
- 779 Lucas: Até eu ia muda tudo, até a minha esposa tinha falado muito nisso entendeu? Porque eu
780 não mudei nada na casa, mas pelo menos assim: “Lucas, pelo menos a cama você muda, pelo
781 amor de Deus. A Cama...”. (risos)
- 782 Ligia: é especial!
- 783 Lucas: “Lucas, essa cama...essa cama não tem jeito!”. Aí pelo menos a cama lá em casa...eu
784 mudei! Mas assim, em relação às outras coisas fica a mesma coisa, mas essa, esse problema
785 com relação a eu e a minha esposa ...mas ela me deu um toquinho de leve...no começo era
786 mais! Agora, então, ela não fala mais: “Não, Lucas, vamo mudá, vam mudá!”. Eu não mudo
787 porque hoje igual eu não tenho mais condições de mudar. Eu queria mudar realmente pelo
788 menos a cor, igual ce tá falando.
- 789 Ligia: Mas a cor pode (risos)
- 790 Lucas: Hã?
- 791 Joana: Só por fora! É mais barato!
- 792 Lucas: É, mas, assim ela não me cobra, porque assim...
- 793 *Falam ao mesmo tempo*
- 794 Lucas: (...) eu vou talvez mudar pra ela não ter essa idéia, são questões que assim
- 795 Joana: È. Pra frente.
- 796 Ludo: Antônio, o quê que você tá aí pensando dessa história? (risos) ele tava todo falante
797 (riem muito).
- 798 Lucas: Tanta coisa, né Antonio?
- 799 Cibele: È compreensível da outra achar que você ainda gosta dela...
- 800 Ligia: Não mudou nada uai
- 801 Cibele: Que dar-se a entender...Porque você não mudou nada, mas não é bem isso né?
- 802 Joana: A cabeça, né?
- 803 Cibele: As pessoas acham que a mudança tem que correr assim externamente, mas eu acho
804 quê o que começa é o interno, né, dentro da gente...
- 805 Ligia: isso vai aflorando exteriormente, mas pode falar eu te amo, não eu também (risos)

806 Lucas: Eu vou fala “eu te amo”, aí ela vira pra mim e fala “eu também” (risos). Quando a
807 mulher não fala o homem não aceita também não, é diferente, é diferente.

808 Ligia: Ta vendo. Eu tenho vinte e tantos anos que eu sou casada, todas as vezes que eu falo
809 pro meu marido eu te amo, ele fala: “i, bem, mas oce é boba hein!?”.

810 Joana: Oh! Oh!

811 Ludo: O quê que você diz?

812 Ligia: Eu não falo pra ele pra ele falar pra mim, eu vou brigar demais tem muitos anos que eu
813 escuto isso uai

814 Renata: Ele fala ‘ocê é boba’?

815 Ligia: É, cê é boba, hem? No meio ele fala do jeito dele né? Que eu entendo.

816 *Falam ao mesmo tempo*

817 Ligia: Aí eu acho que é o jeito carinhoso dele. Aí...eu acho, se um dia ele virá pra mim né, e
818 falar pra mim “eu te amo” eu vou falar: “Ih, ce tá com outra!”. (risos) Não vou aceitar.

819 Ludo: A gente vai criando os nossos jeitos, né Ligia, de estar com as pessoas

820 Ligia: Vamos

821 Ludo: ...e de ir mudando o interno pra depois mudar o externo...

822 Renata: Na semana passada, você lembra que você falou pra mim pra eu ficar um tempo sem
823 ir lá, né, no serviço dele. Eu não consegui. Eu fui!! (rindo)

824 Antônio: Que isso!

825 Ludo: O Antonio pediu para você fazer isso? (risos)

826 Renata: Falou pra eu não ir lá, pegar no pé dele, ‘não vai aonde que ele ta trabalhando’, é duro
827 né? Mas, eu não consegui não. Mas, assim, eu fui mais...eu saí mais cedo, fui embora, deixei
828 ele lá, sabe? Num fiquei até no final da noite igual eu vou embora no final da noite com ele,
829 mas eu não fui embora com ele, aí, mas é difícil...assim, não é fácil, sabe?

830 Ludo: Renata, você ir embora mais cedo foi uma coisa boa não foi?

831 Renata: Foi...mas é porque eu tinha compromisso, notro dia!! (risos) Esse é, é, então, eu
832 mostrei pra ele também que eu também tenho os meus compromissos.

833 Ludo: Você mostrou pra você Renata...

834 Renata: Pra mim né?

835 Ludo: Que você era prioridade. Porque eu entendo oh do meu ponto vista eu entendo assim:
836 eu fui lá um pouquinho, fiquei perto do meu marido e fui embora porque eu tinha que cuidar
837 das minhas coisas no outro dia.

