



SUPERAR A RIGIDEZ E O PADRÃO VIVENCIAL PARA REDIRECIONAR O EXISTIR POR VIAS MAIS CONSTRUTIVAS

Thalita Santos Souza; Marlene Marchi Sousa

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

santos.thalita97@gmail.com; lenemarchi@yahoo.com.br.

Esse estudo refere-se ao relato de experiência de um processo terapêutico realizado, em uma Instituição de Ensino Superior do interior paulista, no Estágio em Processos Clínicos, na abordagem Humanista-Existencial. A psicologia existencial é a psicologia da existência humana com toda a sua complexidade e paradoxos e envolve pessoas reais em situações concretas. Essa perspectiva se sustenta no pressuposto de que o homem é livre e responsável pela construção da sua existência, apesar de todos os determinismos e condicionamentos. O sujeito desse estudo é uma mulher, solteira de 44 anos de idade, que estabelece com a família de origem uma relação de co-dependência, que se revela no excessivo cuidado pela organização familiar, resolução e mediação de conflitos, o que a faz sentir-se imprescindível. Não se sente realizada profissionalmente, trabalha há 30 anos na mesma empresa, embora descontente e insatisfeita com a realidade atual, apresenta dificuldades para abrir novas perspectivas e promover mudanças nesse aspecto de sua vida. Apresenta dificuldades relacionais, que se evidencia na falta de confiança e entrega ao outro, consequência de experiências afetivas dolorosas do passado, que se presentifica no cotidiano de sua existência, comprometendo as suas relações de amizades e as possíveis relações afetiva-amorosas, razão pela qual, teve uma única experiência amorosa há muito tempo. Os objetivos terapêuticos visaram o autoconhecimento, a ampliação da consciência das fragilidades e dos recursos internos, bem como, o resgate da autonomia emocional a partir da resignificação de vivências dolorosas, de maneira a alcançar um modo de existência mais construtivo e saudável. O processo terapêutico foi instrumentalizado pelo método fenomenológico, que visa apreender os fenômenos que se revelam à consciência, com os significados e sentidos atribuídos pela própria pessoa. Os resultados são parciais, pois o processo encontra-se em andamento, porém, com 15 sessões terapêuticas realizadas, constatou-se considerável progresso. Embora haja ainda resistência e pouca abertura para mudança, tem-se mostrado mais aberta para refletir as dificuldades pessoais, principalmente as dificuldades afetivas e relacionais, que estão sustentadas na sua desconfiança em relação ao outro. A psicoterapia existencial, busca compreender a multiplicidade das possibilidades de agir no mundo, mas com consciência da finitude destas, desta forma toda vez que são apresentados as possíveis escolhas a se fazer, o cliente a faz, mesmo que opte por permanecer onde está. Conclui-se que apesar da cliente compreender a significação distorcida que atribui a sua realidade, tem clareza da responsabilidade pela forma como conduz sua existência e da sua dificuldade em dar novo redirecionamento ao seu existir por vias mais construtiva e saudáveis. Os avanços adquiridos, relativos à

compreensão de si mesma e de sua forma de existir no mundo, já podem ser considerados indicativos de progressos na psicoterapia.

Palavras-chave: Psicologia Humanista-Existencial. Fenomenologia. Resignificação.

Eixo: Práticas em Psicologia Clínica

Categoria: Paineis