

O SILÊNCIO DENTRO DO SETTING TERAPÊUTICO

Giovana Coletto

André Marcos Spiecker Gasparin

Resumo

INTRODUÇÃO: O presente resumo abordará sobre o silêncio dentro do setting terapêutico. Este resumo tem como objetivo geral compreender a importância de acolher e aceitar o silêncio dentro do setting terapêutico. E como objetivos específicos, têm-se: compreender se o acolhimento deste silêncio tem influência na relação entre cliente e terapeuta e a importância de compreender o que é comunicado a partir deste silêncio, tendo em vista, que o silêncio também é uma forma de comunicação.

DESENVOLVIMENTO: O silêncio está presente diariamente em diversos âmbitos da nossa vida e no processo psicoterapêutico não seria diferente. Segundo Schutz & Itaqi (2016) por vezes, o silêncio é concebido como algo desfavorável, compreendido até como uma falta de relação entre as pessoas, porém dentro de um setting terapêutico, o silêncio pode ser considerado muito significativo, uma vez que, pode expressar muito mais do que palavras, a partir dele pode-se perceber muitas questões a respeito do cliente e daquilo que ele deseja expressar com o seu silêncio.

Cabe ao psicoterapeuta compreender este silêncio como uma forma de comunicação, como um desconforto, como um receio ou como uma forma do cliente acessar suas questões internas. É de suma importância que o psicoterapeuta tenha este cuidado e consiga respeitar este espaço do cliente

em manter-se em silêncio para compreender o que está acontecendo interna e externamente.

Dentro da Abordagem Centrada na Pessoa, são caracterizados três tipos diferentes de formas de expressão do silêncio, segundo Feldmann e Miranda (2002), são eles: silêncio parado, silêncio movimentado e o silêncio ligado à relação consigo mesmo, com o outro e entre outros. Dentro de cada um desses tipos de silêncio, são observadas diferentes características e particularidades que contribuem para compreensão de cada um.

Além de compreender os vieses do silêncio e as suas formas de expressão, é de suma relevância compreender a importância de acolhê-lo dentro do processo psicoterápico. Amatuzy (2002) aborda que quando ouvido é que ele é realmente dito, e isso é uma mobilização do ser, sendo assim, quando o silêncio paira pelo ar do setting terapêutico, cabe ao terapeuta aceitar o cliente juntamente com o silêncio expresso por ele, tendo em vista que esta aceitação, é um movimento de respeito e valor ao processo do cliente. Incorporar o silêncio dentro do espaço psicoterapêutico cria um espaço acolhedor e seguro para o cliente, permitindo que ele se sinta aceito e compreendido dentro do seu silêncio.

Tendo em vista, que a Abordagem Centrada na Pessoa, é uma abordagem não diretiva, ou seja, não conduz o cliente por caminhos dentro do espaço terapêutico, aceitar e acolher seu silêncio sem realizar questionamentos, facilita ao cliente sentir-se confortável dentro do espaço e possibilita com que ele se sinta respeitado por não querer compartilhar suas questões no momento, desenvolvendo sua autonomia sobre a tomada de decisão de expor suas questões ao terapeuta.

Dentro da aceitação do silêncio, evidencia-se a consideração positiva incondicional, que é uma atitude facilitadora desenvolvida pelo terapeuta, que segundo Fitaroni, et.al (2019) é entendida como uma consideração pela pessoa, por como ela é e não há julgamentos de suas crenças e valores, deste modo, aceita-se o cliente incondicionalmente dentro daquilo que ele expressa através de falas ou do silêncio.

A partir do exposto acima sobre a aceitação do cliente e do seu silêncio, parte-se para o ponto da relevância que este acolhimento proporciona dentro da relação terapêutica. Neste caso, evidencia-se outra atitude facilitadora, sendo a compreensão empática, que de acordo com Fitaroni, et.al (2019), é a compreensão do mundo particular do cliente, porém, o terapeuta não se afeta pelos sentimentos expressos pelo cliente.

Correlacionando a compreensão empática com a aceitação do silêncio pautado na vinculação com cliente, baseia-se em compreender o silêncio do cliente e não adotar uma postura investigativa questionando-o a todo momento, o terapeuta coloca-se no mesmo patamar do cliente, acolhendo o silêncio e deixando-o confortável para compreender o que está acontecendo e compreender que o terapeuta não está ali necessariamente para ouvi-lo falar sobre suas questões internas, mas também, para compreender e aceitar seu silêncio.

Miranda & Freire (2012), apontam que o terapeuta não se coloca como um interlocutor cuja expressão tem relevo para a relação, mas como um facilitador da expressão do cliente. Ainda, apontam que o terapeuta precisa criar o clima de permissividade para que o cliente se expresse, deste modo, o terapeuta é responsável por criar um ambiente acolhedor para que o cliente se sinta o mais confortável possível para expressar-se dentro da sua fala ou do seu silêncio.