838 Renata: É, por que ele acha que eu vou lá só pra vigiar ele, mas não é só pra vigiar ele, é
839 porque eu gosto de dançar, eu já falei pra ele. Eu vou porque eu gosto de ver ele cantar,

840 porque eu gosto de dançar, né? E eu tinha também outro compromisso, aí eu até falei eu não
841 contei nada pra ele que eu ia embora mais cedo. Eu só falei assim: “Ó, cê vai de moto porque
842 eu vou de carro”, ele falou assim “Tá, por que?”. Falei assim: ‘ah, não! Vai primeiro’. Porque
843 ele vai cedo, pra ajudar a arrumar as coisas primeiro aí depois eu fui lá em cima do palco, e
844 falei “to indo embora”, “Por que? Que aconteceu?”. “Ah! Porque eu quero embora, dormi
845 mais cedo, tenho que dar almoço ...”, “então tá bom”. Aí fui, né?

846 Ludo: e como é que você se sentiu?

847 Renata: Uai, senti bem. Não tinha ninguém perturbando lá assim (risos) ah! Tinha que contar
848 a maior também né? A fulana que tava perturbando lá que tava mandando mensagem pra ele
849 né? Ela manda, ela mandou umas mensagens muito assim...não sei como eu não consegui
850 ficar apaixonante por ela (ri) andou mandando umas mensagem pra mim né? E eu mostrei pra
851 ele e tudo deu a indicá que foi ela, né? Aí ele, ele...ligou pra ela, ela não quis atender o
852 telefone aí mandou outra mensagem pra ela, mandou ela se enxergar diz ele que num... ele
853 falou pra mim: “ah Renata, eu já dei um basta nessa menina, ela não vai aparecer mais lá
854 não”. Falei: “Por quê que você tem certeza?”, falou “Uai, eu andei falando umas coisas pra
855 ela, ela não quis atender telefone e...aí eu falei pra ela se enxergá, não perturbá, não me
856 perturbá mais não, porque ela ta confundindo as coisas, que eu nunca dei moral pra ela pra ela
857 ficar mandando mensagem pra mim, me ligando, perturbando, me chamando pra sair...”. Aí
858 ele falou pra mim sabe? E ela não apareceu lá mesmo não...Mas não adianta, assim, igual ele
859 falou, “Renata, não adianta você pensar assim. Essa foi embora, volta outra”, porque assim,
860 esses músico...tem as famas né? Tem as mulher que invoca mesmo! (risos)

861 Ligia: Não é só os musico não. È todo o tipo...

862 Renata: Aí ele falou assim “sai ela, volta outra. Vai ter sempre uma pessoa, não é que...”. aí eu
863 falei assim “é, porque você é muito convencido”, eu falei pra ele. “Não é. Não é assim não. É
864 porque elas é muito empolgada, acha que eu sou envolvente, e começa, sabe, um sorriso que
865 eu dou, to cantando, to dançando, eles ta achando que eu to dando moral...”.

866 Ligia: È

867 Ligia: Você fica perto dele lá no palco?

868 Renata: Danço. Não, eu danço lá no salão. Eu quero só ver ele cantando e eu to dançando

869 Antônio: Se fosse ao contrário, se você tivesse lá em cima e ele fosse dança?

870 Renata: Eu não deixo ele dança. Não, eu não deixo ele dança com ninguém não!

871 Antônio: Ahhh!

872 Lígia: ai, ai...

873 Renata: (risos) Ele já sabe, ele fala “Renata, eu fico de boa! As vezes nem gosto, vejo cê
874 dançar com um rapaz mais novo. Fico lá assim...pensando, mas você ta perto de mim ce não
875 vai fazer nada de errado né? E se ocê pega e quiser fazê é problema seu”. Ele fala desse jeito.
876 Aí que eu fico incomodada. Ele fala “isso é problema seu!”.

877 Ludo: Renata, eu to sentindo um pouquinho, depois que o Lucas tava falando um pouco do
878 casamento dele né? Eu acho que o seu marido age como o Lucas, no sentido de ser seguro

879 Renata: Ele é. Ele é super seguro.

880 Ludo: Ele sabe a família que ele tem, a mulher que ele tem.

881 Renata: É o que eu ia falá com ele!

882 Ludo: Por quê que ele tem que se preocupar?

883 Renata: É, eu não dou motivo nenhum pra ele. Eu sou certinha. Ele sabe meus passos...

884 Ludo: E por quê que você tem que preocupar?

885 Renata: Com que?

886 Ludo: Com ele.

887 Renata: É, eu não deveria, né? Mais é porque ele é diferente de mim. Ele não é igual eu. Ele já
888 me deu motivo né pra eu ficar assim. As pessoas mudam, a minha mãe fala “Renata larga
889 isso, esquece o que passou, leva uma vida nova dá um voto de confiança pra ele...”.

890 Ludo: Renata, você já fez alguma coisa errada na sua vida?

891 Renata: Não, tipo assim traição não.

892 Ludo: Qualquer coisa, qualquer coisa errada... Que você tenha se arrependido

893 Renata: Já, qualquer pessoa aqui já fez já,

894 Ludo: Você fez alguma coisa que você se arrependeu e falou que não ia fazer mais?

895 Renata: Sim, já.

896 Ludo: Você acha que o seu marido pode achar que o quê ele fez foi errado e falar pra ele que
897 ele não quer fazer mais?

898 Renata: Pode, as pessoas mudam.

899 Ludo: E aí?

900 Renata: E aí o que?

901 Ludo: E aí que eu fico pensando que a gente consegue da um voto de confiança para as
902 pessoas se a gente decide que elas vão ficar do lado da gente ou se a gente não consegue como
903 é que a gente vai viver do lado delas sabe?

