

MAURICIO BICHARA HORTÊNCIO DE MEDEIROS

**O USO DE METÁFORA EM PSICOTERAPIA:
FALANDO COM O INCONSCIENTE**

Monografia apresentada ao Centro
Universitário de Brasília
UNICEUB como requisito básico
para a obtenção do grau de
Psicólogo da Faculdade de Ciências
da Saúde. Professor-Orientador:
Mauricio Neubern.

Brasília/DF, Dezembro de 2007



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE – FACS
CURSO DE PSICOLOGIA**

Esta monografia foi aprovada pela comissão examinadora composta por:

Prof. Mauricio da Silva Neubern, Dr. em Psicologia

Prof. Fernando González Rey, Dr. em Psicologia

Prof. Carlene Maria Dias Tenório, Dra. em Psicologia

A menção final obtida foi:

SS -

Brasília/DF, Dezembro de 2007

AGRADECIMENTOS

Aos meus pais e irmãos, pela vida e convivência.

Ao amigo Everson, pelo apoio e companheirismo.

A Ana Regina e Vanessa, pela amizade e cumplicidade desde o começo do curso.

Aos meus amigos, pelo carinho e força.

Ao Professor Mauricio Neurben, pelo incentivo, apoio e confiança.

SUMÁRIO

RESUMO	v
INTRODUÇÃO	06
CAPÍTULO I – LINGUAGEM, METÁFORA E SUBJETIVIDADE	09
1.1. Linguagem e atos da fala	09
1.2. Figuras de linguagem	12
1.3. Metáfora e subjetividade	14
1.4. O uso da linguagem figurada no dia-a-dia.....	16
CAPÍTULO II –METÁFORA E PSICOTERAPIA	21
2.1. O uso de metáfora em psicoterapia.....	21
2.2. A abordagem de Milton Erickson.....	25
2.2.1 O uso de metáfora por Milton Erickson	27
2.3. Caso clínico	29
CONSIDERAÇÕES FINAIS	35
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	37

RESUMO

Este trabalho apresenta uma revisão bibliográfica sobre o uso de metáfora em psicoterapia, onde se busca resgatar a origem da linguagem figurada na comunicação humana, abordando algumas teorias pragmáticas da linguagem como os jogos de linguagem e os atos da fala. A visão pragmática da linguagem é uma forma de realização de atos e não apenas de descrição da realidade. As funções da linguagem figurada são descritas desde a retórica clássica, onde a maior preocupação era com seu uso abusivo, que poderia distorcer o conteúdo da mensagem. A metáfora então é apresentada como a principal e mais conhecida figura de linguagem. Outro enfoque apresentado pelo trabalho foi analisar a construção da metáfora sob a visão da subjetividade e a construção de sentidos para o indivíduo que ouve ou lê uma metáfora ou história metafórica. Verifica também a necessidade do ser humano de usar uma linguagem figurada no seu cotidiano e pergunta: Por que é mais fácil falar de forma figurada do que de forma direta? E por que as pessoas se utilizam tanto deste recurso. A partir dessa contextualização, abordou-se a utilização da metáfora em psicoterapia de forma geral e para algumas abordagens. Depois, de forma mais específica, foi abordada a teoria ericksoniana, que usa como princípio a comunicação indireta e de múltiplos níveis. Para o autor dessa abordagem, a melhor forma para se comunicar com o inconsciente é por meio da comunicação indireta e a melhor ferramenta para isso é a metáfora. Dessa forma, a metáfora ajuda o cliente a acessar seus próprios recursos em busca da solução de seus conflitos. Para finalizar, é apresentado um caso clínico atendido por Erickson, bem como uma análise sobre ele. As reflexões sobre este tema permitem concluir sobre o reconhecimento e a importância da metáfora como excelente ferramenta de apoio ao processo de mudança em psicoterapia.

Palavras-chave: linguagem, metáfora, subjetividade, psicoterapia.

A figura de linguagem está presente no desenvolvimento humano desde os nossos antepassados. A expressão por meio de desenhos e figuras nas cavernas já apresentavam uma forma figurada de se comunicar. Desde então, o homem utiliza-se do sentido figurado para melhor argumentar, convencer e sugerir. Segundo Brandão (1989), a retórica clássica de Aristóteles se preocupou com o uso abusivo das figuras no discurso, com receio de que uma mensagem com dois ou mais sentidos colocassem em risco a compreensão da mensagem. Mesmo assim, o homem hoje em dia, usa de linguagem figurada para se expressar cotidianamente, talvez por não achar palavras que expressem seus sentimentos, talvez para dar um sentido mais dramático, e até mesmo por ter aprendido a aplicação de uma expressão figurada num determinado contexto.

A metáfora é a figura de linguagem mais utilizada. Significa utilizar uma expressão ou palavra que sugere uma nova significação, um outro sentido. É relacionar por semelhança o primeiro significado de uma palavra (o próprio) com o segundo (o figurado). Quando se diz: “Minha vida é um palco iluminado” é dar possibilidades para que a expressão figurada - “palco iluminado” - crie inúmeros sentidos para quem a ouve ou a lê. E quando se fala em sentido, se pode analisar a metáfora sob a luz da subjetividade. Segundo González Rey (2005), os sentidos e significados se dão em espaços sociais e a relação indivíduo e social está sempre presente, agregando, rompendo, mas num processo característico do desenvolvimento humano.

Como sendo uma excelente forma de se comunicar de forma indireta e de fazer com que a linguagem seja ampliada em sentidos, a metáfora foi inserida no contexto da psicoterapia. Seu uso facilita o processo de mudança das pessoas, dando alternativas para resolução de seus conflitos e problemas. No contexto terapêutico, as metáforas podem surgir por parte do cliente e segundo Witztum, Hart e Friedman (1988), essa linguagem pode ser

analisada. O trabalho do terapeuta é entender como o cliente se expressa metaforicamente, os recursos que ele já utiliza e usar isso a favor da terapia. Por outro lado, pode ser usada para levantar informações. Por meio de uma narrativa metafórica, o cliente pode estabelecer um vínculo com o cliente e estabelecer uma relação verdadeira e de confiança.

Outros autores utilizam histórias metafóricas em processos terapêuticos e de aprendizagem. Para Mills (1999), as histórias são usadas como sementes nos processos de mudança. Isso se deve ao fato de contos de fadas, histórias, mitos e sagas estarem presentes na fantasia de todos os povos e culturas. Já para Peseschkian (1992), as histórias criam possibilidades para que as pessoas resolvam seus problemas. Elas apresentam novas alternativas, novos pensamentos e novas idéias para as soluções de conflitos.

Um gênio no uso de metáfora foi Milton Erickson que de forma humorada e extraordinária, utilizou sob medida para cada um de seus pacientes. Erickson era totalmente a favor da comunicação indireta, da comunicação em múltiplos níveis: verbal, não-verbal e as implicações de cada um. Para ele, interpretar de forma direta e crua é expor demais o paciente. É fazê-lo encarar o que talvez ele não esteja pronto para tal. A comunicação indireta proporciona o acesso ao inconsciente e faz com que o paciente acesse recursos presentes no vasto depósito de experiências e aprendizagens.

O objetivo deste trabalho é apresentar a utilização da metáfora em psicoterapia, seus benefícios e resultados, com ênfase na abordagem ericksoniana. Também pretende apresentar um histórico da origem da linguagem figurada na comunicação humana e verificar como o ser humano se utiliza desses recursos no seu dia-a-dia. A partir de uma revisão bibliográfica, estes objetivos serão detalhados em forma de capítulos.

No primeiro capítulo é feito um apanhado sobre linguagem e comunicação. São apresentadas algumas teorias pragmáticas da linguagem como ‘Os jogos de linguagem’ de Wittgenstein e ‘Os atos da fala’ de Austin (1990) e Searle (1995). Em seguida, a figura de

linguagem é explorada desde a retórica clássica até os dias de hoje, com destaque à metáfora, principal figura de linguagem conhecida e utilizada. A relação metáfora versus subjetividade também é explorada neste capítulo.

