



**A CONQUISTA DE UM NOVO MODO DE SER-NO-MUNDO A PARTIR
DO RECONHECIMENTO E SUPERAÇÃO DAS PRÓPRIAS
FRAGILIDADES EMOCIONAIS**

Rhuane Landis Frascarelli¹; Marlene Marchi de Sousa².

¹Graduanda do curso de Psicologia; Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru, rhuane-frascarelli@hotmail.com

²Docente do curso de Psicologia; Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru, lenemarchi@yahoo.com.br

Esse estudo apresenta o relato de experiência de um processo terapêutico realizado na Clínica Escola da Universidade do Sagrado Coração (USC), Bauru, SP., como prática do Estágio da Disciplina Processos Clínicos, na abordagem Humanista Existencial. Essa perspectiva da Psicologia tem seus fundamentos na Filosofia Existencial, na qual enfatizam-se as dimensões históricas e o projeto existencial, bem como, a responsabilidade individual na construção do seu-mundo, visando a mudança e autonomia pessoal, a partir das escolhas que faz e das decisões que toma. O sujeito desse caso é uma mulher de 45 anos de idade, evangélica, casada há 15 anos, que vivencia crise existencial por ter se mantido numa relação extraconjugal durante 6 anos e que findou recentemente. As frustrações, carências e dificuldades vividas na sua relação conjugal, levaram-na a se envolver e se manter nessa relação extraconjugal por todo esse período. A iniciativa da separação por parte do amante deixou-a transtornada pelo fato de ser apaixonada por ele. A forma como se deu o rompimento a fez sentir-se profundamente desconsiderada, visto que ele demonstrou claramente não ter mais nenhum interesse por ela e ainda estar convicto de seu desejo em reconstruir a relação com sua esposa. As ressonâncias negativas dessa experiência levaram-na a vivenciar inúmeros sentimentos como tristeza, depressão, angústia, arrependimento e raiva por sentir-se usada e rejeitada. Experimentou também a culpa por ter se afastado do marido e tê-lo traído, avaliando que embora tivessem dificuldades na relação conjugal, ele não merecia a traição, além do que, os valores imputados pela religião potencializam ainda mais a vivência da culpa e do arrependimento. Os objetivos terapêuticos foram direcionados no sentido de ampliar a consciência de si, identificar as suas fragilidades, fortalecer seus recursos internos, ressignificar as dores emocionais, de maneira a conseguir redirecionar sua existência e alcançar maneiras mais construtivas de existir. Utilizou-se o método fenomenológico que busca apreender os fenômenos emergentes com os seus significados e sentidos atribuídos pela pessoa. Os resultados são parciais, o processo encontra-se em andamento, com 19 sessões realizadas, é perceptível a sua evolução quanto a elaboração e ressignificação da experiência do adultério e do sofrimento vivenciado pela perda do afeto. A terapia é a ocasião em que a pessoa tem a oportunidade de analisar o caminho percorrido, de reconhecer os acertos, erros e extravios cometidos, e tomar consciência que o caminho continua e que pode ir a direções diferentes, podendo tornar-se protagonista de sua própria história. Conclui-se que a abertura da cliente ao processo terapêutico, aliado ao vínculo positivo com o terapeuta, tem contribuído para o seu fortalecimento, crescimento e abertura para a

busca de novos significados e a construção de uma nova maneira de ser e existir-no-mundo.

Palavras Chave: Abordagem Humanista Existencial. Fenomenologia. Resignificação. Redirecionamento do existir.