904 Renata: Ah! È difícil. Eu fico pensando isso também. Eu mesmo me pergunto todo dia, será
905 que eu vou conseguir viver a vida inteira desse jeito, insegura, com ciúmes? Isso não é vida,
906 não é vida. Ficar vasculhando os trens dele, o celular dele, ficar indo lá vigiando ele, as olhada

907 dele pra onde ta indo. Tem dia que ele até engole saliva e pára de cantar (risos) Diz ele que eu
908 olho tanto ele, e encaro tanto ele quando eu vejo que ele tá olhando prum lado, pra ver se ele
909 tá olhando pra alguma mulher, que ele fica até sem graça, um dia ele fez assim: “que que
910 foi?”. Desse jeito assim pra mim. Aí eu fiquei com culpa mesmo

911 Ludo: Eu fiquei pensando no quê que você precisa, sabe?

912 Renata: Ai, ó. Eu precisava que ele demonstrasse mais, que gostasse mais de mim, sei lá. Me
913 deixasse mais segura, eu não sei como mas eu queria que ele fizesse isso pra mim, entendeu?
914 Pra eu me sentir bem.

915 Ludo: Renata, mas cê não conta pra gente que... você já contou que ele manda recadinho no
916 seu celular, falando que gosta de você, que ele te mima, que as vezes ele preocupa com você

917 Lígia: Te chama de baixinha

918 Ludo: Te chama de baixinha, eu fico pensando que outras coisas que você precisaria sabe?

919 Renata: Ah, a segurança, assim, eu queria que ele mostrasse que ele não ia mais fazer nada de
920 errado, sabe? Sei lá. Coisa da minha cabeça...Mostrasse pra mim que não se interessa por
921 outra mulher...

922 Elisa: Em primeiro lugar, eu acho que se ele tivesse outra ele não te tratava com tanto mimo
923 ainda igual ele trata

924 Lígia: Carinho

925 Elisa: Com carinho. Porque...na época que eu tava passando por isso, o meu tava totalmente
926 afastado de casa. Ele tava começando a por defeito no almoço, no jantar, começando a...pegar
927 no pé, aí começa a pegar do pé com serviço doméstico pra dizer que ele ta preocupando
928 muito, mas a parte que precisa dele... Às vezes assim, agrada ou fala um agrado igual ele fazia
929 de primeiro, quando a gente tinha casado, não fazia mais. Aí eu fui descobrindo até que eu
930 peguei ele com a outra. Aí sim eu tinha motivos pra ter certeza que ele tinha outra. Eu vi,
931 ninguém me contou. Eu vi.

932 Lígia: Mas não procura muito não

933 Joana: Porque quem procura acha, viu? E diz que quem fala muito ouve o que não precisa,
934 então...fica na sua, mas... (ri). Não é fácil não.

935 Antonio: É...

936 Lígia: É! (ri)

937 Antônio: Eu vejo tanto ciúme, o meu ciúme já ta cinqüenta por cento, né? No decorrer dos
938 anos, né?

939 Lígia: Cinqüenta por cento pra mais ou pra menos?

940 Antônio: Pra menos claro

941 Ligia: Graças a Deus

942 Joana: oh

943 Ludo: Por que Antônio você conseguiu? Como?

944 Antônio: Ah, tem tantos anos juntos, né? Você nunca ter uma evidência é meio difícil né?

945 Ludo: Você procurava evidência?

946 Antônio: Hum, claro... eu acho que a minha mente procurava mais do que eu mesmo na

947 verdade...Uma coisa assim, involuntária. Mas hoje não. Tem cinquenta por cento não tem

948 mais, não tem mais motivação, nesse aspecto cada dia melhor. Então, não tem briga, tem

949 briga dá aquelas discutidas

950 Ludo: Eu quero apontar procê uma coisa que eu acho muito importante, eu vou te falar por

951 que: eu acho que no nosso primeiro encontro você trouxe pra gente que o ciúme era um

952 problema sabe?

953 Antonio: Claro.

954 Ludo: Hoje o ciúme não é um problema mais

955 Antônio: Não. É um probleminha, é pequeno.

956 Ludo: Hoje isso é pequeno. E como que você deu conta? To aqui pensando...

957 Antônio: Existe umas, algumas coisas na vida que cê que cê não acredita, né? Que você possa

958 passar por esses momentos e ser reconhecido da mesma forma, ser tratado com o mesmo

959 respeito pela sua esposa pelo qual estou me referindo e mostra uma grandeza que você senti

960 pouco, pouco não muito até culpado, alguns sofrimentos que eu causei que era desnecessário

961 Ludo: Você ta falando do que Antônio?

962 Antônio: Do ciúme. O que eu reclamava que coisa mais absurda, absurda mesmo.

963 Ludo: Por que absurdo? Você procurava coisas.

964 Antônio: Ah...tá achando que tava olhando pra um, falando bobagem, besta assim. Num tinha

965 nada a ver...

966 Ludo: E você conseguiu...

967 Antônio: Eu, eu, eu admiro muito a minha esposa por ela ter me suportado até hoje a questão

968 do ciúme (risos).