Já na segunda parte, é abordado o uso de metáfora em psicoterapia. Primeiramente de uma forma geral, depois passando por algumas abordagens e finalizando com a abordagem de Milton Erickson, um gênio na arte de criar e empregar metáforas em seu método terapêutico. Erickson trabalhava com o consciente e o inconsciente ao mesmo tempo. Para ele, a linguagem do inconsciente é metafórica e isso já estava presente nas palavras de Freud: “Pensar por imagens é... somente uma forma incompleta de se tornar consciente. De algum modo, também, está mais perto do processo inconsciente do que pensar por palavras...” (Freud, 1923, citado em Bauer, 1998, p.114).

CAPÍTULO I

LINGUAGEM, METÁFORA E SUBJETIVIDADE

Nem sempre faz sol, nem sempre chove,
nem sempre choramos quando precisamos,
nem sempre rimos quando queremos...
Mas podemos sempre contar uma história...
Luiz Coutinho

1.1 Linguagem e atos da fala

A compreensão da linguagem humana, seu funcionamento e sua estrutura são fundamentais para o desenvolvimento de uma sociedade. Diferente da linguagem animal, a linguagem humana envolve a representação simbólica de conceitos e muitas possibilidades de relações entre eles, fornecendo infinitos enunciados.

Segundo Jakobson (1995), os fatores que envolvem o processo lingüístico são descritos assim:

O remetente envia uma mensagem ao destinatário. Para ser eficaz, a mensagem requer um contexto a que se refere (ou "referente", em outra nomenclatura algo ambígua), apreensível pelo destinatário, e que seja verbal ou suscetível de verbalização; um código total ou parcialmente comum ao remetente e ao destinatário (ou, em outras palavras, ao codificador e ao decodificador da mensagem); e, finalmente, um contato, um canal físico e uma conexão psicológica entre o remetente e o destinatário, que os capacite a ambos a entrarem e permanecerem em comunicação (Jakobson, 1995, p. 123).

A partir desses fatores, surgem as funções da linguagem e cada fator determina uma função. Analisar a linguagem por esta ótica é focar apenas nas características lingüísticas, ou

seja, sintaxe e semântica. Segundo Marcondes (2006), a sintaxe examina as relações entre os signos e a semântica estuda a relação dos signos com os objetos a que se referem. Mas a linguagem é um fenômeno mais complexo. O contexto, por quem e como a linguagem é usada, faz dela uma experiência muito mais rica e tornam o sujeito parte inseparável dessa experiência. É no interesse da relação entre os signos e seus usuários e como estes os interpretam e os empregam é que surge a pragmática. Ela diz respeito à linguagem em uso, em diferentes contextos. A diversidade do uso e a enorme quantidade de contextos possíveis fazem do estudo pragmático da linguagem um trabalho difícil. Mesmo assim, alguns filósofos da linguagem desenvolveram teorias pragmáticas sobre a linguagem.

Um dos filósofos mais importantes que escreveu sobre a linguagem foi Wittgenstein. Ele coloca que a linguagem é regulada pelo seu uso, pelo modo de vida das pessoas. A linguagem é um instrumento da ação comunicativa e que é realizada por meio de jogos de linguagem. O jogo de linguagem é parte de uma atividade ou forma de vida, pois é praticado no contexto social em que vivemos. As palavras não têm sentido fora de um contexto social. O jogo de linguagem é a combinação de palavras, atitudes e formas de comportamento. É por meio desses jogos que a criança aprende algumas palavras e expressões. Na verdade, a criança aprende um jogo de linguagem completo e não somente uma palavra ou enunciado. Os jogos possuem regras e estas regras devem ser entendidas como agentes da ação e da expressão do indivíduo, além de possibilitar a interpretação dos diversos discursos que participa. O significado das expressões não depende somente da intenção de quem fala, mas de todas as regras, hábitos e atitudes de uma sociedade. Para Wittgenstein, o uso da linguagem compreende saber as regras, pois o uso certo de um termo significa que se está usando a regra corretamente, a regra estabelecida pelo contexto de sua aplicação. Quem sabe usar as regras é porque tem compreensão do jogo (Marcondes, 2000).

Outro filósofo da linguagem foi J.L.Austin. Ele considera a linguagem como ação, como forma de atuação sobre o real, e, portanto, como constituição da realidade e não meramente representação ou correspondência com a realidade. Deve-se levar em conta o contexto de uso das expressões e os elementos que compõe esse contexto. Não se deve ver a linguagem somente em sua estrutura formal, mas sempre em relação a uma situação na qual faça sentido. Quando se analisa a linguagem, a finalidade não deve ser apenas analisá-la enquanto tal, ou seja, a sua estrutura, mas também analisar o contexto social e cultural no qual ela é usada, com suas práticas sociais, seus paradigmas e seus valores. O autor começa sua teoria com a distinção entre proferimentos constataivos e performativos, mas essa dicotomia é abandonada dando lugar para outra abordagem que diz que os atos lingüísticos não seriam excludentes, mas que poderiam ocorrer ao mesmo tempo. Esses atos podem ser dos tipos: locucionário, que é o ato *de* dizer algo. Equivale, de forma grosseira, ao “significado”; ilocucionário, que é o ato *ao* dizer algo, tais como informar, ordenar, prevenir, avisar, etc., isto é, atos que têm uma certa força; e perlocucionário, o qual produzimos porque dizemos algo, tais como convencer, persuadir, impedir, etc. (Austin, 1990).

Segundo Searle (1995), outro filósofo da linguagem, a linguagem é uma prática social concreta, não havendo separação radical entre mundo e linguagem, já que a realidade seria constituída pela linguagem que adquirimos e empregamos. De acordo com Searle, falar uma língua é realizar uma série de atos regidos por regras. Esses atos são da seguinte natureza: atos de proferimento são os atos que o locutor realiza ao articular a cadeia sonora; atos proposicionais, nesses atos, o locutor se refere a alguma coisa e predica uma expressão a esta coisa; e atos ilocucionários. Searle procura explicar os atos de fala em termos de um sistema de regras constitutivas, estabelecidas no contexto de uma instituição social. Tais regras não são apenas as convenções sintáticas e semânticas do idioma usado pelo locutor, mas também, as regras que estipulam as condições em que o proferimento da frase tem o valor que tem. Os

atos de fala, então, pressupõem sempre uma instituição social, isto é, uma maneira institucionalizada de proceder e o quadro da instituição social em que esse comportamento tem lugar.

Assim, esses três teóricos constituíram a visão pragmática da linguagem onde o significado é determinado pelo uso e que a linguagem é uma forma de realização de atos e não apenas de descrição do real.

1.2. Figuras de Linguagem

Muitas vezes, os atos da fala precisam ser ditos de uma forma mais “enfeitada”, com o intuito de fazer o ouvinte refletir sobre o enunciado, sugerir algo, amenizar o impacto, dentre outras possibilidades. Esses efeitos são conhecidos como figuras de linguagem e podem estar relacionados a aspectos semânticos (significado), fonológicos (sistema sonoro) ou sintáticos (estrutura interna e funcionamento das frases). Segundo Brandão (1989), as concepções sobre a natureza das figuras de linguagem nunca foram unânimes. Cada época e cada autor têm procurado explicá-la segundo suas preocupações dominantes e suas soluções conceituais disponíveis. Devido à complexidade como este fenômeno se apresenta, ele nunca se enquadrou num esquema rígido. E por dar margem a diversas interpretações, as figuras de linguagem não mantêm relação só com a literatura e sim, com todos os campos de interesse do homem, arte, cinema, cultura, psicologia.

Ainda segundo Brandão (1989), a tradição retórica dizia que cada vocábulo ou expressão corresponde um único sentido que lhe é próprio. Para a pedagogia retórica, a linguagem “sem figuras” acrescentava ao processo de aprendizado o elemento mais precioso do discurso, a clareza. Apesar da clareza ser um elemento primordial no discurso, o que dava fama ao orador eram os “acréscimos”, ou seja, as figuras de linguagem incorporadas ao texto.

