

O OFÍCIO DE PSICOTERAPEUTA

Daniel Sampaio é um conhecido psicoterapeuta, autor de vários livros. Lê o texto e responde às questões.

Ao fim de trinta anos de trabalho terapêutico com jovens, continuo com dúvidas, interrogo-me todos os dias sobre a eficácia e o sentido do ofício de psicoterapeuta. O meu mestre norte-americano Carl Whitaker costumava dizer que, para fazermos um trabalho válido, é crucial reinventar em cada sessão o modo de nos relacionarmos com o adolescente e com a sua família, e que a visão rígida de uma teoria é um obstáculo ao sucesso da intervenção terapêutica.

Foi o que aconteceu esta semana. Esqueci-me de três coisas básicas:

- não se deve pôr a teoria à frente da relação que se estabeleceu;
- nunca podemos esquecer como é essencial metacomunicar sobre o que se está a passar no processo terapêutico, isto é, devemos sempre conversar SOBRE a terapia;
- uma intervenção terapêutica só será transformadora da pessoa em causa se existir uma corrente afetiva entre o técnico e o objeto da intervenção, ou seja, é necessário gostar da(s) pessoa(s) que temos à nossa frente e também que ela(s) goste(m) de nós.

Estava a trabalhar com um jovem de 15 anos a que chamarei Rodrigo. O motivo da consulta inicial estava relacionado com más notas na escola e uma crescente agressividade para com os pais. Depressa compreendi que se tratava de um adolescente sensível e inteligente, numa crise de desenvolvimento relacionada com a procura de autonomia; e de uma família muito rígida, a relacionar-se com o Rodrigo de uma forma autoritária, sem ter em conta a sua singularidade. No conjunto, eram evidentes profundos elos afetivos e vontade de evoluir, sem presença de patologia psiquiátrica significativa. Como a agressividade tinha sido intensa na última sessão conjunta, propus ao Rodrigo que viesse sozinho. A teoria dizia que deveria trabalhar o reviver da situação edipiana (o rapaz entendia-se melhor com a mãe, usando alguma sedução, e provocava o pai todas as noites) e que seria cedo para falar com ele acerca da nossa relação, mas o inesperado aconteceu. Começou por dizer: “É a terceira vez que nos encontramos, mas é a primeira em que aguento o seu olhar”, para depois me surpreender ainda mais “Sou muito para os meus pais, sabe?”. Ao meu gesto de alguma surpresa (não esquecia as suas ondas de explosão em casa), apressou-se a dizer “Sou mesmo muito importante para eles, tal como eles são importantes para mim, queria que soubesse isto antes de nos voltarmos a reunir, mas não sei se conseguirei dizer-lhes”. E, quase sem uma pausa, disparou: “Acho ridículo vir aqui ao hospital, mas ao mesmo tempo sei que vou precisar de estar aqui consigo muitas vezes, não sei porquê.”

A sessão não decorria como tinha planeado: queria falar da triangulação edipiana e surgiu uma declaração de amor a ambos os pais; desejaria distanciar-me um pouco para colher mais informação, estava perante uma aproximação inesperada numa terceira sessão. Pus a teoria de parte e disse-lhe uma das minhas convicções: “Isto vai resultar, Rodrigo, se formos capazes de dar coisas importantes um ao outro.” “Que lhe poderei dar, temos idades tão diferentes...”, ao que respondi: “Vamos descobrir em conjunto o que poderemos dar um ao outro.” E ele, uma vez mais, não desviou o olhar.

Não sei o que vai seguir-se, mas tenho a certeza que só assim vale a pena. Uma terapia resulta se crescermos em conjunto e formos capazes de nos ouvir com afeto, se cada encontro se tornar num momento de transformação para cada um. Daniel Sampaio, *Xix*, 2006-05-21