

A clínica terapêutica na abordagem fenomenológico-existencial

Therapeutic clinic in the phenomenological-existential approach

SAMUEL LUCAS DE ALMEIDA¹

ADRIANA DIAS BASSETO²

Resumo: Esta produção tem como objetivo dispor a base epistemológica e filosófica da clínica fenomenológico-existencial, e perscrutar como ela reverbera na prática e atitude psicoterápica. A vertente fenomenológico-existencial surgiu como síntese da metodologia fenomenológica, construída por Edmund Husserl, com a linha de pensamento e filosofia mais ampla chamada existencialismo, que abarca pensadores como Kierkegaard, Heidegger e Sartre. Em 1958, Ludwig Binswanger, num texto sobre a escola de pensamento analítico-existencial, sintetiza a Daseinsanalyse (análise existencial) como um método de pesquisa fenomenológico psiquiátrico, expressando a conexão entre o pensamento existencialista e a metodologia fenomenológica, e clarificando uma origem para a vertente fenomenológico-existencial (GOMES&CASTRO, 2010). Esta teorização propôs uma nova conceituação de homem e de subjetividade que abarca a dupla constituição de homem, o homem como constante fazer-se em relação ao mundo. O homem é entendido, então, como liberdade, como abrir-se ao mundo, como vazio a ser preenchido, como possibilidade e como intenção, contrapondo as teorias e práticas tradicionais que tendiam a classificar, patologizar e engessar o homem. Esta nova conjectura do ser e do mundo foi acompanhada de uma nova prática clínica, uma prática que respeitaria e compreenderia o homem em sua integralidade. A operação da psicoterapia existencial busca, em suma, a autenticidade, através da apreensão, conscientização, e resignificação da própria condição humana.

Palavras-chave: Existencialismo. Fenomenologia. Psicoterapia. Clínica.

Abstract: This production aims to provide the epistemological and philosophical basis of the phenomenological-existential clinic, and to examine how it reverberates in the practice and psychotherapeutic attitude. The phenomenological-existential approach emerged as a synthesis of the phenomenological methodology, built by Edmund Husserl, with the broader line of thought and philosophy called existentialism, which encompasses thinkers such as Kierkegaard, Heidegger and Sartre. In 1958, Ludwig Binswanger, in a text about the school of analytical-existential thought, synthesizes Daseinsanalyse (existential analysis) as a method of psychiatric phenomenological research, expressing the connection between existentialist thought and phenomenological methodology, and clarifying an origin for phenomenological-existential strand (GOMES & CASTRO, 2010). This theorization proposed a new concept of man and subjectivity that embraces the double constitution of man, man as a constant being in relation to the world. Man is understood, then, as freedom, as opening up to the world, as a void to be filled, as a possibility and as an intention, contrasting the traditional theories and practices that tended to classify, pathologize and plaster man. This new conjecture of being and the world was accompanied by a new clinical practice, a practice that would fully respect and understand man. The operation of existential psychotherapy seeks, in short, authenticity, through the apprehension, awareness, and reframing of the human condition itself.

Keywords: Existentialism. Phenomenology. Psychotherapy. Clinic.

¹ Acadêmico do curso de Psicologia da PUCPR, Campus Toledo.

² Professora da PUCPR, Campus Toledo. E-mail: adriana.basseto@pucpr.br

Introdução

O pensamento e a prática fenomenológico-existencial emergem através do encontro do método fenomenológico, construído por Husserl, e a linha de pensamento denominada existencialismo, que abrange um número de pensadores modernos. O resultado dessa união é uma atitude em relação e transação ao mundo; atitude esta que deu origem a uma nova maneira de conduzir a prática terapêutica. A investigação do funcionamento da consciência proporcionada pela metodologia fenomenológica, pareada à filosofia existencialista, sustentou as bases para uma nova concepção de homem como fluxo, como abertura à mudança, e como possibilidade.