A retórica procurou resolver este conflito de qual discurso era o mais “correto”, com figura ou sem figura, padronizando ou “normatizando” os conceitos de figuras e tropos. Figuras: Diz-se comumente que as figuras são maneiras de falar distantes daquelas que são naturais e ordinárias. Tropos: Os tropos são figuras pelas quais se atribui a uma palavra uma significação que não é a significação própria dessa palavra.

A retórica clássica sempre se preocupou com o uso abusivo das figuras no discurso. Acreditava que uma mensagem com dois ou mais sentidos colocava em risco a compreensão da mensagem. Alguns filósofos tinham medo que o discurso fosse transformado num jogo verbal sem pensamentos, que segundo eles era a “alma das palavras”. É como se fosse dar forma e gosto a uma coisa que não tivesse corpo (Brandão, 1989).

Mesmo com toda essa argumentação, as sociedades continuam a empregar figuras em sua comunicação, às vezes corretamente, às vezes exageradamente, mas cotidianamente.

Uma das figuras de linguagem mais conhecidas é a metáfora, classificada por vários autores como tropo. Segundo Brandão (1989), a descrição para tropo é de uma figura que sugere uma nova significação e recebe uma denominação conforme o modo como se relaciona o primeiro significado (o próprio) e o segundo (o figurado). Assim, existem quatro tipos de tropos que são descritos como: o que se relaciona por semelhança, metáfora; o que se relaciona por correspondência, metonímia; o que se relaciona por conexão, sinédoque; e o que se relaciona por contrariedade, ironia. Estes tipos formam uma estrutura lógica unitária que vai da maior à menor liberdade de relacionamento entre as significações. A relação metafórica é a mais livre e, segundo os antigos, a forma de linguagem mais rica. Seu risco é tornar o discurso falso ou muito enigmático. A metonímia é o emprego de um termo por outro, dada a relação de correspondência ou a possibilidade de associação entre eles. Por exemplo: “Sócrates tomou a morte”. O efeito é a morte, a causa é o veneno. Já a Sinédoque se troca a palavra que indica o todo de um ser por outra que indica apenas uma parte dele. Na expressão:

ter um teto, é o emprego da parte (teto) pelo todo (casa). E na ironia, a liberdade de relacionamento das significações fica restrita à pura oposição. Montada uma idéia, a outra será necessariamente contrária.

A variedade de figuras existentes comprova a complexidade deste fenômeno na língua portuguesa. Saber usar de forma apropriada todos esses artifícios torna a linguagem do orador, do escritor, do poeta, do compositor, do psicólogo e de qualquer outra pessoa que estude e desenvolva esta habilidade, numa poderosa fonte de expressão, argumentação e sugestão.

1.3 Metáfora e Subjetividade

Como já dito, a figura de linguagem mais utilizada e conhecida é a metáfora. Filipak (1983), faz um apanhado sobre as origens e motivações da metáfora e introduz esta análise com uma citação de Cícero (Vianu, 1971, citado em Filipak, 1983, p. 34), onde ele afirma que: “assim como a vestimenta nasceu da necessidade de proteger o corpo do frio, para converter-se mais tarde em adorno, a metáfora, imposta no começo por causa das deficiências da língua chegou mais tarde a ser objeto de deleites retóricos”. Segundo Quintiliano (Konrad, 1958, citado em Filipak, 1983, p. 35), “o tropo é uma transposição de uma palavra ou de uma frase da sua significação própria para uma outra significação para produzir certo efeito”. Giambatista Vico (Vianu, 1971, citado em Filipak, 1983), fundamenta a metáfora numa compreensão especial do mundo. Para ele, o homem transferia nomes de partes de seu corpo como cabeça, braço, boca, etc. para realidades externas. Assim, foram criados nomes como: boca-de-leão, pé-da-montanha, braço-do-rio, foram criadas. Já segundo Nietzsche, no Livro do Filósofo (Filipak, 1983, p. 35), estabelece a gênese da linguagem como uma sucessão de metáforas impostas pelo homem às coisas. “Acreditamos saber alguma coisa das próprias coisas, quando falamos de árvores, de cores, de neve e de flores, e, no entanto, apenas

possuímos metáforas das coisas, que não correspondem de modo algum às entidades originais”. E, de acordo com Wundt (Konrad, 1958, citado em Filipak, 1983):

(...) os critérios para a metáfora são a consciência do ato da transposição e a comparação necessária e refletida de dois conceitos em questão. A metáfora deve causar um certo efeito, uma sensação emotiva junto a quem a entende. A metáfora é um ato voluntário, arbitrário, ela não pertence ao grupo das transposições gerais, mas às transferências individuais de sentido (p. 39).

O efeito da metáfora nas relações não deve ser resumido apenas numa transferência individual de sentido. Este pensamento é linear e simples. As interpretações do indivíduo são mais complexas do que se imagina. É um conjunto de significados individuais e sociais.

Beardsley (1958, citado em Ricoeur, 2005), ajudou a definir o fenômeno da significação na metáfora. Ele substitui as noções de linguagem cognitiva e linguagem emocional pela diferença entre significação primária e significação secundária. Para o autor, a primária é o que a frase afirma explicitamente, enquanto a secundária é o que a frase sugere. Assim, toda palavra ou frase, e logo, todo discurso, pode ter uma significação implícita ou sugerida. Assim, Beardsley apresenta uma nova concepção para a metáfora: a de sugerir alguma outra coisa do que aquilo que é afirmado. Outra tática como essa é a da ironia, pois sugere o contrário do que se diz, retirando sua afirmação no próprio momento em que é feita. São estratégias que focam em fornecer pontos que orientem para o segundo nível de significação. Seguindo esse pensamento, é muito importante que o trabalho do sentido seja analisado, pois na metáfora é o ouvinte ou o leitor que dá sentido para o enunciado. O poder de criar novas significações parece ser ilimitado, onde atribuições aparentemente sem nexo podem fazer sentido para alguém em algum outro contexto.

González Rey, (2005), define sentido como sentido subjetivo e o descreve como:

... a unidade inseparável dos processos simbólicos e as emoções num mesmo sistema, no qual a presença de um desses elementos evoca o outro, sem que seja absorvido pelo outro (p.127).

A partir desse conceito, não se pode garantir com precisão o efeito que uma metáfora possa fazer com a pessoa que a escuta ou que a lê. O sujeito produz um conjunto de sentidos quando interage em suas relações. A configuração subjetiva é a integração de elementos de sentido que o indivíduo produz durante o desenvolvimento de várias atividades em diferentes áreas de sua vida. As emoções e os processos simbólicos que constituem essas configurações não podem ser compreendidos por processos padronizados e externos ao sistema em que estes são produzidos. E essas configurações fazem parte da subjetividade do indivíduo, um sujeito ativo e com um histórico de vida que o diferencia das outras pessoas. E é a partir dessas experiências que compõe a história de uma pessoa que novos sentidos e significados são criados e constituindo novas configurações subjetivas individuais. Como esses sentidos e significados se dão em espaços sociais, a relação indivíduo e social está sempre presente, agregando, rompendo, se contrariando, mas num processo característico do desenvolvimento humano (González Rey, 2005).

Outro ponto importante abordado por González Rey (2005) é que o homem não se relaciona com a realidade somente através de um nível simbólico, mas num nível de emoções. Essas emoções estão relacionadas aos registros de sentidos e onde a dimensão simbólica deixa de ser externa ao indivíduo e passa a ser parte integrante do indivíduo, fazendo parte dos seus sentidos subjetivos. Assim, a realidade vai mais além dos significados que mediam a relação dela com o sujeito.

1.4 O uso da linguagem figurada no dia-a-dia

Desde pequeno o ser humano é cercado pela linguagem figurada. Os adultos conversam com os bebês por meio de gestos, grunhidos e entonações, que qualquer pessoa

que esteja fora do contexto irá achar estranho. O que não se pode negar, é que essa linguagem está coberta de emoções, sentimentos, sentidos e significados.

