

## COMUNICAÇÕES

### O ENSINO DAS PSICOTERAPIAS ANALÍTICAS

Regina Maria Leme Lopes Carvalho\*

O ensino das psicoterapias é um assunto que, há vários anos, vem sendo ventilado em nosso meio. Temos tido a oportunidade de participar de debates e discussões em Congressos e Encontros de Psicologia e Psiquiatria e de conversas informais entre colegas. É um tema que se prende a vários outros ligados à teoria e à prática da psicologia e que aponta para a eterna discussão, sobre se Psicoterapia se ensina ou não na Universidade. Não pretendo, nesse momento, entrar nesse tipo de discussão, bastante pertinente a meu ver, mas que nos levaria a outros caminhos. Procuro apenas relatar a experiência de alguns anos de ensino teórico — na cadeira de Teorias e Técnicas Psicoterápicas — e prático com a supervisão dos trabalhos dos alunos estagiários da Clínica Psicológica do Instituto de Psicologia da PUCCAMP, que possibilitou a organização de algumas idéias que gostaria de discutir aqui.

A idéia central, na qual são baseadas proposições a seguir, é a de que a Psicoterapia é um processo dinâmico que se dá na interação única entre terapeuta e cliente. Portanto não se ensina, tomando-se “ensinar” como a transmissão de uma pessoa para outra, de algo já feito, pronto, mas vive-se e sofre-se. O processo de aprendizagem das Psicoterapias é, portanto, de um teor diferente de outros processos de aprendizagem acadêmica, podemos ler muitas obras técnico-terapêutica, conhecer muito bem as idéias de vários autores sobre o assunto e, nem por isso, estarmos aptos para a tarefa terapêutica. Wolberg ( 1967 ), na sua obra “The technique of Psychotherapy” inicia o primeiro capítulo com uma conceituação de psicoterapia, onde deixa claro que o processo terapêutico se dá entre ..... entre uma pessoa treinada que estabelece com a outra, deliberadamente, uma relação profissional.<sup>1</sup>

O meu interesse focaliza-se diretamente nessas duas proposições:

“uma pessoa treinada” e “uma relação profissional”. Não há como fazer psicoterapia sem termos um terapeuta competente que consiga estabelecer com o seu cliente uma relação “profissional” e isso, nós todos sabemos, só se consegue obter, após longos anos de prática e de psicoterapia pessoal. O tema de nosso trabalho, que é o ensino das Psicoterapias Analíticas, então coloca como pré-requisito para discussão, a idéia de que o psicoterapeuta deva ser uma pessoa treinada, principalmente, através da sua própria análise.

\* Pós-Graduação em Psicologia Clínica — PUCCAMP

(1) Tradução da autora.

Não há como lidar com o inconsciente dos outros sem antes ter tido a experiência de "descobrir" aspectos do seu próprio inconsciente. Freud (1912), ao dar as suas "Recomendações aos médicos que exercem a Psicanálise", diz: "... ele deve voltar seu próprio inconsciente, como um órgão receptor, na direção do inconsciente transmissor do paciente." Esse movimento de "escuta" só se aprende com a experiência de ter sido escutado. Poderia continuar apresentando inúmeros argumentos nessa linha da necessidade de ter sido cliente para poder ser terapeuta. Junto com Freud, vários outros autores apóiam esse ponto de vista. Entretanto, se observamos o que acontece no dia-a-dia do trabalho universitário, vamos encontrar uma realidade diferente daquela que acabamos de colocar, como sendo a necessária para o ensino das psicoterapias. Embora encorajemos nossos alunos, desde os primeiros anos, a iniciarem um processo terapêutico pessoal, isso nem sempre é possível por várias razões. Uns não têm interesse, outros não têm meios e a Universidade também não dispõe de recursos para atender a esse pedido e, nem sei se, no momento atual, teria sensibilidade para perceber uma situação dessas. Então, nos vemos frente a uma situação real que é a de aceitarmos alunos para estágio em psicoterapias, cuja primeira experiência clínica será como terapeuta. Embora não seja essa a melhor forma de atuação, é uma situação bastante comum em nosso meio, quer o estagiário em psicoterapia venha de escolas de psicologia, quer venha de escolas médicas. Isto porque a grande maioria dos nossos alunos não dispõem de recursos para financiar a própria análise, parte fundamental da sua formação, antes de algum tempo de exercício profissional.