Ao tratar-se especialmente do primeiro contato com psicoterapia, é de extrema importância que se compreenda a movimentação do cliente em manter-se em silêncio, pois pode sentir receio por onde começar ou o que falar, deixá-lo confortável no seu silêncio fará com que o mesmo se sinta confiante e aceito para compartilhar com o terapeuta suas questões internas. Segundo, Miranda & Freire (2012), a relação é marcada por uma comunicação de mão dupla, onde o terapeuta busca escutar efetivamente o cliente, deste modo, ouvir o silêncio do cliente pode favorecer a vinculação com terapeuta, pois o mesmo sente-se acolhido e cuidado.

A evolução do cliente dentro do processo terapêutico se derá muito pela postura adotada pelo psicoterapeuta, tendo em vista que, inicialmente

compreender e aceitar seu movimento dentro do espaço psicoterapêutico, facilitará com que ele entenda a dinâmica da psicoterapia, que não necessariamente é construída a partir de diálogo, mas também é construída através do silêncio. Esta postura é uma forma de cuidado com as pessoas que estarão diante do psicoterapeuta.

Oliveira et.al (2006) abordam que uma aliança terapêutica é construída a partir de um profissional que possui competência e efetivo, e este deve ser capaz de expressar empatia, respeito e cuidado, e desempenhar de maneira consistente sua própria prática. Deste modo, nota-se que é imprescindível o terapeuta adotar uma postura respeitosa, empática e acolhedora diante do silêncio, com o intuito de tornar o espaço o mais acolhedor possível.

Sendo assim, a partir do exposto no resumo, fica evidente a postura que o terapeuta precisa ter diante de uma situação de silêncio dentro do setting terapêutico, esta postura será pautada na compreensão e aceitação do movimento do cliente, a fim de facilitar a construção do vínculo terapêutico e do próprio setting terapêutico, tendo em vista que o cliente é maior responsável por tornar este espaço confortável para se estar, o terapeuta entrará como um facilitador desta construção deixando o cliente ambientar-se e explorar este novo espaço e este vínculo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: Com base no exposto no decorrer do presente resumo, torna-se evidente a importância de acolher e aceitar o cliente dentro do processo terapêutico, tendo em vista que, permitirá com que o cliente sinta-se confortável dentro deste espaço, independente da postura que adote, seja ela verbal ou não verbal. Ainda, nota-se a importância de compreender os diferentes vieses expressos pelo silêncio, observando que muitas questões podem ser comunicadas e compreendidas a partir dele. Ouvir o silêncio do cliente e acolhê-lo pode favorecer o desenvolvimento da relação terapêutica, uma vez que proporciona-se o cuidado e a empatia mediante o cliente.

REFERÊNCIAS:

AMATUZZI, M.M. Por uma psicologia humana. 2 ed. Campinas, SP: Editora Alínea, 2008.

Feldmann, C. & Miranda, M. L.(2002). Construindo a relação de ajuda. Belo Horizonte: Ed. Crescer, 1983.

FITARONI, J.B. et.al. A psicoterapia centrada na pessoa: o desenvolvimento das atitudes facilitadoras por terapeutas iniciantes. UNIVAG, 2019. Disponível em: PSICOTERAPIA CENTRADA NA PESSOA: O DESENVOLVIMENTO DAS ATITUDES FACILITADORAS POR TERAPEUTAS INICIANTEs | TCC - Psicologia (univag.com.br). Acesso em: 16 de junho de 2024.

MIRANDA, Carmen Silvia Nunes de; FREIRE, José Célio. A comunicação terapêutica na abordagem centrada na pessoa. Arq. bras. psicol., Rio de Janeiro , v. 64, n. 1, p. 78-94, abr. 2012 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672012000100007&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 16 de junho de 2024.

OLIVEIRA, M.S. et.al. Estilo pessoal do terapeuta: Dados preliminares da versão brasileira do EPT-Q. PSICO, Porto Alegre, e, PUCRS, v. 37, n. 3, pp. 241-247, set./dez. 2006. Disponível em: fernandezalvarez15.pdf (ub.edu.ar). Acesso em: 23 de junho de 2024.

SCHUTZ, Daiana Meregalli; ITAQUI, Luciana Gervasio. O silêncio na psicoterapia à luz da abordagem centrada na pessoa. Rev. NUFEN, Belém , v. 8, n. 1, p. 76-90, 2016 . Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912016000100006. acessos em 16 de junho de 2024.

giovana_coletto@outlook.com

andre.m@unoesc.edu.br