969 Ligia: Te ama muito né Antônio?

970 Antônio: Com certeza. Conseguir suportar, ela suportou e conseguiu contornar que eu acho

971 importante, conseguiu me colocar nos eixos, é um gesto de grandeza

972 Ludo: Antônio sua esposa também tem defeito né?

973 Antônio: Claro que tem, muito pouco que ela tem

974 Ludo: Você suporta alguns defeitinhos dela?

- 975 Antônio: Com certeza
- 976 Ludo: Isso também é um sinal de grandeza?
- 977 Antônio: Ah, é. Eu não sei
- 978 Ludo: Aceitar o outro do jeito que ele é...
- 979 Antônio: Parece que aceitar, não é aceitar... Ela é tão menos né? Tão menos problema que ela
- 980 me causa, que é... Eu não sei citar um, uma coisa que....a única coisa talvez que nós deixamos
- 981 de fazer é porque eu gostava de dançar quando nós casamos e ela já não gosta, foi só isso que
- 982 nós deixamos de fazer. Mais nada. Mas...por parte dela...eu costumava a brigar, às vezes pra
- 983 ela dedicar menos...em algumas coisas.
- 984 Ludo: Eu fiquei pensando, eu acho que a gente se cobra tanto. Toda vez a gente fala disso do
- 985 tanto que a gente se cobra, do tanto que a gente pensa que o outro pensa alguma coisa da
- 986 gente...
- 987 Antônio: È, essas ultimas semanas eu fui fazer uma bateria de exames, exames, que a Dra. F
- 988 (nome da médica), tomei meus remédios, tentei ver por quê que o meu coração não tava
- 989 funcionando direito. Fiz um, um, um, um, eletro...
- 990 Lígia: Eletrocardiograma
- 991 Antônio: fiz um eletro e fiz com esforço. Tomei bomba no de esforço. Tomei bomba, o
- 992 coração tava estranho, até entendo diminui meu remédios ou ficá com outro tipo de
- 993 medicamento. O colesterol também tá alto, o trigliceries tá alto, aí a minha esposa, eu senti
- 994 que, ela muchou né? Ela não fala, mas eu sei que ela tá com medo. Aí ela tá com medo do que
- 995 eu faço, ela tinha medo deu suicidar, agora ela tá com medo deu suicidar e morrer
- 996 (risos)...natural também.
- 997 Joana: Tadinha!
- 998 Lígia: Oh meu Deus!
- 999 Antônio: (...)
- 1000 Ludo: Sua esposa trabalha, Antonio?
- 1001 Antônio: Muito.
- 1002 Ludo: Trabalha muito?
- 1003 Antônio: Em casa. Em casa
- 1004 (risos)
- 1005 Antônio: Nós fizemos um acordo, quando nós casamos...é...Eu conheci minha esposa ela
- 1006 tinha quinze anos. Nós casamos ela tinha 17 e eu 25. Deram para nós três meses de casamento
- 1007 e separava, aí depois de casados nós trabalhamos, nós fizemos um acordo: o quê que nós
- 1008 vamos fazer com os filhos? Nós vamos, você pára de trabalhar, nós vamos ter os filhos até

1009 coisá e eu guento o financeiro sozinho. Porque eu não até hoje eu não admito terceirizar a
1010 criação dos filhos. Eu acho absurdo. Eu acho que o mundo tá mais ruim por causa disso. E
1011 assim fizemos. Hoje, por exemplo, ela tá querendo voltar a trabalhar, tá querendo trabalhar,
1012 quer trabalhar, mas quem vai dá conta? Porque os meninos cresceram e fico pior né?

1013 Lígia: E depois que casa é pior ainda

1014 Ludo: Peraí oh

1015 Lígia: È mais difícil

1016 Ludo: Na verdade, eu to achando essa conversa meio doida (risos). Sessão passada você
1017 apresentou uns meninos aqui muito dos responsáveis pra nós, né?

1018 Antônio: Não, mas eles são, mas...e o trabalhão que dá?

1019 Elisa: È, é a preocupação que dá.

1020 Ludo: Não, mas olha aqui: a gente tá contando, a gente tá vendo mulheres que trabalham e
1021 que cuidam de filhos...

1022 Antônio: Não, primeiro isso uma né, não, né, na verdade esses filhos nossos cê não tem mais
1023 como cuidar deles. O máximo que nós podemos fazer é aconselhar. Agora, interferir e chega
1024 põe aquela roupinha mais quebradinha, arrumadinha porque tem reunião não sei aonde...