#### Como lidar com essa situação ?

Refletindo sobre esse assunto e usando os frutos colhidos nas experiências didáticas com os alunos, pude perceber vários aspectos a respeito desse processo "sui generis" de aprendizagem. A experiência que mais se destaca é a de que o processo de aprendizagem, se quisermos chamar assim o que se passa no interior dos grupos de supervisão, dá-se num duplo sentido: do supervisor para o aluno e do aluno para o supervisor. É uma tarefa que se faz a dois ou com todo o grupo. Não me lembro de ter tido experiências. A cada ano, com a renovação dos grupos de estagiários, vivemos e aprendemos novos aspectos da psicologia clínica e da psicoterapia. Sempre se aprende algo de novo, é só estar atento. Existem, no entanto, alguns pontos comuns nessas experiências, algumas observações feitas em repetidas ocasiões, que levaram a desenvolver as idéias que por ora exponho.

Outro aspecto, que se destaca, é o de quê, esse momento vivido na supervisão em grupo, embora seja uma tarefa acadêmica, pode vir a ser também um momento de experiências terapêuticas para todos, na medida em que se pode chegar, dentro do grupo, a momentos de refle-

xão e mudança. Percebo que certas colocações feitas por mim, ou surgidas nos momentos de discussão, sobre aspectos da teoria e da técnica psicanalítica, despertam nos alunos fragmentos de suas próprias fantasias, desejos e/ou conflitos, que, quando passíveis de serem lidados no grupo, promovem crescimento e mudança, possibilitando melhor contato do estagiário com o seu cliente e com a sua própria realidade.

Como chegar a essa situação, a meu ver tão importante, com um grupo que tem 'a priori', a proposição de realizar mais uma tarefa acadêmica, por via de regra, bastante desconhecida e, muitas vezes, temida? Essa é uma indagação que me tem acompanhado sempre. Noto que, ao longo dos anos, a minha atuação como supervisora foi mudando, as experiências se foram fazendo, levando a transformações de percepção e técnica de ensino. No início do trabalho, estava mais presa ao papel de professora ( modelo acadêmico ) que lidava com dados teóricos e técnicos, que deveria passar para os alunos. Preocupava-me em apresentar vários autores, discutíamos escolas e enfoques diferentes e estava voltada mais para a quantidade, por assim dizer, de novos conceitos que pudesse fazê-los aprender e pôr em prática. A seguir, novas preocupações me assaltaram.

O cliente que atendíamos passou a ser o foco do meu interesse. Preocupava-me com um bom diagnóstico e um tratamento que fossem adequados àquela pessoa específica e que eu só conhecia através do relato do aluno. Dúvidas quanto à metodologia da supervisão, quanto à possibilidade de trabalho adequado em clínicas universitárias com alunos inexperientes e quanto à minha própria clínica, de compreensão dos fenômenos mentais, assaltavam-me freqüentemente. Este foi um momento em que, no nosso Departamento de Psicologia Clínica, responsável pelo Estágio Supervisionado em Clínica, muitas vezes discutimos esses assuntos do trabalho em Clínica Universitárias: qual seria o tipo mais adequado de atendimento às populações mais carentes que nos procuravam e como adequar o ensino da psicologia às necessidades reais do nosso trabalho cotidiano. Embora não tenha abandonado tais interesses, atualmente encontro-me mais voltada para a pessoa do aluno-estagiário. Percebo que da forma como os recebemos quer na Graduação ( 5º ano de psicologia ), quer nos cursos de Especialização e, face à tarefa proposta, o melhor que posso fazer é lidar, primordialmente, com eles e com a sua experiência. Isto quer dizer, desenvolver junto com eles certas capacidades e habilidades que os possibilitem a iniciar a tarefa terapêutica. O processo de desenvolvimento dessas capacidades é o que pretendo expor a seguir.