Frente à velha oposição entre o idealismo e o materialismo-empirista, que tendiam ou a um objetivismo radical ou um subjetivismo insuperável, Husserl teve como pretensão com seu método solucionar essa dicotomia na filosofia ocidental. Negando a supremacia de um ou outro, entende-se aqui a coexistência e cogênese entre esses dois opostos, validando a existência de um mundo subjetivo que abre-se, recebe e capta o mundo objetivo. O método husserliano indicou a abertura direta a vivência e experiência humana, assim contornando a sobreposição destes por uma suposta realidade positivista e *a-priori*. Este acesso direto à consciência humana é condizente com a filosofia existencialista e seu entendimento de subjetividade e de homem. E então permitiu uma nova compreensão da condição humana e de suas peculiaridades, de forma que não se apoiava demasiadamente nos métodos e teorias tradicionais, com seus diversos limites, e sim almejava resignificar o homem a partir da própria possibilidade dele.

216

O sujeito na fenomenologia

Ao nos remetermos à dualidade sujeito-objeto, algo inusitado nos enfrenta: na própria composição de cada um destes dois aspectos há implícita a presença do outro. Não se encontra nenhum objeto que não se coloque em tal posição sem relacionar-se a um sujeito; nem é possível conjecturar um sujeito puro sem, contrapondo, a existência de um objeto externo e não-sujeito.

Husserl identificou esse embate ideológico entre os idealistas, de Platão à Kant e Hegel, e os empiristas, Aristóteles à Hume, como central para os problemas filosóficos de sua época.

O idealismo pressupunha a existência de um conhecimento puro e positivo, *a priori*, e, desta forma, isolava o processo de conhecimento humano o máximo possível da percepção. O empirismo, por outro lado, definia a consciência como o conjunto de apreensões da experiência e reduzia-a a uma subjetividade extrema. Insatisfeito com essas abordagens, que ou priorizava o objeto em detrimento do sujeito, ou dava ênfase ao sujeito

desconsiderando o objeto, Husserl superou este dualismo definindo a consciência em sua dupla constituição, um constante fazer-se na relação homem-mundo (MENEGASSI, PETRICH, ALMEIDA, BASSETO, 2018, p. 9).

Desta forma, através da redução fenomenológica, Husserl propunha uma nova forma de lidar e acessar a consciência; um acesso direto aos fenômenos da subjetividade, sem ignorar a necessidade do mundo externo na composição da mesma.

A Fenomenologia para Husserl, seu fundador, designa, fundamentalmente, “um método e atitude intelectual especificamente filosófica, o método especificamente filosófico” (HUSSERL, 1965 apud EWALD, 2008). O método de redução fenomenológica, também conhecido como *epoché*, propunha contornar as teorizações da filosofia racionalista e positivista que se sobrecolocavam ao mundo, e atingir as coisas “tão claramente manifestas que não podem ser negadas” (ROVIGHI, 1999, p. 360 apud EWALD, 2008).

O sujeito, desta maneira, não é definido por uma teoria *à priori*, e sim apresenta-se como é, a partir de sua vivência e sua existência, evitando os vieses que ameaçavam distorcer a realidade humana. O homem, então, não deve ser conjecturado a partir de uma essência pressuposta, como diria Sartre, pois ele não é criado com um objetivo definido, e sim é ele mesmo que cria, persegue e vivencia seus próprios significados, inventando-os a partir de suas escolhas (SARTRE, 1973).

217

Implicações terapêuticas

A psicoterapia, principalmente esta orientada pela fenomenologia-existencial, pode ser bem sintetizada como algo cuja função é “mediar o sujeito na construção de ferramentas que lhe possibilitem alterar a situação de impasse em que se encontra” (PRETTO, LANGARO, SANTOS, 2018). E é a partir disso que se propõe em conjecturar uma terapia que não tenha como resultado a alienação do sujeito para com ela, e sim a libertação do mesmo para conjecturar, ou mesmo inventar, as próprias soluções para sua situação. Afinal, para atender as minúcias de cada situação existencial é preciso de uma teoria que englobe todas essas possibilidades, não limitando-se à um acervo de comportamentos ou teorizações pré-dispostas, que estão fadadas a terem um limite. A vertente fenomenológico-existencial é em partes uma resposta a isto, resposta com o fim de solucionar o problema da estagnação – ou limitação – das teorias tradicionais.