1025 Lígia: Pior

1026 Antônio: Tem a filha, aquela coisinha...

1027 Ludo: Então, Antônio você acha que uma mãe pode trabalhar?

1028 Antônio: Não, ela pode trabalhar se ela não tem que fazer o serviço que ela faz, eu acho que
1029 até justo

1030 Ludo: Você acha que...

1031 Antônio: Agora cumprir dupla jornada, aí de jeito nenhum

1032 Ludo: Ah ela não pode!?

1033 Antônio: Não, ela não deve. De jeito nenhum

1034 Ludo: E se ela quiser, se ela achar que ela dá conta? O que significa isso?

1035 Antônio: Significa que ela não vai dar conta, eu acho. (risos)

1036 Ludo: Como que vocês escutam esse negócio que o Antônio tá falando?

1037 Lígia: Ele que não conhece a esposa que tem. Não sabe como é que vai ser. Você dá conta.

1038 Antônio: Eu chego em casa e só, eu chego em casa e não faço mais nada.

1039 Lígia: Você não falou...

1040 Antônio: Às vezes eu vou lá, lavo as panelas, essas coisa...

1041 Lígia: E ela já ta morta.

1042 Ludo: Olha o que a Lígia perguntou para você, você escutou?

- 1043 Ligia: Você dá conta de dois empregos.
- 1044 Antonio: É, mas....
- 1045 Renata: Então é como se fosse, né?
- 1046 Ligia: Eu acho.
- 1047 Antônio: Eu acho que não
- 1048 Ligia: Serviço de casa a gente tira de letra, eu acho. A gente que é mulher, né?
- 1049 Ludo: Ô gente, será que só eu que to sentindo falta de escutar o que a Elisa ta pensando!?
- 1050 Elisa: Ah...(suspira)
- 1051 Lígia: A Elisa já foi muito mais...
- 1052 Antônio: Ta sonolenta né?
- 1053 Ligia: O quê que foi? È a chuva que te acalmou?
- 1054 Cibele: Ou o calor? Que te exaltou? (risos)
- 1055 Elisa: È os dois. O calor muito forte e depois apagou! (fala continuando o tom de poesia da
- 1056 Cibele. Muitos risos). Não, mas é...hoje, pela primeira vez assim, eu senti pressa de embora,
- 1057 impaciência de tá aqui...
- 1058 Ligia: Tá tudo bem?
- 1059 Elisa: Não com as coisas....eu falo assim, comigo mesmo, aqui dentro.
- 1060 Ligia: Hum...
- 1061 Elisa: É que tá...As pessoas aqui que usam medicamento, a tendência é ir tirando, a vontade, o
- 1062 objetivo pelo menos, né? Eu fui ao médico essa semana por que, tô muito mal. Comecei a
- 1063 ficar muito preocupada com as coisas pra resolver, mais problemas e aí eu voltei no meu
- 1064 médico, né? E a minha médica me aconselhou “não, você não tá, você não tá doente, o
- 1065 remédio é...” como se diz, me iludiu assim, né? Porque eu fico com muito medo de
- 1066 dependência, né, do remédio, porque eu já fiz tratamento. Aí ela, eu voltei a tomar remédio
- 1067 para me animar, eu to tomando um remedinho pra dormir, porque eu não estava dormindo. E
- 1068 eu to com um monte assim, de coisa lá fora me esperando. Eu tô ansiosa hoje, tô gostando de
- 1069 ouvir o pessoal, mas não tô afim de falar de mim.
- 1070 (silêncio)
- 1071 Elisa: Só uma coisinha: minha filha sofreu acidente, a que vai casar. Quebrou a perna, meses
- 1072 de gesso e...
- 1073 Ludo: Ela vai casar quando Elisa?
- 1074 Elisa: Ia, já ta desmarcando, dia X...
- 1075 Ligia: Nossa! Mas, às vezes tinha uma coisa assim que não ia dar certo...

1076 Elisa: Mas ela foi bem mal atendida no serviço de saúde que procuramos, engessou, agora a
1077 gente pagou uma outra consulta e viu que é... Médico nenhum dá o diagnóstico de fratura,
1078 porque ele tem que fazer um exame, aí até antes de entrar aqui eu consegui já...o exame dela
1079 foi liberado a gente vai ter que pagar, para ver se desenrola, porque o médico explicou que
1080 podia ficar engessado meses, de repente tirava e não era fratura, era um monte de outras
1081 coisas. Aí eu tô... Nossa! Muita coisa assim né. E eu tô um pouco ansiosa, e...também não tô
1082 bem com aquela outra história, assim, não tô resolvida sabe, tá confuso...

1083 Ludo: Elisa, eu tô te escutando e tô aqui pensando né, você tem uma data para as coisas
1084 acontecerem na sua vida...

1085 Elisa: Tinha. Arram, eu falei, tá bom então. (risinhos nervosos)

1086 Ligia: Pode falar, nós já sabemos de tudo! (Elisa ri)

1087 Elisa: Mas eu to mal!

1088 Ligia: É bom que ela desabafa.

1089 Cibele: Você tinha planejado Elisa? O casamento? Como direção da sua vida? O que poderia
1090 fazer...

1091 Elisa: É, eu sempre planejo demais...como o Antonio....

1092 Cibele: Como o Antônio? (fala junto com Elisa)

1093 Elisa: Mas eu...eu sei como ficar melhor.

1094 Ludo: Como?

1095 Elisa: Eu consigo, buscar numa fonte.

1096 Ludo: Você busca como, Elisa?

1097 Elisa: Uai, trabalhando comigo mesma. Daqui a pouco eu tenho que trabalhar, aí vai, vai indo
1098 melhor, aí eu de novo (risos)

