

A JORNADA DE M&M: UM OLHAR DA ACP PARA A PESSOA POR DE TRÁS DO TRANSTORNO DE PERSONALIDADE BORDERLINE

DALMORO, Kelly Ludwig [Graduanda em Psicologia] - UNOESC - Campus de São Miguel do Oeste - SC

GASPARIN, André Marcos Spiecker [Professor Orientador] - UNOESC - Campus de São Miguel do Oeste - SC

Resumo

INTRODUÇÃO

Este resumo expandido analisou a evolução terapêutica de M&M, homem de 23 anos, com diagnóstico de transtorno de personalidade borderline, sob a perspectiva da Abordagem Centrada na Pessoa de Carl Rogers. Este trabalho é parte do componente de Estágio Curricular Supervisionado II, disciplina do curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC), campus de São Miguel do Oeste.

DESENVOLVIMENTO

O TPB, caracterizado por instabilidade nas relações interpessoais, autoimagem e emoções, além de impulsividade (American Psychiatric Association, 2013). A ACP, por sua vez, é uma abordagem psicoterapêutica humanista que enfatiza a importância da relação terapêutica e do potencial de auto-realização do indivíduo (Rogers, 1997).

A escolha do tema deste estudo justifica-se pela relevância do TPB e da ACP na área da saúde mental. O TPB é um transtorno desafiador de tratar, e a ACP tem demonstrado ser uma abordagem promissora para indivíduos com esse diagnóstico (e.g., Almeida, 2015). O estudo busca contribuir para a compreensão da eficácia da ACP no tratamento do TPB, a partir de um olhar para um caso clínico específico. A coleta de dados ocorreu ao longo de vinte e sete sessões terapêuticas individuais, com duração de 50 minutos cada, realizadas semanalmente, na qual, a principal

queixa do cliente é a dificuldade em aceitar o seu diagnóstico e lidar com as oscilações sentimentais promovidas por ele.

A análise dos dados revelou que as intervenções psicoterapêuticas baseadas na Abordagem Centrada na Pessoa, foram fundamentais para o processo terapêutico, como a reiteração de frases e sentimentos importantes reforça a mensagem de que ele está sendo ouvido e compreendido, o reflexo de sentimentos que consiste na habilidade do terapeuta de comunicar ao cliente, de forma clara e empática, os sentimentos que ele percebe o cliente vivenciando no momento da sessão, e a elucidação que é um processo sutil e delicado que visa auxiliar o cliente a ter uma compreensão mais clara e profunda de suas próprias experiências, essas intervenções foram fundamentais para a evolução terapêutica de M&M.

Alguns exemplos de como essas intervenções foram relevantes para o atendimento: a reiteração da frase "eu gostaria de ser normal" evidenciou a autocrítica excessiva, a qual, é uma incongruência de sentimentos do cliente que dificulta a autoaceitação. A busca por perfeição impede que M&M permita-se cometer erros e aprender com eles. A psicoterapia pôde auxiliar no desenvolvimento de uma visão mais realista de si mesmo e de suas potencialidades.

O reflexo de sentimentos permitiu que M&M aprofundasse na tomada de consciência e compreensão de suas emoções complexas, como a raiva e a tristeza, ao verbalizar os sentimentos do cliente, o psicoterapeuta o ajudou a organizar suas experiências internas e a encontrar significado para elas.

A elucidação foi utilizada para auxiliar M&M a encontrar novas perspectivas sobre suas experiências, sem impor interpretações. Ao intervir com a frase "pessoas normais também podem cometer erros", o terapeuta ajudou o cliente a questionar suas incongruências de sentimentos e a expandir sua visão de si mesmo.

É evidente que M&M está iniciando a terceira fase da psicoterapia, desenvolvida por Carl Rogers, a qual, representa um marco significativo na evolução dessa abordagem. Em contraste com as fases anteriores, que enfatizavam a não diretividade e a reflexão de sentimentos, a Terceira Fase aprofunda o processo de autoaceitação, a ênfase na experiência intersubjetiva e a compreensão da relação terapêutica, colocando em destaque a experiência vivida tanto pelo terapeuta quanto pelo cliente. Conforme destacado por Rogers (1981) em 'Tornar-se Pessoa', a busca

pela autoaceitação, é fundamental para o desenvolvimento pessoal e está alinhada com a tendência atualizante do indivíduo.

A música, por exemplo, serve como um canal para expressar emoções profundas e complexas, facilitando a compreensão de si mesmo. A psicoterapia tem proporcionado a M&M um espaço seguro para explorar seus sentimentos, facilitando a congruência de sentimentos e fortalecimento do self, auxiliando-o a reconhecer seus próprios valores, necessidades e desejos. A medida que ele se torna mais consciente de si mesmo, e mais capaz de estabelecer limites saudáveis e defender suas próprias necessidades. O término do relacionamento com o seu ex-namorado representa um marco importante nesse processo. Embora a ruptura tenha sido dolorosa, ela permitiu que M&M se libertasse de um padrão de relacionamentos insatisfatórios e começasse a construir relações mais autênticas e saudáveis.

A jornada de M&M exemplifica como um ambiente terapêutico seguro e empático, fundamentado nos princípios de congruência, consideração positiva incondicional e empatia, pôde auxiliar o indivíduo a se conectar com seus sentimentos mais profundos e a superar as condições de valor que o impediram de aceitar-se plenamente. Através de intervenções como a reiteração, o reflexo de sentimentos e a elucidação, M&M desenvolveu uma maior autocompreensão, reduzindo seus sintomas, especialmente aqueles relacionados à instabilidade nas relações interpessoais, e estabelecendo relacionamentos mais saudáveis.

Este resumo expandido teve como objetivo investigar a eficácia da abordagem centrada na pessoa no tratamento de um indivíduo com transtorno de personalidade borderline. Os resultados obtidos demonstram que a criação de um ambiente e uma relação terapêutica segura e empática, baseada nos princípios da consideração positiva incondicional, empatia e congruência, foram fundamentais para o desenvolvimento da autoaceitação e mudança em M&M. Essa descoberta corrobora a teoria de Rogers sobre a tendência atualizante, que postula que todos os indivíduos possuem uma tendência inata para o crescimento e a autoatualização.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em conclusão, este estudo demonstra o potencial da abordagem centrada na pessoa para auxiliar indivíduos com TPB a desenvolverem um senso de autoaceitação e a melhorarem sua qualidade de vida. A criação de ambientes terapêuticos que

valorizem a experiência subjetiva do cliente e promovam a congruência de sentimentos fortalecimento do self é fundamental para o sucesso do tratamento.

REFERÊNCIAS

American Psychiatric Association. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais (5.^a ed.). Artmed. 2013.

Almeida, A. A. A eficácia da terapia centrada na pessoa no tratamento do transtorno de personalidade borderline: uma revisão sistemática. (Tese de mestrado) - Universidade de São Paulo, São Paulo. 2015.

Rogers, C. R. Tornar-se pessoa. Martins Fontes. 1981.

Yin, R. K. Estudo de caso: planejamento e métodos. Bookman. 2008.

E-mails - kelly_l.d@hotmail.com