Precedendo a presença do pensamento fenomenológico-existencial na prática psicoterapêutica, esta se encontrava marcada pela psicanálise e a psicoterapia adleriana; a primeira concentrando na relação interpessoal e a segunda em práticas reeducativas. Essas contribuições foram essenciais para a psicoterapia do século XX, e reverberaram sua influencia na prática terapêutica fenomenológica,

particularmente pela ideia de transferência e contratransferência. O movimento de conscientizar conflitos inconscientes, integrar sentimentos e desejos irreconhecidos, e identificar experiências traumáticas, que pode ser traduzida como um movimento de exposição e confronto, também direcionaram a *práxis* dos primeiros existencialistas (GOMES&CASTRO, 2010).

Ludwig Binswanger originalmente utilizou da prática psicanalítica, mas acabou achando-a limitante, discordando da visão naturalizante de homem que Freud propunha. Interessado nos trabalhos de Husserl e Heidegger, Binswanger começou a desenvolver a *Daseinsanalyse* (análise existencial) (BÜHLER, 2004). A vertente existencialista emerge num momento de insatisfação com as teorias psicoterápicas tradicionais, como a psicanálise, que outrora fora inovadora na prática da psicologia (LESSA&SA, 2006). Em 1958, Binswanger, num texto sobre a escola de pensamento analítico-existencial, sintetiza a *Daseinsanalyse* como um método de pesquisa fenomenológico psiquiátrico, expressando a conexão entre o pensamento existencialista e a metodologia fenomenológica, e sinalizando uma origem para a vertente fenomenológico-existencial (GOMES&CASTRO, 2010).

Assim como outras vertentes psicoterapêuticas, a psicoterapia existencial investiga a descrição biográfica dos pacientes ou clientes, porém não para explicá-la, justificá-la e classificá-la em esquemas patologizantes; entende-a como uma progressão espontânea e livre do ser do paciente, e procura conscientizá-lo de seu poder de mudança. Essa atitude psicoterápica não pretende justificar ao paciente sua condição, mas sim fazê-lo revisitá-la diretamente a fim de possibilitar uma resignificação da mesma.

A Psicoterapia Existencial funda-se no “cuidado”, enquanto “ser-no-mundo-com-o-outro”, e não em interpretações apriorísticas ou explicações causais sobre a realidade vivencial do paciente. Se há alguma interpretação, ela deve ser fruto da elaboração temática de uma existência que se explicita enquanto projeto. O psicoterapeuta remete o indivíduo a si, estimulando-o a reconhecer sua impessoalidade e a questionar-se no sentido de encontrar suas próprias respostas para as questões que a vida lhe apresenta (LESSA&SA, 2006, p. 394).

No entendimento existencialista, o que o terapeuta divide com o paciente, e o que valida a psicoterapia, é a própria existência em comum. Ambos o terapeuta e cliente se encontram equivalentes no campo da existência (em contraposição à superior ou inferior), e é este encontro horizontal e mútuo que viabiliza o relacionamento de dois seres na culminação de sua existência. Afinal, “o homem é um ser em relação e é por conta dessa relação com outros seres que ele existe, que ele se constitui” (ARÁUJO, 2010, p.6).

De acordo com Binswanger, os esforços tradicionais na psicoterapia e psicologia falhavam ao compreender o homem apenas a partir de sua dimensão

patológica. Era fundamental, afirmava ele, compreender o ser como um todo. Este autor creditava Heidegger por fundamentar essa nova concepção de homem aqui entendida. No caso, o homem não pode ser mais entendido em termos de alguma espécie de objetivação, de algo dado, pois ele é, essencialmente, constante construção e abertura, nunca fechado ou encapsulado como um objeto. Neste caso o homem já é compreendido como uma abertura pela qual os entes (na abordagem heideggeriana) podem ser captados pela consciência (LESSA&SA, 2006).