É cedo que se aprende a dar sentido a esta linguagem que é gesticulada, alegre, criativa, imaginária, enfim, figurada. Aprende-se a se comunicar através de símbolos. Cada cultura, cada sociedade cria sua comunicação por meio de símbolos e estes são compartilhados pelos indivíduos que a compõe levando seus valores, sua cultura, seus pensamentos, seus conceitos, seus sentimentos e suas emoções. Mas muitos desses conceitos, às vezes, são construídos e repassados de forma camuflada. Na cultura brasileira, por exemplo, falar de sexo é falar por meio de figuras e gírias, já que a expressão pura e direta é reprimida pela sociedade.

O povo brasileiro é muito emotivo e por meio da linguagem expressa de forma criativa toda essa diversidade de conceitos e multiplicidade de contextos, ampliando as possibilidades de significações. É nesta hora, por exemplo, que entra em cena a linguagem figurada. É uma forma de dizer algo, por meio de outras palavras ou expressão. É expressar um sentimento verdadeiro, por um enunciado não tão direto e que não exponha de forma tão crua o desejo de quem o emite. Ou uma forma de dizer ou sugerir algo a quem ouve, de forma indireta, amenizada ou exagerada, mas que possa, de alguma forma, consciente ou inconsciente, fazer algum sentido. É uma forma de brincar, de atrair o ouvinte, de ser misterioso, de convencer, de persuadir ou de emocionar.

Segundo Ricoeur (2005), antes da classificação das palavras e suas figuras, existia a grande retórica de Aristóteles; mas, antes disso ainda, houve o uso selvagem da palavra e a ambição de aprender sua perigosa potência. A retórica de Aristóteles surgiu para domesticar essa disciplina e, ao mesmo tempo, fez muitos inimigos. Aprender uma técnica que entenda as causas que geram os efeitos da persuasão confere um formidável poder a quem a domine perfeitamente. Esse foi o grande desafio de Aristóteles, criar um vínculo entre o conceito

retórico de persuasão e o conceito lógico de verossímil. Deste vínculo, surge a retórica filosófica, mas por ser erguida no meio de muitos conflitos e sem muito dinamismo e de drama, ela foi esquecida. O campo da poética nunca foi mencionado e foi através da poética que muitos ouvintes foram encantados.

A retórica é uma técnica de eloquência, de saber persuadir, de discurso. A poética é arte de compor poemas. Poyares (1998), afirma que toda a história da humanidade está marcada pelo toque poético na comunicação. Todas as religiões utilizam a poética e a história da humanidade vai se escrevendo no meio de poesias eternizadas. Mesmo com o avanço tecnológico, o uso da Internet e de vários recursos automatizados, o ser humano não deixa de utilizar palavras amorosas, figuras românticas e outras expressões que amenize a dureza da vida cotidiana, da imposição do consumismo e das inúmeras inovações. Para ele a poesia é uma forma eterna de se comunicar e que o computador não conseguirá produzir.

Muitas frases metafóricas estão presentes no cotidiano das pessoas. Por exemplo: “Carrego o mundo nas costas”; “Uma mão lava a outra”; “Quem não tem cão, caça com gato”. São frases que expressam muitos valores, muitas emoções, e que são ditas de uma forma figurada para aliviar ou facilitar sua exposição. Essas metáforas são aprendidas e em forma de jogo de linguagem são repassadas e ensinadas de geração a geração. Novas metáforas são criadas a toda hora, principalmente pelos poetas e compositores e reutilizadas pela sociedade. Outras vezes, as metáforas são utilizadas por não se achar forma melhor de expressar, por não se achar palavras que representem o que se sente ou o que se queira dizer. Uma outra metáfora muito comum é: “Cheguei ao fundo do poço”. Analisando esta última frase com base nas teorias abordadas até agora, poderíamos dizer em primeiro lugar que como jogo de linguagem a frase é aplicada segundo algumas regras. A pessoa, a princípio, tem noção do que ela perdeu em sua vida para dizer que utilizou todos os recursos disponíveis e que agora, não existem alternativas. Outra regra para esta frase ser usada é que ela seja

declarada para alguma pessoa ou grupo de pessoas. Ela serve como uma solicitação de socorro, já que na cultura brasileira a compaixão e solidariedade estão muito presentes. Assim, a frase surtiria um efeito tanto para quem a emite quanto para quem a ouve.

Para Austin (1990), a frase constitui a realidade, ela atua sobre o real. Olhar para o contexto cultural e social onde ela é expressa é fundamental. Dizer que se chegou ao fundo do poço pode ser uma forma de se deparar com a frustração e incompetência de ser conseguir o que se almeja. É encarar a realidade de forma dura. Pode ser também uma forma de chamar a atenção de quem ouve e que não deixa de constituir uma realidade também. Uma realidade baseada em valores deturpados e em práticas sociais solidárias.

Analisando a frase com base na teoria da subjetividade, pode-se dizer que cada pessoa que diz uma frase assim possui um conjunto de configurações subjetivas próprio. É como se a frase, ao ser formulada e dita, fosse uma cadeia de neurônios em sinapse. Ela não é linear e sim complexa. É composta por muitas ramificações interligadas de emoções e sentidos construídos ao longo da história do indivíduo. São as maneiras como a pessoa se relacionou ou se relaciona com inúmeros fatores da sua vida (auto-estima, motivação, apoio, entrega). Assim, precisa-se estar muito em sintonia com esta pessoa para poder ajudá-la a se reconstituir e buscar a força necessária para dar um novo significado em sua vida.

O emprego da figura na linguagem estará sempre presente. O ser humano se adapta fácil às mudanças, aos conflitos sociais e às inovações tecnológicas, e, em todos esses momentos, estará chamando a atenção para si, para o discurso. Dar ênfase ao discurso, colocando drama, humor, emoção, mistério e dúvida será um artifício eternamente utilizado, pois é ele que dá esperança ao homem contra a este avanço incontrolável. Segundo Poyares (1998):

No fenômeno humano da comunicação, o lirismo refletido pela capacidade de sonhar e recriar a linguagem fulgura como diferença específica, eterna, ligando o ser humano às mais altas esferas da fé e da esperança, da compreensão e do amor. (pág. 77)

O resgate do surgimento da linguagem, suas formas e utilização, bem como a amplitude da subjetividade do sujeito, facilitará o entendimento do uso da metáfora em psicoterapia.

CAPÍTULO II

METÁFORA E PSICOTERAPIA

As histórias colocam a vida interior em movimento
e são particularmente importantes onde
a vida interior está amedrontada, contida ou encurralada.
Clarissa Pinkola Estes

2.1 O uso de metáforas em psicoterapia

Por exercer um excelente papel de ponte de comunicação no contexto terapêutico, a metáfora tem sido difundida e empregada por várias linhas de psicoterapia. Segundo Bauer (1998), a metáfora vem sendo utilizada no decorrer da história. Desde os homens das cavernas isso já podia ser visto com seus escritos, por meio de símbolos e desenhos que, metaforicamente, representavam sua linguagem. Muitas vezes, as pessoas não encontram palavras para se expressar e se comunicam metaforicamente. A linguagem mais próxima do inconsciente é a metáfora e se comunicar de forma indireta é falar com este inconsciente.

Muitas vezes usamos de metáforas e essas são interpretadas pelo consciente facilmente, gerando resistência por parte do cliente. Uma metáfora mais profunda, por exemplo, aquela que utiliza um conto de fada, faz dela uma linguagem menos superficial e que passa pelo consciente sem ser tão interpretada, atuando no nível inconsciente de forma eficaz.

A metáfora pode ser usada no processo terapêutico como ferramenta pelas seguintes razões: (a) a metáfora é uma técnica não manipulativa, ou seja, o cliente dá o sentido que quiser. O terapeuta coloca uma metáfora sem interpretação, isso é feito pelo paciente; (b) como a interpretação é feita pelo cliente ele começa a identificar, acreditar e confiar nos recursos internos que ele já possui. É o paciente que se orienta e dá um significado para a

metáfora; e (c) a metáfora fala com a mente consciente e a mente inconsciente. Como o inconsciente é um mundo vasto de experiências e aprendizados, o cliente pode apropriar-se deles para ajudá-lo na solução de seus problemas.

