



**A RESSIGNIFICAÇÃO DAS DORES EMOCIONAIS POSSIBILITANDO
O REDIRECIONAMENTO NO MODO DE EXISTIR**

Amanda Shayeb Eleutério¹; Marlene Marchi de Sousa².

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

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

Este 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, do Curso de Psicologia na Abordagem Humanista Existencial. Essa vertente da Psicologia tem seus fundamentos na Filosofia Existencial, Existencialismo e Fenomenologia e tem a proposta de compreender o homem em toda a sua complexidade e singularidade, apreendendo-o em todas as suas dimensões existenciais. O sujeito desse caso é uma mulher de 59 anos de idade, viúva do primeiro marido com o qual casou-se aos 17 anos, com quem teve um filho que mora no Japão há 20 anos e uma filha casada que mora na mesma cidade que ela, é avó de três netos. Buscou ajuda psicológica por estar sofrendo com a separação de seu ex-companheiro, com quem conviveu por 12 anos e foi traída com uma colega de trabalho. Outras problemáticas existenciais que foram surgindo durante os atendimentos estiveram sempre relacionadas à crises, angústias e solidão, vividas em função de desacerto nos seus relacionamentos afetivos amorosos, advindo de suas dificuldades relacionais e carências afetivas que tem raízes na infância sofrida. Os objetivos terapêuticos foram direcionados no sentido de ampliar a consciência de si e de suas fragilidades emocionais, fortalecer seus recursos internos, sua autoestima, autoconfiança amenizando as inseguranças, a dependência emocional de maneira a aumentar sua capacidade de escolha, possibilitando dar novo direcionamento à sua existência. Utilizou-se o método fenomenológico para apreender os fenômenos emergentes com os significados e sentidos atribuídos pela própria pessoa. Os resultados são parciais, pois o processo encontra-se em andamento, foram realizadas apenas 12 sessões, porém, já apresenta melhoras significativas, principalmente em relação ao sofrimento vivenciado devido à traição, que já se mostra ressignificado e superado. O fortalecimento alcançado tem contribuído para o enfrentamento das angústias e solidão vividas nas novas relações afetivas. A terapia traz a oportunidade de a pessoa olhar para a vida vivida e analisar como a construiu até então a sua trajetória existencial. É a ocasião de compreender que essa trajetória continua, porém, que pode ir em direções diferentes fazendo novas escolhas que muitas vezes implica em mudanças radicais, ou pode mudar a direção do olhar tendo outras percepções e outros significados dos fatos ou da realidade que experimenta. Conclui-se que o processo terapêutico sustentado num bom vínculo terapêutico, que inclui a disponibilidade da terapeuta estagiária frente às necessidades apresentadas pela paciente e a abertura da mesma para a mudança, tem contribuído para ressignificar as suas vivências dolorosas, fortalecer a sua autonomia emocional possibilitando-a fazer escolhas mais coerentes que tragam mais sentido à sua existência.

Palavras Chave: Psicologia Humanista Existencial. Ressignificação. Redirecionamento. Superação.