A terapia existencial não dispensa de métodos tradicionais, contanto que estes respeitem a original e inerente liberdade e abertura do homem ao mundo. As implicações da perspectiva existencial na prática clínica não se dão nas especificidades das técnicas, e sim na compreensão de sujeito e nos efeitos que isso tem na atitude com o cliente. A grande variedade de técnicas utilizadas por terapeutas existenciais convergem na determinação do uso das mesmas, que é “facilitar na pessoa do cliente um autoconhecimento e uma autonomia psicológica suficiente para que ele possa assumir livremente a sua existência” (VILLEGAS, 1988 apud TEIXEIRA, 2006, p. 289).

O uso destas técnicas, dentro desta ótica, não visa curar uma suposta patologia ou mesmo perturbação mental, e sim segue na direção de propiciar o desenvolvimento e o crescimento (natural e espontâneo) do indivíduo, a fim de tornar autêntica a existência do indivíduo, ou melhor, a atitude dele para com a sua existência. Ressalto que refiro-me aqui a uma pluralidade de técnicas, metodologias e mesmo teorizações, no âmbito da intervenção psicoterápica, que se reúnem sobre a mesma bandeira e pelo mesmo intento com o desenvolvimento humano, e não uma única manifestação integrada. (TEIXEIRA, 2006).

Essa prática pode ser bifurcada em psicoterapia experiencial e psicoterapia existencial. A primeira, de forma mais autoexploratória, visa o autodescobrimento e autocompreensão da pessoa em relação à sua situação existencial, e a segunda pretende, ativamente e criativamente, possibilitar a construção de uma existência autêntica e significativa. A escolha por qual caminho seguir dependerá das particularidades individuais, capacidade de adaptação do mesmo, os temas centrais emergentes na terapia e da finalidade da mesma (TEIXEIRA, 2006).

Outro ponto de essencial entendimento desta clínica é a atitude dela com o diagnóstico. Ele é, sim, utilizado, com o fim de padronização de esquematização e de comunicação, mas não o utiliza para nortear o direcionamento da terapia; atenta-se principalmente à relação que o cliente estabelece com este diagnóstico. Em vez disto, investiga-se a relação que o cliente estabelece com esta classificação de si, como ele se percebe e significa esta situação (ARAÚJO, 2010). Enquanto que na psicoterapia tradicional, como, por exemplo, na psicanálise, quando estabelecido um diagnóstico, este toma o lugar central do processo, lugar que deveria ser do próprio sujeito. Assim acarreta-se em uma substituição do cliente como foco para a

patologia. Pois “[...]o diagnóstico fazia parte do sistema hierárquico vertical, no qual o diálogo e a experiência imediata factual do paciente se subordinavam à teoria, ao diagnóstico, e à autoridade” (YONTEF, 1998, p. 273 apud ARAÚJO, 2010). Isto tende a desvalorizar o papel do sujeito no processo, rendendo o inútil frente a uma doença que o devora e o substitui.

Está reformulação do apreender da experiência humana reflete na atitude existencial-fenomenológica com o diagnóstico:

Não trata, portanto, da rotulação do indivíduo inserindo-o em uma determinada categoria de doença mental, mas de tentar identificar em que ponto de sua existência a pessoa se encontra e que significado ela atribui a si e ao mundo (MOREIRA, 1987, p. 263, apud ARAÚJO, 2010, p. 8).

Retomando Teixeira (2006), a atribuição de sentido, de significado, é primordial na atitude que o indivíduo tem em relação com o mundo, e a práxis existencialista se desenrola nestas dimensões de significação, a fim de avigorar o projeto existencial. O mundo a partir de qual o indivíduo emerge e interage foi reelaborado por Binswanger, que o divide em três dimensões do relacionamento do homem com ele: *Eigenwelt* (relacionamento conosco), *Mitwelt* (relacionamento com os outros), *Umwelt* (relacionamento com as coisas do mundo) e, adicionando a contribuição da autora contemporânea Deurzen, o *Ueberwelt* (relacionamento com o mundo transcendente dos valores). (PIRES, 2012). Em suma, o mundo do homem é o mundo do relacionar-se. E, apesar de poder ser dividido em níveis de análise, continua sendo um mundo de relacionamento, fundamentalmente. E por mundo relacional aqui me refiro a um mundo onde são de igual relevância o sujeito e o objeto, sendo que os dois coemergem e coexistem.