Para Witztum, Hart e Friedman (1988), quando um cliente usa, por exemplo, a expressão “Meu pai é um leão”, ele está utilizando uma metáfora simples. O que é relevante para a terapia é que essa linguagem pode ser examinada. O terapeuta pode perceber como o cliente pensa metaforicamente e quais símbolos e imagens ele mais utiliza. A partir daí, um trabalho sob medida pode ser iniciado, utilizando os recursos que o cliente já possui. Frequentemente, em psicoterapia, a força criativa inicial está no terapeuta. Os clientes podem até mostrar sua criatividade descrevendo suas situações ou problemas através de metáforas, a questão é que a atividade de criar esta viciada. As perspectivas de solução estão congeladas e as metáforas que o cliente produz ficam estagnadas. A função do terapeuta é trabalhar para descongelar a energia criativa do cliente e dirigi-lo a atividades que solucionem seus problemas. De uma forma geral, existem algumas estratégias para o uso da metáfora em psicoterapia. Uma delas é onde o terapeuta pode ajudar o cliente a transformar o núcleo da declaração metafórica do paciente. Núcleo da declaração está relacionado à essência que é expressa por meio de uma metáfora. Metáforas como: “Estou enjaulado”; “Eu sou uma armadilha”; e “Estou despedaçado”, são metáforas com fortes núcleos de declaração e representam movimentos estagnados dos pacientes. Reconhecer esta estagnação já é um grande ponto de partida. Quando alguma mudança terapêutica começa a acontecer os núcleos de declaração metafóricos começa a ser mudados também, indicando avanço no processo terapêutico. Usar o grupo de imagens que o cliente já possui é uma excelente estratégia. Se o cliente diz que algo está escuro é porque pode ficar claro. Se não existe nenhum caminho, eles podem surgir.

Outra estratégia que pode ser adotada é usar a metáfora como ponte de acesso ao paciente. Para isso, é muito importante a realização do rapport, ou seja, estabelecer uma aliança terapêutica. É fazer com que o cliente se sinta acolhido, compreendido e numa relação de confiança. Nestes casos, uma narrativa metafórica é um ótimo instrumento para que o terapeuta estabeleça uma relação verdadeira e empática com seu cliente. É uma seqüência de metáforas, conectadas, cada uma com seu objetivo, mas que, de forma progressiva, vá conquistando a confiança do paciente e abrindo um espaço para que seu problema ou conflito possa ser exposto sem o medo de ser julgado, criticado ou de se sentir culpado. Segundo Lankton and Lankton (1986, citados em Witztum, Hart e Friedman, 1988), o terapeuta pode seguir o seguinte roteiro: defina um objetivo terapêutico para cada metáfora; construa uma imagem de referência que contenha os componentes necessários para que a metáfora possa se desenvolver em outras metáforas; construa uma imagem de final para fornecer um fechamento para a história; verifique se os recursos necessários para se atingir os objetivos serão possíveis; adicione um elemento dramático que prenda o cliente; e observe e incorpore a responsividade do cliente enquanto desenvolve a história.

Para a psicanálise, segundo Bauer (1998), o poder da metáfora está no fato do cliente ser estimulado a explorar e criar representações de seus sentimentos, questões ou problemas numa forma de pensar que está mais próxima do inconsciente. Freud fazia muito uso de metáforas em suas interpretações. Bettelheim (1984, citado em Bauer, 1998) sugere três razões para que Freud tenha usado metáforas ao explicar a natureza da psicanálise. A primeira é que a psicanálise emprega interpretação imaginativa para esclarecer os motivos escondidos atrás dos fatos. A segunda por causa do recalque ou da censura, onde o inconsciente se revela por meio de símbolos e metáforas. E, por último, as metáforas são capazes de tocar as emoções humanas.

Ainda segundo Bauer (1998), Jung era adepto da teoria da imaginação ativa, dos símbolos e com atividade de interpretação dos sonhos, em que se dava grande importância às metáforas. O desenvolvimento do pensamento por imagem predominava também em sua teoria, o que sugere o uso de metáforas para acesso ao pensamento mais primário do sujeito.

Uma realidade metafórica também é vista na estrutura familiar. Segundo Salvador Minuchin e Fishman (1981, citado em Bauer, 1998, p.118) a família constrói sua realidade apresentada, e é função do terapeuta selecionar “da cultura da própria família, as metáforas que simbolizam sua realidade reduzida”, e utilizá-las como um “rótulo que aponta a realidade da família e sugere a direção da mudança”. Um exemplo pode ser dado: o pai como fantasma, a mãe despedaçada, o irmão carregando o piano e a irmã é a Cinderela. Aprendendo a simbologia da família, pode-se descobrir o mito e, metaforicamente, criar uma ressignificação para o processo familiar.

Outros autores utilizam muito de histórias metafóricas em processos terapêuticos ou de aprendizagem. Para Mills (1999, pág. 18), “... as histórias e os contos são os remédios da alma que atuam como ervas naturais para a cura e a autodescoberta”. As histórias são usadas como sementes nos processos terapêuticos. Quando os clientes trazem suas questões, algumas imagens aparecem abrindo passagem para que histórias sejam criadas de forma individual para cada cliente. É o cliente que descobre o que é importante para ele, em busca de seu bem-estar.

Em outras escolas terapêuticas menos expressivas também se registra o uso de metáforas como ferramenta de apoio ao processo de mudança terapêutico. Peseschkian (1992) desenvolve um trabalho com ênfase na medicina psicossomática, na psicoterapia e na terapia familiar. Com base em alguns princípios da sabedoria milenar oriental, ele coloca que parábolas desta origem podem atuar no paciente ou leitor como uma fantasia de suporte para a

identificação de situações, com objetivo de ampliar a visão pessoal dos conflitos e atitudes cotidianas.

A tendência em considerar história, contos de fadas, sagas, mitos e parábolas como pertencentes ao território infantil, deve-se provavelmente ao fato de que as histórias e mitos falam mais à fantasia e à intuição do que à razão. Por muito tempo as histórias foram usadas na educação, sendo que nos países orientais elas têm sido usadas para ensinar as lições de vida, combinadas com a função de passatempo. O uso de histórias como ferramenta no processo terapêutico aparece assim justificado pelo autor:

Histórias que podem ser usadas como elementos mediadores entre terapeuta e paciente, são uma ajuda importante. Dão ao paciente uma base de identificação e ao mesmo tempo lhe servem de proteção. Por meio da identificação com a história, ele fala de si, dos seus conflitos e dos seus desejos. Especialmente quando são encontradas resistências, as histórias têm comprovado seu valor. Sem atacar diretamente o paciente ou seus conceitos e estima, sugerimos uma mudança de posição que no início mais parece uma brincadeira. Essa mudança de posição permite ao paciente ver seus conceitos unilaterais em relação aos outros, reinterpretá-los e ampliá-los. (Peseschkian, 1992, p. 16-17).

Segundo Peseschkian (1992), as histórias fornecem a possibilidade de um 'pensamento transcultural', ou seja, novas possibilidades de pensar o problema ou conflito. Ao contrário da linearidade do pensamento lógico, as histórias apresentam pensamentos, soluções e atitudes muitas vezes inesperadas e desconcertantes, mas que podem ser reais e positivas. Além disso, podem capacitar o sujeito para uma visão fora dos limites dos conflitos.

2.2 A abordagem de Milton Erickson

Milton H. Erickson foi um grande entusiasta e inovador no campo da hipnose e da terapia. Segundo O'Hanlon (1994), Erickson escreveu várias obras em parceria, mas faltou uma sistematização efetiva e coerente para compreender e utilizar sua abordagem. Mesmo assim, o reconhecimento do potencial de sua abordagem levou muitos autores a sistematizar a

abordagem ericksoniana e divulgá-la pelo mundo. Seu objetivo principal era ajudar as pessoas a resolverem suas questões e, para isso, utilizava muitas técnicas e procedimentos diferentes. A hipnose era sua principal ferramenta, mas não a única. A metáfora é um excelente instrumento utilizado por ele.