Percebi que se torna necessário percorrer, junto com os alunos, um caminho feito de passos progressivos de aprendizagem. A esses passos chamo aqui "exercícios". Esses exercícios, que no início são mais simples, vão-se tornando mais complexos a medida em que avançamos no processo e visam desenvolver nos alunos as condições necessárias para o

exercício da psicologia clínica e da psicoterapia. Esses exercícios vão sendo feitos nos momentos em que o grupo se reúne para a supervisão e se desenrolam, naturalmente, durante as nossas conversas. Aqui neste artigo, pode parecer que estou propondo um método ou um esquema de trabalho sistemático, com etapas discriminadas e que devem ser seguidas uma após a outra. Na prática do nosso trabalho, entretanto, esses passos se misturam: às vezes, um aluno está num nível e outros percebem aspectos mais avançados; outras vezes, descobrimos que o grupo deu vários passos a partir de um dado momento. É um processo dinâmico que, para e feito de ser descrito, passa aqui a ser esquematizado.

O primeiro exercício que precisamos fazer é o de **OUVIR**, ou seja, levar cada aluno a poder prestar **atenção** ao que está falando, seja outro colega, seja a supervisora. Convocá-lo a estar presente ao que se passa no grupo. É tarefa bastante complexa porque os alunos parecem estar bastante acostumados a apenas **escutar**, sem registrar e sem serem capazes de repetir o que ouviram. Parece haver em todos um dispositivo de "desligamento" da realidade ali vivida com o qual é necessário lidarmos. Mais adiante, tecerei comentários mais abrangentes sobre a natureza e a finalidade de cada exercício.

O segundo exercício seria o de **OBSERVAR**, ou seja, pôr em ação toda a sua capacidade de perceber o que se passa dentro e fora de si mesmo, usando, não só as faculdades senso-perceptivas, mas também as da memória.

O terceiro exercício seria o de **PENSAR** sobre o que se percebeu, usando as capacidades autônomas de juízo e raciocínio integradas às emoções, para poder desenvolver as observações em idéias e poder, e então, **QUESTIONAR** quarto exercício, e aquilo que observou e pensou. É impressionante como esses jovens chegam ao fim de um curso de psicologia tão pouco habituados a observar, pensar e questionar a realidade que estão vivendo. Parecem ter apenas desenvolvido a capacidade de armazenar conhecimentos esparsos que são repetidos com muita insegurança, quando solicitados. Questionar passa a ser algo muito complicado porque implicaria uma postura pessoal do aluno, frente à realidade percebida, postura esta que lhes parece ser uma novidade.

Chego a perceber atitudes defensivas, provavelmente, ligadas a fantasias persecutórias, quando tentamos obter respostas a colocações como: "O que você acha disso", "o que teria levado a tal situação?", etc.

O quinto exercício seria o de **FALAR**: comunicar oralmente o que observou, pensou e questionou. Lidamos aí com a grande dificuldade de expressão oral que, normalmente, acompanha as novas situações, quando nos vemos frente a vivências ainda não muito bem elaboradas.

Numa fase posterior do trabalho, quando já iniciou o atendimento clínico e teve a experiência de realizar algumas entrevistas com os seus clientes, continuamos os nossos exercícios, levando os alunos a "**pensar hipoteticamente**", ou seja, formular hipóteses de trabalho clínico — sexto exercício — que possam orientar as suas pesquisas e o seu atendimento, assim como os seus estudos teóricos.

O sétimo exercício seria o de **desenvolver essas hipóteses** e se constituiria no próprio exercício do atendimento clínico. É claro que, no desenrolar do atendimento vamos encontrar comprovações, mas também refutações às nossas hipóteses iniciais e é necessário ficarmos atentos para novas observações e idéias, que possam surgir e que sejam diferentes das iniciais. Esperamos que, a essa altura do processo de aprendizagem, o aluno já esteja mais apto a observar e perceber as modificações que estão ocorrendo nele e no cliente através da relação terapêutica.

Finalmente, a nossa aprendizagem se completaria com mais três exercícios. O oitavo seria o de **poder descrever**, oralmente ou por escrito, o que se passou desde as primeiras observações até os momentos finais do processo terapêutico. O próximo exercício — nono — seria o de **poder relacionar aspectos teóricos** com a prática vivida no atendimento. Percebo que é um momento muito feliz na aprendizagem do aluno, quando ele consegue juntar aqueles conhecimentos de psicopatologia, psicologia do desenvolvimento, teoria e técnica psicanalítica etc., numa figura significativa, cheia de vida, que foi o seu trabalho com o cliente e com a supervisão. Este é o momento de correlacionar, interligar os "insights" havidos ao longo do processo de aprendizagem, formando um todo perceptível para o aluno terapeuta. Quando isso é uma percepção adequada do que se trata, quando falamos em psicoterapia e em relação terapêutica. A partir desse momento, podemos realizar o nosso décimo e último exercício que é o **fazer sínteses compreensivas**, ou seja, transmitir, por escrito, o que foi percebido, durante o processo terapêutico.