Desta forma, voltando à questão do diagnóstico e a questão da situação humana: a debilidade é a própria condição para a superação da mesma. Superação não fisiológica ou orgânica, e sim no âmbito do sentido e da significação, ou seja, pela resignificação existencial. O objetivo desta atitude resignificativa é a destruição das ilusões aceitas e impostas pelo próprio indivíduo que acabam por estereotipar e limitar o ser.

É uma movimentação ativa, afirmativa, através da ação autêntica (em conformidade com a consciência), que o ser pode substituir as ações estereotípicas e, em certa medida, falsas, em virtude de uma existência liberta. Esta abordagem, desta maneira, não é uma abordagem pessimista, muitas vezes mal interpretada pela frase sartreana “o homem está condenado a ser livre” (SARTRE, 2010, p. 9), e sim é uma vertente que procura devolver a consciência da liberdade responsável ao homem, para ele então reconquistar sua dignidade, independente de seu contexto, debilidade ou situação.

Neste mesmo aspecto relacional o trabalho de Buber nos é útil. Ele trabalha com a relação eu-isso, relação com objetos, e relação eu-tu, referindo-se ao relacionamento social. Ele distingue quatro características indispensáveis para a relação eu-tu. Estas são: reciprocidade, presença, imediatez e responsabilidade. Estas caracterizam um relacionamento produtivo e saudável, e são ainda mais indispensáveis no ambiente terapêutico. A reciprocidade remete à relação horizontalizada e aberta ao outro. A presença e a imediatez se configuram na formação de uma relação autêntica, evitando os malefícios de uma inautêntica e povoada com má-fé. E a responsabilidade frui da atitude caracteristicamente existencial: a aceitação da inexorável liberdade do ser (ARAÚJO, 2010).

O que compõe de forma tão essencial a relação é o encontro, nesse caso, em seu fundamento, o “encontro é uma expressão de ser” (LESSA&SA, 2006, p. 394 apud MAY 1976). E apesar do autor referir-se especificamente ao encontro do *setting* terapêutico, podemos entender ele em sua forma mais geral, também como um resultado espontâneo e natural entre dois entes; como a síntese de dois aparentes opostos. May diferencia o relacionamento transferencial da psicanálise da relação de contato ou de encontro, própria da psicoterapia existencial. No relacionamento transferencial pressupõe-se que todo encontro ou relação é fundamentalmente mediado – e traduzido – pelos modelos de relacionamentos incubados no subconsciente desde a infância (LESSA&SA, 2006).

Os existencialistas, como dito, haviam assimilado o conceito de transferência, mas enquanto na teoria psicanalítica é impossível um autêntico encontro entre as duas consciências (impossível a superação das aparências, pois sempre haveria o muro da transferência barrando), no entendimento existencialista, além do conceito de transferências, em superação à este, é possível o contato. A transferência seria, então, a distorção do contato, da genuína conexão – ou comunicação (LESSA&SA, 2006). Nesta nova perspectiva não há muito sentido em falar separadamente em algo como transferência, pois sendo a situação sempre parte do ser, a transferência sempre está presente no ser, sempre acontece a partir da situação que o ser se orienta. Afinal, não é possível haver uma relação transferencial sem que, a princípio, conjecturamos em contraponto uma relação, ao menos teórica, sem resquícios de transferência; um verdadeiro contato (LESSA&SA, 2006).

O fim deste contato, ou do relacionamento terapêutico, é um cuidado que não é alienante, ou que implica na necessidade do cliente apoiar-se no terapeuta, ou no conhecimento do terapeuta, e sim um cuidado que não substitui o outro, e sim possibilita o outro aflorar suas próprias possibilidades, suas próprias escolhas frente aos problemas de sua vida. Neste caso “o terapeuta deixa-se apropriar enquanto abertura dialogante para a manifestação das possibilidades próprias do outro” (LESSA&SA, 2006, p. 396). Afinal, a convivência, nesta perspectiva, nunca é um encontro que acontece *a posteriori* entre dois sujeitos isolados ou encapsulados em

si. Deste o princípio (ontologicamente falando), o ser existe como *ser-com*, como um ser que se manifesta, pois deve, em relação a um mundo, a um outro que, desta maneira, o constitui também.