A abordagem de Milton Erickson possui características distintas e alguns princípios básicos. O primeiro é uma orientação naturalista, onde ele acreditava que toda pessoa tem dentro de si as aptidões necessárias para resolver questões e conflitos, entrar em transe, superar dificuldades. O trabalho do terapeuta consiste em trazer essas capacidades à tona. Para ele se espera do ser humano um comportamento e um crescimento normal. As patologias são bloqueios dessa saúde natural. Outra postura da orientação naturalista é que a psicoterapia e a hipnose podem ser praticadas como situações bastante naturais. A terapia pode ser um processo bem natural, sem rituais gerais que todos terapeutas e clientes devam seguir. Outro princípio básico refere-se às orientações indiretas e diretas. Erickson era muito direto quando queria retirar a pessoa de um processo com uma estrutura sintomática. Ele nunca pretendeu dizer o que as pessoas deveriam fazer, sua intenção era afrouxar a rigidez da pessoa e mostrar que ela teria outras opções de agir. A partir de sugestões e instruções ele ajudava a fazer com que seus pacientes encontrassem seus próprios significados e maneiras de resolver seus problemas. (O'Hanlon, 1994).

Responsividade é outro princípio básico da abordagem ericksoniana. Segundo Neubern (2004, p. 223) "... refere-se ao conjunto de várias respostas, muitas delas sutis e mínimas, que o sujeito desenvolve na relação com o terapeuta". As pessoas são capazes de reagir a vários estímulos diferentes através de diferentes respostas. Não se pode dizer que uma pessoa possui uma personalidade inflexível. Cada uma possui sua responsividade de forma singular e isso precisa ser compreendido e respeitado pelo terapeuta. Se a resposta for a

resistência, essa mesma resistência deve ser utilizada em prol do processo de mudança do paciente.

Um dos princípios mais interessantes, verdadeiro e sensato que Erickson definiu foi a orientação para utilização. Qualquer coisa que o paciente traga deve ser utilizado. Crenças, comportamentos, exigências, rigidez, resistência e quaisquer outros fatores eram utilizados por Erickson a favor do processo terapêutico.

Por último está um princípio que não deve ser atribuído somente a Milton Erickson, já que outras abordagens o utilizam em suas abordagens que é o de trazer para a psicoterapia uma orientação mais voltada para o presente, para o aqui e o agora. Mas uma orientação para o futuro ele foi pioneiro. Para ele, sendo o passado imodificável, o trabalho deve ser focado no presente, com vistas no futuro. Interpretar o passado só deve ser feito se for ajudar o paciente a diminuir a rigidez constituída por este passado. Pode-se dizer que Erickson não se orientava para o problema, mas sim para a solução (O'Hanlon, 1994).

2.2.1 O uso de metáfora por Milton Erickson

Milton Erickson foi extremamente hábil com o uso de metáforas. Talvez uma das partes mais reconhecidas da psicoterapia ericksoniana seja a construção de intervenções metafóricas e indiretas. Sua abordagem reconhece que as pessoas sabem muito mais do que elas imaginam que sabem, pois o inconsciente é um grande repositório de capacidades aprendidas anteriormente, por meio de suas histórias de vida. Segundo Bauer (1998), Erickson acreditava que uma história contada de modo indireto, mas que seja semelhante com a situação do paciente, e com uma saída possível, faria com que ele pensasse numa forma de resolvê-lo com seus próprios recursos.

Segundo Haley (1991), quando o paciente resiste à terapia, uma alternativa de lidar com a situação é comunicar-se por meio de metáforas. Milton Erickson é um mestre na condução de metáforas. O modo como ele ouve e observa uma pessoa, assim como a maneira que faz terapia, é se comunicando na maior parte do tempo por uma comunicação indireta. Se Erickson percebia, por exemplo, que um casal estava com problema na esfera sexual, mas resistente ou com medo ou vergonha de enfrentar a situação, ele dava um jeito de contar uma história ou falar metaforicamente sobre outro assunto que, indiretamente, fizesse o casal fazer uma analogia com a questão da situação sexual do casal. Para Erickson, a intenção de trabalhar com metáfora não se aplica somente à comunicação verbal, mas àquelas pessoas que vivem uma vida metafórica. Os esquizofrênicos vivem assim e usar metáfora no tratamento desses casos é essencial. Um relato conta que quando Erickson trabalhou num hospital havia um jovem que se autodenominava Jesus. Então ele chegou um dia para o rapaz e perguntou: “Pelo que sei, você já teve experiência como carpinteiro, certo?” O jovem só poder dizer que sim e a partir daí se engajou num projeto de construção de uma estante de livros o deslocando para o trabalho produtivo.

Uma questão interessante e importante de se ressaltar é que Erickson, diferente de outros terapeutas, não se preocupava em “interpretar” os significados que seus pacientes pudessem fazer ao lidar com uma metáfora. Para ele, não é necessário traduzir a comunicação inconsciente em consciente. Se o sujeito ficar nesta tentativa, isso pode até interferir e atrasar o processo de mudança. Nem a comunicação não-verbal, ou seja, corporal era interpretada. Se o paciente faz algum movimento ou gesto ao expressar uma frase ou opinião, este movimento será acolhido sem comentários ou interpretações. Não é porque o paciente fecha os olhos ao dizer algo que isso deve ser interpretado como fuga, resistência, mentira ou algo mais.

Outra forma do uso de metáfora por Erickson era para coleta de informações. Ele acreditava que metaforicamente a pessoa tende a se abrir mais e não tentar encaixar as

respostas nos padrões estipulados pela cultura e pela sociedade. Para um paciente que tem resistência ou receio de falar sobre a família ou parentes, Erickson gostava de usar a metáfora de uma árvore, com galhos e frutos. O paciente pode descrever sua família ou sua visão sobre família sem especificar nomes e outros detalhes padrões.

2.3 Caso Clínico

Segundo Zeig (1985), no final da vida de Erickson ele cuidou de um caso bem interessante e que reuniu muitos elementos de sua abordagem e de sua forma de lidar com o outro. O principal elemento é a forma de comunicação. São recursos que num primeiro momento podem ser absurdos, mas que no decorrer do processo demonstram sua eficácia e seu caráter inovador. O uso de narrativas metafóricas também está presente neste caso clínico.

O caso é de um homem chamado John e que sofria de esquizofrenia. O principal objetivo de Erickson era manter John fora do hospital e torná-lo capaz de ter uma vida produtiva, sem ter a pretensão de curá-lo. A primeira intervenção de Erickson foi separar John de sua família, já que era complicado trabalhar com a família toda. Assim, os pais de John abriram uma conta no nome dele, onde depositavam uma quantia para o tratamento e outra para as despesas de John. Com isso, John poderia ser independente dos pais e não manteria contato com eles.

No começo do tratamento John ia de carro para o consultório de Erickson, mas em função de sua doença isso não foi mais possível. Então Erickson e sua esposa arranjaram um apartamento próximo ao consultório para que John pudesse ir a pé. Esta atitude demonstra o comprometimento de Erickson e sua família para com as pessoas que precisavam de ajuda.

Estabelecer uma meta para a terapia é um dos pontos centrais da abordagem ericksoniana. Assim, como o quadro era de esquizofrenia, os objetivos de Erickson para o

caso de John eram que ele tivesse relacionamentos satisfatórios; assumisse responsabilidades; se comunicasse de modo satisfatório; e que assumisse funções produtivas. A principal dificuldade em atingir esses objetivos é que pacientes esquizofrênicos não reagem a sugestões diretas.

Como os esquizofrênicos se comunicam de forma indireta ou triangular, o terapeuta também pode estabelecer uma comunicação dessa forma. A maneira como Erickson achou para se comunicar de forma indireta com John foi por meio de um cachorro que ele lhe deu.