Esses passos aqui descritos com o nome de exercícios, constituem um dos aspectos, o principal a meu ver, do processo de aprendizagem das Psicoterapias Analíticas. Junto com eles, desenvolvemos temas teóricos sob a forma de seminários. Abordamos de forma mais sucinta na graduação e mais aprofundadamente na Especialização, temas sobre: a entrevista Psicológica, o contrato, o estabelecimento e preservação do "Setting", os fenômenos da transferência, modalidades de intervenção, a interpretação, como terminar uma psicoterapia. Além disso, discutimos a existência de vários tipos de psicoterapia e sua utilização mais adequada.

É necessário salientar aqui, que essa experiência descrita da forma acima se dá no âmbito de uma Instituição cujas normas definem, "lato sensu", as possibilidades de terapeutas e clientes. Os alunos-estagiários permanecem no estágio clínico, durante um ano letivo, o que dá

em média, de seis a oito meses de processo terapêutico. Por isso, achamos mais adequado darmos prioridade à discussão de certas modalidades terapêuticas como a Psicoterapia Breve, sendo que as idéias de Blaya ( 1978 ) sobre o seu trabalho em Porto Alegre com uma população, até certo ponto semelhante à nossa, tem-nos ajudado muito a levar os alunos a refletir sobre as realidades encontradas, em uma clínica institucional, com uma clientela de baixa renda.

Para finalizar, acho importante apresentar um aspecto da minha experiência vivida nos cursos de Especialização, que vem corroborar a necessidade de desenvolver, junto aos alunos iniciantes na prática psicoterapêutica, os exercícios acima descritos.

A população que tem procurado os cursos de Especialização no nosso Departamento tem sido muito heterogênea. Temos recebido alunos de vários pontos do estado e do país, com uma formação básica muito diversa e a maioria sem experiência clínica. Há exceções, as quais não se aplicam ao que vou dizer. Mas, a grande maioria vem de tal forma despreparada, que se torna então necessário desenvolver o processo de aprendizagem, segundo os passos acima descritos. Isso faz apenas pensar nas dificuldades realmente inerentes ao desenrolar do processo de aprendizagem das psicoterapias analíticas. Mas ao mesmo tempo não posso deixar de fazer um paralelo entre esse processo de aprendizagem e o próprio processo de desenvolvimento do pensamento humano. As idéias aqui descritas, sob a forma de um relato de experiências vividas, tem, evidentemente, um referencial teórico que as embasa e que é o da Psicanálise. Em cada um dos exercícios aqui propostos, o leitor experiente poderá identificar aspectos apontados por Freud e seguidores do desenvolvimento do psiquismo humano, na sua evolução da forma de funcionar do processo primário para a do processo secundário, que corresponde à forma plenamente amadurecida do psiquismo.

Em outra ocasião, gostaria de discutir mais detalhadamente esses postulados teóricos, já que, nesse momento, a minha pretensão é apenas a de apresentar uma experiência didática. Na Bibliografia assinalarei alguns trabalhos que poderão servir de guia para o desenvolvimento do assunto.

## BIBLIOGRAFIA

BLAYA M — Psicoterapis com paciente das classes sociais menos favorecidas Arquivo de Clínica.

Pnel — Porto Alegre n<sup>o</sup> IV n<sup>os</sup> 11213 p. 3122 — Set. 1978.

FREUD S. Formulações sobre os dois princípios do funcionamento mental ( 1911 ) Ed. Standar Brasil das Obras Completas de S. Freud. Imago Ed. Ltda. Rio de Janeiro — 1969, Vol. XII.

SEGAL, H — "Recomendações aos médicos que exercem a Psicanálise"  
(1911). Ed. Standar Brasileira das Obras completas de S. Freud  
Vol. II.

A obra Harma Segal — captos. 3, 4, e 18 Frad de Evanick, Imago  
Edif. Ltda. — Rio de Janeiro — 1983.

WOLBERG R. L. "The techumique of Psychokherapy" Part one Grune  
E. Straton, New York — 1967.