1099 Ludo: Que coisas que você pode falar para você, igual o Antônio falou...

1100 Elisa: olha, aqui muita gente aqui hoje já me ajudou sem eu falar.

1101 Ludo: Hã? Ajudou como?

1102 Elisa: Quando a Renata falou que ela conseguiu ser forte na época da separação eu me vejo
1103 em cada coisa. Eu to aproveitando muito bem isso aqui. Mesmo que eu fique calada. Mas
1104 cada uma aqui me ajudou de alguma forma. Eu lembro que também eu vi para uma, uma né
1105 desde como se diz desde pequeno eu luto muito pra sobreviver, pra lutar, eu tenho uma
1106 história de vida assim que eu mesma me orgulho dela. Se eu tivesse tempo pra contar. É uma
1107 história de vitórias. Então, quando a Renata colocou isso e eu vi assim que o casamento dela
1108 hoje por que que ela não é tão forte hoje como ela já foi? Se a gente conseguir, mas eu penso
1109 comigo também: aí eu volto para mim mesma e penso: Puxa vida! Eu acho que eu sou forte

1110 desde o ventre. Que eu não era pra ter nascido, tem uma história assim, né? Então, como se
1111 diz, eu sou forte desde o ventre, por que eu não venço essas coisas? Eu tenho fé, eu tenho
1112 muita fé em Deus tô sendo uma pessoa ultimamente muito religiosa, e Ele tá me dando muito
1113 força!

1114 Joana: E ele vai te dar cada vez mais

1115 Elisa: Aí quando ele fala do casamento eu me vejo a esposa, eu falando pra ele há um tempo
1116 atrás eu te amo e ele também, eu te amo, ele eu também... do mesmo jeitinho! (Joana ri). O
1117 Antônio também fez umas colocações, né, que eu gosto muito das colocações que ele faz,
1118 sempre me serve. Agora eu não vou lembrar. Eu gosto muito de ouvir, agora eu to ansiosa.

1119 Antônio: Deixa eu te fazer uma pergunta: por que você tem medo da dependência do
1120 remédio?

1121 Elisa: Èééé...é mito. Bobagem. A médica me explicou não tem isso, você pode tomar aquele
1122 remédio, ainda mais que é muito fácil né?

1123 Antônio: Uhum

1124 Elisa: E o quê que tem também? Eu já me fiz essa pergunta tem tanta gente que toma remédio
1125 há tanto tempo porque precisa, porque que eu vou conseguir ficar dependente?

1126 Antônio: Porque existe uma crítica muito grande em cima de quem toma remédio.

1127 Elisa: È.

1128 Antônio: É complicado né porque eu acho que é um problema mais social do que, do que

1129 Elisa: È isso

1130 Antônio: A resistência não é da gente, eu num, eu num, há uns tempos atrás eu não contava
1131 para ninguém, o remédio era escondido,

1132 Elisa: Sabia que você, de ver, de ouvir você aqui e tal, eu também não, eu voltei na médica
1133 nessa condição. Se eu tô me ajudando aqui, se eu tô me ajudando assim né uma religião que
1134 tô, que eu acredito, por quê que eu não posso me ajudar o meu corpo? Químico... eu preciso,
1135 eu vou. E fui tranqüila, eu não fui achar... Eu só expliquei pra médica, eu mesma fui parando
1136 por conta própria e fiquei bem por muito tempo. Só que aí ela me explicou “você precisa de
1137 ajuda, você tem uns problema...ajuda a te resolver, não é, não precisa pensar que cê ta doente,
1138 que cê ta oh quatro meses, seis meses cê não...precisa achar que você vai ficar dependente.
1139 Não é assim...”. Eu fui, to tomando, to sentindo bem. Muito bem, né? Por que eu acho que se
1140 não tivesse, to conseguindo dormir. Aí por isso que eu acho que eu to assim um pouco
1141 sonolenta, né? Mas num...