O animal foi encontrado numa instituição para cachorros que iriam ser sacrificados. Foi lá que John achou Barney, salvando-o da morte. No começo, Barney ficava no apartamento de John, mas depois o espaço foi ficando pequeno e Erickson ofereceu sua casa para manter Barney. O cachorro não seria de Erickson e sim de John. Os papéis de John começaram a se modificar, num movimento que caminhava para atingir o objetivo de fazer com que John assumisse mais responsabilidade. John deixou de ir à casa de Erickson como paciente e sim como dono de Barney. Além disso, como John começou a frequentar mais a casa de Erickson, este poderia fazer informalmente sua terapia, por meio de uma comunicação de múltiplos níveis. Uma parte dessa terapia era “aterrorizar” a vida do cachorro para fortalecer as relações entre John e Barney. Erickson quebrava biscoitos e dava para John dar ao cachorro. Se Barney fosse direto buscar com Erickson este o enxotava dizendo: “Xô, cachorro do John!”, além de apertar uma buzina que assustava o cachorro. Outra forma menos agressiva que Erickson usava e ajudava a fortalecer a relação de John e Barney era se referir ao cachorro dizendo: “Cachorro, de quem você é?” E via-se o rosto de John ficar iluminado de satisfação e orgulho.

A dinâmica dos papéis naquela situação sugeria que: se Erickson era o perseguidor e Barney a vítima, a John restava ser o salvador. E assumindo esse papel, John se torna mais responsável. Assim, John também começa a romper as limitações que havia aprendido no

decorrer de sua vida. Ele sai do papel de doente e dependente para um papel de sujeito do seu processo.

Erickson também tinha uma forma bem humorada de lidar com toda esta situação, outra característica de sua abordagem. Ele às vezes chamava Barney de “aquele estômago de cobra, mistura de beagle com vira-latas”. De acordo com Erickson, Barney chamava Erickson de “Velhor Ermitão” e a senhora Erickson de “Senhora da Casa”. A partir de definidas essas identidades, Erickson começou a escrever cartas, com fins terapêuticos, de Barney para John. Nessas mensagens, Erickson podia usar todos os recursos da comunicação indireta ou triangular para conversar, sugerir e ajudar John a reconstruir alguns conceitos que o impediam de ter uma vida mais saudável. Erickson também usou cartas em outros casos clínicos e ele gostava de usar esta meio, porque a partir dele, poderia dar conselhos, ser paternal, e falar para toda uma família, por exemplo.

Abaixo segue uma carta enviada por Barney a John, em Maio de 1972, de forma manuscrita, o que era bem doloroso para Erickson.

Querido John:

Acordei cedo hoje de manhã. Foi um dia incrível, mas algo me deixou confuso. No sábado, Robert (o filho mais novo de Erickson) estava contando a Kathy (a nora de Erickson) uma história e a Senhora da Casa estava escutando também. Era uma história sobre um velho ermitão que anunciou nos classificados procurando por uma esposa e recebeu uma carta interessada. Ele foi para o aeroporto com dois cavalos pegá-la. No caminho, perto da igreja, seu cavalo tropeçou e o velho disse apenas: “Um.” Na metade do caminho, o cavalo tropeçou novamente e o velho disse: “Dois.” Quando eles acabavam de chegar na igreja o cavalo tropeçou mais uma vez. O velho desceu do cavalo, tirou a sela e disse: “Três.” E aí ele arrancou o revólver e matou o cavalo ali mesmo com um tiro. A noiva disse: “É estupidez matar um cavalo somente porque ele tropeçou.” E o velho ermitão disse apenas: “Um.” (Zeig, 1985, p. 63-64).

Na carta acima se pode observar o uso de uma narrativa metafórica com o objetivo de deixar uma mensagem no ar. Neste caso, parece que Erickson quis passar a idéia de respeito, limite e autoridade e também de deixar Barney numa posição de medo, buscando em John a

proteção necessária. As identidades definidas anteriormente foram utilizadas e, por meio de uma comunicação indireta, fizeram com que o conteúdo fosse passado.

No dia seguinte, Erickson enviou outra carta, e de forma muito bem humorada, explorou vários pontos do processo terapêutico de John.

Querido John:

Você sabe o que sinto por aquela garota maravilhosa chamada Roxie (a segunda filha mais nova de Erickson). Ela não veio para casa neste fim de semana; nem sequer mandou um pequeno osso para me confortar. Fiquei tão triste que tive que arranjar formas de me confortar sozinho. Sem ninguém perceber, entrei devagarinho no quarto de Kristi. Estava começando a me sentir melhor, tendo sonhos com Roxie acariciando minha cabeça e me dando um delicioso osso cheio de tutano e, de repente, o Velho Ermitão passou e me viu. Eu estava tão absorto em meus devaneios que nem percebi o barulho da cadeira de rodas. Foi horrível John, simplesmente horrível. Ele voou para cima de mim com aquela maldita buzina dele e, no mais agourento e ameaçador tom de voz, disse: “Um.” Aí, aquela maldita buzina fez meus ossos virarem gelatina. Tremia e tremia tanto que não conseguia sair do lugar; foi terrível. Só tremia, o tempo todo, e então saí de fininho e a Senhora da Casa amavelmente abriu a porta dos fundos e eu praticamente caí para fora e saí cambaleando. Levou mais de uma hora até que eu me recuperasse e conseguisse tirar o rabo do meio das pernas, onde parecia ter ficado grudado na geléia em que virou minha linda barriga de cobra, só por causa daquela buzina amaldiçoada. E levou horas até que voltasse ao normal e eu pudesse balançá-lo novamente. John, você sabe que eu sou simplesmente maluco por aquela garota, a Roxie, e a a Kristi, às vezes, me faz flutuar com aquele seu jeitinho todo especial. E a Senhora da Casa me faz sentir despreocupado e pleno de alegria. E você me faz sentir o melhor cão do mundo, com aqueles banhos especiais que você me dá no apartamento, como se eu fosse o rei dos cachorros e, simplesmente por ser o Seu Cachorro, seu verdadeiro cachorro. Bem, John, todas essas coisas maravilhosas que você tem trazido à minha vida fizeram-me perder o equilíbrio depois que o Velho Ermitão fez aquilo comigo. Fico pensando porque uma pessoa tão carinhosa e delicada como a Senhora da Casa um dia deixou-se apaixonar por uma coisa como o Velho Ermitão. Bem, deve ser porque estou um pouco desequilibrado, mas um dia desses acabei entrando no quarto onde ele dorme, eu estava do lado da cama onde a Senhora da Casa dorme – estava simplesmente desesperado por um pouco de carinho. E o Velho Ermitão me pegou de novo de uma forma aterrorizante ele disse “dois”, antes de começar com a buzina. E eu que tinha pensado que a primeira vez tinha sido a pior, mas agora sei verdadeiramente o que significa sentir um medo devastador. Felizmente a Senhora da Casa entrou correndo no quarto e me salvou. Eu não conseguia mover um membro sequer. A Senhora da Casa salvou a minha vida. Eu já tinha chegado a pensar que nunca mais veria de novo o meu maravilhoso John, ou a Roxie, ou que eu jamais tomaria um daqueles banhos extraordinários ou nem passaria com meu John. Havia simplesmente um grande vazio mês espreitando e tentando engolir a minha face.

Agora, John, acredito que um tipo horroroso como aquele Velho Ermitão não tem muitas chances de melhorar, mas gostaria que você desse a ele os pedaços de carne e costelas de porco dessas que você me dá. Eu estou disposto a abrir mão de todos os meus direitos – qualquer coisa – para continuar sendo o cachorro de John e simplesmente louco por Roxie. (Zeig, 1985, p. 65-66).

Erickson utiliza uma técnica onde intercala múltiplos níveis de comunicação, tocando em vários assuntos simultaneamente. Um ponto interessante são os sinônimos que ele aplica ao usar a idéia de louco, fazendo associações com emoções positivas, como: “... você sabe que eu sou simplesmente maluco por aquela garota, a Roxie...” e “todas essas coisas maravilhosas que você tem trazido à minha vida fizeram-me perder o equilíbrio depois que o Velho Ermitão fez aquilo comigo”. Também de forma dramática e com muito humor, Erickson faz pouco caso do medo, uma sensação que com certeza era familiar para John. Fortaleceu ainda a amizade entre Barney e John e introduziu uma aliança com a Senhora Erickson, que também desempenhava um papel de protetora de Barney.

Erickson continuou escrevendo cartas de Barney para John, bem como vários versos que tinham referências ao papel de John como protetor de Barney; sobre a construção do ego de John; sobre a alegria de viver e ter valores próprios e sobre a família de Erickson.