Considerações finais

Durante o desenvolvimento da psicoterapia e da psicologia, os métodos e teorias tradicionais atingiram um impasse. O pensamento ocidental encontrou-se numa dicotomia insuperável que, ao se repetir e se afirmar, acabara por engessar o homem em seus conceitos e teorizações. O advento do existencialismo neste período histórico contribuiu marcando um novo período e também atendendo esta demanda de sua época, de forma que a atmosfera contemporânea pudesse se consolidar. Sob uma bandeira de vanguarda e com um espírito revolucionário, esse movimento filosófico restituiu a dignidade e a independência do homem, uma característica essencial que inaugura uma etapa mais madura da humanidade. A responsabilidade consequente deste espírito independente e rebelde é, de forma direta, um sintoma dessa maneira radical e elementar de entender o homem e seu mundo.

Neste movimento de ruptura com o pensamento tradicional o homem permitiu-se novas possibilidades e novos mundos, antes até mesmo desconsiderados, ignorados. Assimilando os procedimentos e técnicas consolidadas das vertentes tradicionais e, ao mesmo tempo, inovando e modernizando a maneira de perceber o homem e sua amplitude, o pensamento fenomenológico-existencial possibilitou uma releitura do tratamento psicoterápico. Releitura esta que já se fazia urgente com o estabelecimento do pensamento psiquiátrico e patologizante no século XIX e XX. Os vieses que dominavam o campo do saber puderam ser, em fim, contornados por um acesso direto e imediato à consciência, para assim surgir um novo entendimento que renovou o empório teórico e categórico já insustentável da psicologia e psicopatologia. A fenomenologia existencial surge como uma lufada de ar fresco que ventilou e temperou o pensamento e o espírito do século XXI.

222

Referências

BINSWANGER, L. (1958). *The existential analysis school of thought*. Em R. May, E. Angel & H. F., Ellenberg (Orgs.), *Existence: A new dimension in psychiatry and psychology* (pp. 191-213). New York: Simon & Schuster.

BÜHLER, KE. *Existential Analysis and Psychoanalysis: Specific Differences and Personal Relationship between Ludwig Binswanger and Sigmund Freud*. KARL-ERNST BÜHLER, M.D., Ph.D.* AMERICAN JOURNAL OF PSYCHOTHERAPY, Vol. 58, No. 1, 2004.

GOMES, William Barbosa, CASTRO, Thiago Gomes. *Clínica Fenomenológica: do método de pesquisa para a prática psicoterapêutica*. Psicologia: Teoria e pesquisa. 2010. Vol. 26 n. especial, PP. 81-93.

LESSA, Adir Machado; NOVAES DE SA, Roberto. *A relação psicoterapêutica na abordagem*

fenomenológico-existencial. Aná. Psicológica, Lisboa, v. 24, n. 3, p. 393-397, jul. 2006. Disponível em <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=So870-82312006000300013&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 12 dez. 2018.

MENEGASSI, PETRICH, ALMEIDA, BASSETO. *A psicologia fenomenológico-existencial e o tratamento da debilidade*. Toledo: PUC-PR, 2018 (comunicação oral).

PRETTO, Zuleica; LANGARO, Fabíola; SANTOS, Geórgia Bunn. *Psicologia clínica existencialista na atenção básica à saúde: um relato de atuação*. *Psicol. cienc. prof.*, Brasília, v. 29, n. 2, p. 394-405, jun. 2009. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932009000200014&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 17 dez. 2018.

SARTRE, J. P. *O existencialismo é um humanismo*. Tradução: Vergílio Ferreira. São Paulo: Abril Cultural, 1973.

Submissão: 10.10.2018 / Aceite: 20.12.2019