1142 Joana: Eu também tomo remédio pra...

- 1143 Elisa: Essa mania que a gente tem de acha que tudo é você que tem que cuidar né? Mania de
1144 cuidar demais dos outros
- 1145 Cibele: Menos da gente
- 1146 Elisa: È, aí é né? Eu acho que eu tenho que cuidar da minha filha nas consultas dela, ajuda a
1147 outra, ajuda...
- 1148 Cibele: Hum?
- 1149 Elisa: audiência semana que vem.
- 1150 Antônio: Você é uma esposa de vez em quando assim, quando é que você vai desmamar esses
1151 menino?
- 1152 Elisa: Não, mas assim...você, é, é...
- 1153 Antônio: Você já não ouviu não? Por que eu já ouvi!
- 1154 Elisa: Não, mas assim num
- 1155 Antônio: Essa é a diferença
- 1156 Elisa: No meu caso, eu mesma eu já consegui. Eu tenho uma frase que eu, eu usei há um
1157 tempo atrás com o meu filho e uso sempre, eu falo pra ele “X. eu aprendi a ser sua mãe”. Ele
1158 me ensinou a ser mãe dele. Por que? Porque do tanto que eu sofria que eu queria que fosse do
1159 jeito que eu quisesse, né, não dava mais. Outro dia eu tive fora uns dias, ele mandou uma
1160 cartinha e reverteu “mãe, eu te amo muito, eu aprendi a ser seu filho também”. Então, quer
1161 dizer, eu, eu já lidei muito com essa história que você fala dos meninos saindo, ficando
1162 sozinho. Assim eu consegui superar. Meu filho quando começou a passear na noite, a pegar o
1163 carro do pai, até que deu no que deu, né, a gente tem na semana que vem uma coisa...bem
1164 séria pra resolver, e ele mudou muito depois disso, eu, hora que ele começa a preparar seis
1165 horas da tarde, eu já começa a sofrer, passar mal, “X. aonde você vai”, ele “Mãe, eu vou em
1166 tal lugar, em tal lugar, em tal lugar, não pai me dá a chave do carro”, aquela coisa, foi indo eu
1167 fui trabalhando isso comigo. Bom, isso, e tal, foi devagar, foi devagar, devagar e eu
1168 consegui...é, aí eu sempre falava: “X. eu to aprendendo a ser sua mãe. Pode ir. Vai com
1169 Deus...”. Dormi a noite inteira, não via a hora que chegava, ta tudo bem. Aí até que um dia
1170 não ficou tudo bem, mas isso a lição foi pra nós, mas mais pra ele, que ele mudou da água
1171 para o vinho, depois dessa, desse acidente que aconteceu, que deu nessa audiência, na semana
1172 que vem, né? A dor assim muito grande, amadureceu todo mundo né? Mas, em termos assim,
1173 de querer ter domínio dos filhos, eu não tenho, passeia, sai, fico sozinha, pode ir. O negócio é
1174 os problemas deles que eu pego pra mim, quando eu vejo eles no apuro né?
- 1175 Cibele: Ce abraça?

1176 Elisa: ...é que eu quero resolver eu acho que eu que tenho que fazer tudo. Mas assim, a
1177 questão deles, de eu ter visto eles saírem, a minha filha avisar pela primeira vez que ia dormir
1178 na casa do namorado, a outra mais nova “X. você ta transando X.?”, “transei hoje pela
1179 primeira vez” (risos) Até isso eu ouvi. E eu levei bem essas coisas...Falei: minha filha você ta
1180 transando, sem cuidado?, “transei hoje pela primeira vez”, então...menina né? Você nunca
1181 acha que vai acontecer. Eu fui amadurecendo...Você separa assim, isso aí eu, eu, eu consegui
1182 levar bem, essa questão do Antônio sentir que os filhos estão afastando...tem outros
1183 programas...

1184 Ludo: Elisa, olha que bonito que você fez: você deixou de querer impor a sua Elisa, na
1185 vidinha de cada um deles e você começou a querer ficar curiosa pra saber o quê que eles
1186 precisavam pra ser feliz, o que que eles precisavam pra viver, né?

1187 Elisa: Isso!

1188 Ludo: Aí você conseguiu relacionar isso um pouquinho com o seu jeito misturado um pouco
1189 com o jeitinho dele, eu acho que é por isso que você fala né, “aprendi a ser um pouco mãe” e
1190 ele aprenderam a ser um pouco filho, por que eles também começaram a pensar em você né?

1191 Nas suas coisas

1192 Ligia: Eles não reclamam não?

1193 Elisa: Do que?

1194 Ligia: Eles não reclamam não, dessa nova Elisa aí?

1195 Elisa: Não, eu dei liberdade. Eu consegui aqui dentro de mim não ser aquela Elisa que eu
1196 achava, que quando eles são pequenos a gente acha que todas, todas as vezes vai passear com
1197 a gente, vai ficar junto, o programa é o mesmo e tal. Eu não, assim, no começo eu sofri um
1198 pouco “ah, você vai sim, você vai pescar, vamos acampar, você tem que ir”. Isso eles tinham
1199 12, 13 anos. Eu sofria, né? Eles também. Mas depois não, foi aos poucos, “você quer ir, vai se
1200 quiser, não, tudo bem, então, eu e o seu pai vamos”, essas coisas... “Vai sair a noite? Pode ir”,
1201 primeiro eu entrego pra Deus. Eu sempre falei: antes de ser meu é de Deus, então, Deus toma
1202 conta. E durmo a noite inteira, não fico, nunca fiquei esperando. Fiquei assim, o X. é muito
1203 passeador, muito boêmio, agora parou de vez, largou tudo, graças a Deus né? Eu, assim, essa
1204 questão que eu vejo o Antônio falar eu já...senti também, essa questão da gente ta perdendo,
1205 parece que a gente ta perdendo eles né? Mas, não é.

1206 Antonio: É...

1207 Ligia: Mas, você acha que vocês né, você acha que estou errada ser uma mãe superprotetora
1208 então? É a minha dor de cabeça é “não, eu vou sair...”, eu vou lá e vou também

