ANUÁRIO PESQUISA E EXTENSÃO UNOESC VIDEIRA - 2025

TÉCNICA PSICOTERAPÊUTICA - PSICANÁLITICA

LEMOS, Ana Vitória Pinnow; CORREIA, Thainá

Docente: AGUIAR, Giancarlo De

Resumo

A psicodinâmica tem como objetivo promover insight sobre conflitos inconscientes que afetam pensamentos, comportamentos e relações interpessoais. De acordo com Gabbard (2016), o terapeuta atua explorando emoções e padrões relacionais por meio de uma escuta atenta, incluindo a observação de mecanismos de defesa, da resistência e da transferência, que serão abordados nos casos clínicos. Nesse contexto, se torna essencial a utilização da associação livre, interpretação e o manejo das defesas utilizadas.

A associação livre é um dos pilares fundamentais da psicanálise, introduzida por Freud, representa um método clínico e investigativo, que tem por objetivo acessar conteúdos inconscientes do sujeito. Seu desenvolvimento marca a ruptura com métodos hipnóticos utilizados anteriormente, no tratamento de histeria. Ademais, consiste na orientação dada ao paciente para verbalizar, sem censura, tudo o que lhe vier à mente, independente do conteúdo parecer irrelevante, ilógico ou constrangedor, possibilitando que o discurso do sujeito flua espontaneamente, permitindo a emersão da formação inconsciente, como lapsos, contradições, silêncios e deslocamentos de sentido.

Segundo, Gabbard (2016) a psicoterapia psicodinâmica é uma abordagem que explora conteúdos inconscientes e padrões relacionais, permitindo que os pacientes reconheçam conflitos e desenvolvam insight. O uso da técnica da associação livre é ferramenta essencial para compreender a dinâmica emocional do paciente, além da interpretação e observação da transferência e contratransferência que ocorre entre o terapeuta e o paciente. Gutfreind (2019)

destaca que a psicoterapia não se limita à interpretação racional, mas envolve uma dimensão estética, na qual a sensibilidade do terapeuta permite a ressignificação de afetos e a construção de narrativas subjetivas mais autênticas.

Os conceitos de transferência e contratransferência ocupam um lugar importante na compreensão e condução do processo terapêutico, ambos sobre a relação emocional que se estabelece entre paciente e analista, constituindo elementos fundamentais da dinâmica clínica e do método psicanalítico. A partir de observações clínicas com pacientes histéricos é que surgiram estes nomes. Freud percebeu que durante o tratamento, os pacientes tinham a tendência em repetir, na relação como o analista, sentimentos, desejos e padrões de vínculos originários de experiências passadas, sobretudo da infância. A transferência é entendida como um processo de atualização do inconsciente na relação analítica, o paciente projeta no analista, representações e afetos originalmente dirigidos a pessoas significativas de sua história. Contratransferência é um obstáculo à neutralidade analítica, recomendando que o analista mantivesse vigilância sobre seus próprios afetos.

A psicoterapia psicodinâmica estabelece um ambiente seguro para que os conteúdos inconscientes sejam elaborados, e que os mecanismos de defesa possam ser vistos e interpretados. O manejo técnico das defesas, a compreensão da estrutura da personalidade de cada indivíduo e a sensibilidade terapêutica evidenciam a relação direta entre teoria, prática e ética profissional. Assim sendo, os mecanismos de defesa são processos psíquicos inconscientes, sistematizados por Anna Freud, com a função de proteger o ego diante de sentimentos de angústia, culpa, ou de impulsos e desejos que entram em conflito com as exigências da realidade externa ou com normas morais internas. Não são patológicos em si, fazem parte do funcionamento normal da mente, tornando-se problemáticos quando usados de forma rígida, frequente ou desadaptativa, impedindo de encarar a realidade de maneira saudável. Fazem parte deles a repressão, negação, projeção, formação reativa, racionalização, deslocamento, sublimação, regressão, intelectualização, identificação.

Referências

GABBARD, Glen O. *Psiquiatria psicodinâmica na prática clínica*. Porto Alegre: Artmed, 2016. 1 recurso online (80 p).

GUTFREIND, Celso. *A* ***arte de tratar: por uma psicanálise estética.*** Porto Alegre: Artmed, 2019. 1 recurso online.

LAPLANCHE, Jean; PONTALIS, Jean-Bertrand. *Vocabulário da psicanálise.* 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

MCWILLIAMS, Nancy. ***Diagnóstico psicanalítico: entendendo a estrutura da personalidade no processo clínico***. Porto Alegre: Artmed, 2014. 1 recurso online.

ROUDINESCO, Élisabeth; PLON, Michel. *Dicionário de psicanálise.* Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1998.

E-mails: anavitorialemos51@gmail.com.br, correiathai.thaina@gmail.com e giancarlo.aguiar@unoesc.edu.br