



O ROMPIMENTO COM OS PADRÕES VIVENCIAIS INAUTÊNTICOS VIABILIZANDO A AUTENTICIDADE DA EXISTÊNCIA

Luisa Thomazini de Freitas; Marlene Marchi de Sousa

Centro de Ciências Humanas, Centro Universitário Sagrado Coração (UNISAGRADO)

lu.thomazinif@gmail.com, lenemarchi@yahoo.com.br

Este estudo apresenta o relato de experiência de um processo psicoterapêutico realizado na clínica escola de uma Instituição de Ensino Superior do interior paulista, no Estágio em Processos Clínicos na abordagem Humanista-Existencial. Esta abordagem tem seus fundamentos na Filosofia Existencial, no Existencialismo e na Fenomenologia. Centrada na condição humana, prioriza a singularidade do sujeito, o modo de ser e existir, o que implica compreender a relação que o homem estabelece consigo, com o outro e com as coisas com as quais se relaciona, além da maneira como significa suas experiências e sua realidade. O sujeito desse estudo é uma mulher de 63 anos que trouxe como queixa inicial dificuldades de tomar iniciativa ou dar continuidade às atividades que gostaria de realizar para si. Esse modo de ser e de relacionar com sua realidade a fez vivenciar sentimentos de frustração, indignação e culpa, na medida em que não conseguia levar adiante seus projetos de vida. O histórico de vida da cliente revela que teve uma educação permeada pela rigidez, privada da liberdade de expressar seus desejos, emoções e sentimentos, fatos que produzem ressonâncias até os dias de hoje e se revelam em forma de insegurança, sentimento de inadequação, falta de autoconfiança e necessidade de aprovação. Os objetivos terapêuticos foram direcionados para o autoconhecimento, identificação dos núcleos de fragilidades e de recursos potenciais, de forma a possibilitar a reconstrução da autoimagem, da autoconfiança, do sentimento de poder e competência pessoal, além da conquista de mais autonomia emocional e da abertura às possibilidades existenciais. Para instrumentalizar a prática clínica foi utilizado o método fenomenológico que visa à compreensão dos fenômenos com os significados e sentidos atribuídos pela cliente às suas experiências, sem nenhum pressuposto a priori. A fenomenologia é o método apropriado para analisar e caracterizar a existência humana no que ela tem de mais original, como aquilo que nos afeta e nos compromete de um modo inexorável. Foram realizadas até o momento 25 sessões de forma dialógica, mediadas pela análise existencial. De maneira a clarificar os fenômenos emergentes foram utilizadas as intervenções refletoras de vivências emocionais, refletoras de conteúdos verbais e técnicas projetivas. Os resultados são parciais, uma vez que o processo terapêutico encontra-se em andamento, porém é visível a evolução da cliente, na medida em que tem apresentado maior facilidade em expressar seus próprios sentimentos e emoções, além de ressignificar algumas experiências do passado que comprometeram a sua autoimagem. Nesse sentido, a psicoterapia configura-se aqui como uma oportunidade para que a cliente olhe novamente para o que foi vivido e para o que é vivido agora, permitindo autenticar tudo como sendo dela, na medida em que percebe que é a protagonista de sua própria história e só cabe a ela trazer elementos novos para sua existência. Conclui-se que a superação das fragilidades emocionais e o rompimento com padrões vivenciais têm favorecido seu desenvolvimento e viabilizado um novo redirecionamento ao seu existir marcado por um modo de ser-no-mundo mais permissivo

e menos inseguro, levando-a a alcançar uma existência mais construtiva e autêntica.

Palavras-chave: Psicoterapia Existencial. Fenomenologia. Autenticidade.

Eixo: Práticas em Psicologia Clínica

Categoria: Comunicação Oral