1209 Elisa: Mas é o meu caso quando ele...

- 1210 Ligia: “Mãe, eu tô com fome....”. Eu passo na escola e levo pra ele...
- 1211 Elisa: Não, eu também sou assim
- 1212 Ligia: Será que eu tô errada, meu Deus?
- 1213 Elisa: Não...
- 1214 Ludo: E você se sente mal Ligia?
- 1215 Ligia: Nossa, hiper bem! Saber que ela tem uma mãe que ela pode apoiar! Não assim, eu não
- 1216 entro na vida dela, eu não vou na casa dela, muito difícil eu ir na casa dela...
- 1217 Elisa: Ligia,
- 1218 Ligia: Ela trabalha ne?
- 1219 Elisa: Mas, o que me incomoda em mim é, por exemplo, o X. tem os problema, a Y. tem o
- 1220 celular dela, tá lá em cima da cama...
- 1221 Ligia: Nossa, é horrível!
- 1222 Elisa: tem que adiar as coisas, o convite começando a ser entregue, então, assim, eu sofro com
- 1223 essas coisas. Eu quero ajudar e sofro. Eu queria ajudar sem sofrer, então, eu fico trabalhando
- 1224 comigo mesma pra ver se eu não sofro. Ài eu chego, a minha netinha ta chorando, doente, aí
- 1225 eu quero cuidar da outra que tá na cama, eu não tendo nem espaço assim oh, tô uma
- 1226 profissional muito relapsa, tô deixando, porque...não dou conta de ser tudo tão perfeito. No
- 1227 trabalho eu to fazendo o que der, má profissional não, faço direitinho só não to tendo
- 1228 naquela...organização. Então, tô indo. Assim, né? Por isso que eu não tô muito bem, porque
- 1229 fica desorganizado as coisas, é na minha cabeça quê que eu faço? Tem cinco coisas, tenho que
- 1230 escolher duas ou três, é isso.
- 1231 Joana: Quer dizer que você dá conta,
- 1232 Cibele: Você queria que no seu caso, eu não sei se é bem isso, que você tava tentando passar,
- 1233 vamos ver se é um pouco isso, por exemplo, o caso da sua filha que infelizmente aconteceu o
- 1234 fato, de uma certa forma ela vai ser dependente sua durante um tempo né?
- 1235 Elisa: Humhum.
- 1236 Cibele: Porque...não tem como né? Agora o teu filho já que ele ta tão dependente assim de
- 1237 você, você gostaria que ele fosse mais responsável nas atitudes que ele tivesse, sejam elas
- 1238 positivas ou não, ou seja, ele abraçá aquilo, reconhecer que de fato ele errou e ele tem que ter
- 1239 noção de tentar de... Como é que eu vou lhe dizer?
- 1240 Elisa: Não, eu to preocupada...é assim, ele, já mudou...Nossa! Não tem nem como falar, o X.
- 1241 hoje é outro. Eu falei isso hoje vindo pra cá. O meu medo é, como se diz quem, sabe a cabeça
- 1242 de juiz pra julgar uma causa né?
- 1243 Joana: Coloca nas mãos de Deus, porque a justiça de Deus não falha

- 1244 Elisa: Porque eu sempre falava pra ele né? A questão de companhia, eu não falo que ele era
1245 santo, mas ele tava com a pessoa errada...
- 1246 Joana: Ichi!
- 1247 Elisa: É. (...). Agora, vai provar isso, então, isso me preocupa né? Porque...não é fácil. Mas, é
1248 isso. Eu fico sofrendo por muitas coisas, aí eu to explicando porque eu fico desassossegada
1249 aqui hoje
- 1250 Ligia: Eu to até entendendo
- 1251 Antônio: Igual eu, né? Você ta sofrendo por antecipação.
- 1252 Elisa: É, lembra? Há umas sessões atrás eu disse é uma audiência, eu to preocupada, mais
1253 paciência, então, vai chegando vai chegando
- 1254 Cibele: Quando mais chega mais a gente fica angustiada
- 1255 Antônio: Essa tortura é terrível. Não é fácil assim mesmo não, falar assim que você vai
1256 contornar e você faz força
- 1257 Elisa: È
- 1258 Antônio: Dá uma desligadinha, às vezes faz alguma coisa e não consegue fazer, eu sempre fui
1259 muito falante, hoje eu não, eu falo muito menos, mas... Mas, e...Que a perturbação é tamanha
1260 que me impedi de ter uma criatividade para ta falando sobre alguma coisa, mas foi bom que
1261 você falou, no finalzinho você falou, né?
- 1262 Elisa: Eu to pesada, to tão angustiada
- 1263 Antônio: Ce vai sair mais leve...
- 1264 Elisa: Hoje eu não consigo falar nada, mas aproveitei muito, eu to sempre pensando
- 1265 Antônio: Eu levando pelo meu pensamento compulsivo, eu to tentando me livrar disso, pelo
1266 menos diminuir, eu imagino como você está, então, dá pra, eu acho que essa sua última fala aí
1267 você vai embora
- 1268 Elisa: Mais leve?
- 1269 Antônio: Mais leve (risos) eu tenho certeza.
- 1270 Ludo: Foi bom escutar a Elisa, Antônio?
- 1271 Antônio: Foi, foi ótimo
- 1272 Ludo: Foi bom?
- 1273 Antônio: Foi
- 1274 Ligia: Isso te ajudou.
- 1275 Renata: Pra você nunca perder a esperança, confiar primeiro em Deus, né?
- 1276 Elisa: Eu sou suspeitinha pra falar do meu remedinho (risos)

1277 Ludo: Gente oh nós terminamos né, mas eu só quero Lucas, Joana entregar as cartas das
1278 sessões que vocês não vieram.