Algumas semanas após a morte de Erickson, Barney morreu também. A senhora Erickson encontrou, junto com John, outro cachorro para ele. Na verdade, acharam dois. O dele chamava-se Barnabus e o da senhora Erickson de Angelique. Começou então uma nova fase na vida dos dois, com novos objetos de amor. Novos símbolos. Os dois mativeram uma relação muito próxima e isso se deve ao fato de Erickson ter nutrido essa amizade dos dois.

Este caso é um sucesso na carreira de Milton Erickson. A comunicação em múltiplos é usada de forma exemplar e foge do modelo padrão que é direto, concreto e lógico. Pelo contrário, a linguagem utilizada é indireta, metafórica, ilógica e, às vezes, é constituída de tarefas aparentemente irrelevantes. Este caso levanta a temática da salvação. Seja pelo cão que deixa de ser sacrificado e é salvo pelo dono, seja pela salvação do paciente, aliviando-o de sua

angústia psicótica. O mecanismo de defesa do psicótico é a negação da realidade e sua angústia é baseada na fragmentação e na anulação. E na medida que o paciente passa a ser o “salvador” do cão, este passa a assumir mais responsabilidades e a começar a criar relacionamentos mais satisfatórios.

Outro elemento muito presente neste caso e, mais uma vez, muito bem explorado por Erickson foi utilização de personagens. Metaforicamente, Erickson atribui a alguns membros da família um papel que é vivenciado pelo paciente ou pode vir a ser recuperado de suas experiências ou aprendizagens. O cão é atormentado a todo o momento, da mesma forma que John deve ser quando em contato com sua angústia psicótica. Esta angústia psicótica é representada pelo “Velho Ermitão”, aquele que aterroriza o “cão” todo instante, mas que ao mesmo tempo brinca com esse medo, sugerindo que ele não seja tão imobilizador. E a “Senhora da Casa” projeta o lado bom da psique humana, sendo acolhedora, salvadora e protetora.

De forma triangular, a comunicação indireta faz com que terapeuta, por meio do cão, acesse o paciente e busque o estabelecimento das mínimas condições para que o paciente tenha uma vida mais independente. Assim, Erickson conseguiu que John estreitasse relacionamentos, assumisse responsabilidades e tivesse uma vida mais saudável. Este sempre foi o objetivo de Erickson, que ele fosse mais produtivo e tivesse uma vida mais satisfatória e não uma reintegração social plena. Era assim que Erickson trabalhava pensando no futuro e nas respostas que nele poderiam ser dadas (Zeig, 1985).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O principal objetivo deste trabalho foi apresentar a importância, o uso e a eficácia da utilização da metáfora ou de histórias metafóricas em psicoterapia. Para tanto, ele foi organizado de forma cronológica, no sentido de resgatar o surgimento da linguagem figurada e sua trajetória na história da humanidade, onde foi estudada, criticada e explorada por muitos filósofos, educadores, autores e contadores de histórias. Este apanhado tinha um objetivo mais específico que era apresentar o trabalho de Milton Erickson, um profissional que hoje é referência quando se fala em metáfora em psicoterapia. Apresentar a teoria de Milton Erickson e o caso clínico de John e Barney, comprova a eficácia, a técnica e o excelente resultado que o uso de metáfora no contexto terapêutico pode trazer para a mudança de uma pessoa.

Verificar a origem, a estrutura, as formas, e tudo mais que foi estudado com relação à metáfora também foi um grande encontro de surpresas e aprendizagem. A princípio, parece simples falar de metáfora afinal, a usamos no dia-a-dia com muita facilidade. Mas perceber o surgimento da linguagem, o início do uso da figura de linguagem, o que os filósofos investigaram e teorizaram e como a metáfora foi inserida na psicoterapia foi realmente valioso. Este trabalho trouxe conhecimento, história, técnica e prática. Um estudo que proporcionou ao autor uma bagagem repleta de detalhes e qualidades que poderão ser empregadas em sua prática clínica.

As histórias metafóricas, os contos de fada e as várias narrativas que circulam em nossa sociedade são excelentes formas de tocar as pessoas. A todo o momento recebemos pela Internet uma história com uma mensagem que nos toca ou nos faz refletir sobre algo. Existem vários livros também com este objetivo, de levar mensagens ou sugestões a partir de uma coletânea de histórias. E o objetivo final é o mesmo, abrir possibilidades para que as pessoas possam encontrar uma ou várias maneiras de lidar com uma situação que estejam enfrentando

no momento ou, até mesmo, para adicionar em seu repertório uma nova aprendizagem ou uma nova vivência. Isso, de uma maneira geral, acontece na vida de muitas pessoas e o efeito é nítido. São ditados que surgem e fazem parte do discurso de uma sociedade e sua cultura, onde os membros repetem, absorvem e são modificados por essas ações.

Já no contexto terapêutico, a metáfora surge como uma alternativa mais eficiente ainda, pois o terapeuta, a partir do que o cliente traz, pode construir uma metáfora ou uma história sob medida para determinada situação. E se comunicar de forma metafórica é se comunicar de forma indireta. A comunicação indireta acessa o inconsciente e falar com o inconsciente por meio de uma linguagem metafórica é um recurso extraordinário para o processo terapêutico.

A construção de uma metáfora deve ser sob medida, específica para cada caso. O terapeuta deve pensar num simbolismo que tenha significado para o paciente e criar um espaço semântico onde este conteúdo será explorado. Deve ser um espaço que o atraia. Também deve visar à conquista dos objetivos definidos para a terapia. A metáfora também deve ajudar o cliente a encontrar recursos que o levem a alcançar tais objetivos. O trabalho do terapeuta é ajudar o cliente a ampliar a habilidade de resgatar os recursos interiores, aqueles que ele já têm, mas por vários motivos os deixou de lado. E pela metáfora, existem várias maneiras de representar a busca de um recurso, como por exemplo, um sonho dentro de uma estória.

Uma preocupação a ser levantada, está no fato do terapeuta usar de forma abusiva de metáfora no contexto terapêutico. Deste a retórica clássica, já havia a preocupação do uso da linguagem figurada de forma abusiva, fora de contexto e sem sentido. No processo terapêutico, o profissional não deve falar somente de forma metafórica. A metáfora deve ser usada como uma ferramenta que se apresenta no processo com o objetivo de abrir novas possibilidades para o cliente e não como a única alternativa. Outro risco que pode existir é da

metáfora ser construída sob um cenário ou simbolismo que provoque um efeito iatrogênico, gerando efeitos colaterais contrários ao esperado. A metáfora deve ser aberta, deixando a cargo do cliente a geração de sentidos e significados. Ela não deve conter conteúdos que sugiram expectativas ou promessas. Deve ter um conteúdo neutro, que abra caminhos para novos sentidos e possibilidades.

Por mais que o trabalho de Milton Erickson apresente várias constatações da eficácia da metáfora no contexto terapêutico, outras pesquisas contextualizadas poderiam ser elaboradas na questão prática da psicoterapia. Em vários aspectos, o uso da metáfora em psicoterapia pode ser explorado tanto teoricamente quanto tecnicamente. E este aprofundamento é válido na medida em que cada pesquisador apresenta uma visão diferente sobre o tema, sobre o mundo e pode aprofundar em algum aspecto carente de pesquisa ou estudo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Austin, J.L. (1990). *Quando Dizer é Fazer*. Porto Alegre: Ed. Artes Médicas.
- Bauer, Sofia M.F. (1998). *Hipnoterapia ericksoniana passo a passo*. Campinas/SP: Editora Psy.
- Brandão, R. de O. (1989). *As Figuras de Linguagem*. São Paulo: Ed. Ática.
- González Rey, F. (2005). *Pesquisa Qualitativa e Subjetividade*. São Paulo: Thomson.
- Haley, J. (1991). *Terapia não-convencional*. São Paulo: Summus.
- Jakobson, R. (1995) *Lingüística e Comunicação*. São Paulo: Cultrix.
- Marcondes, Danilo. (2000). *Textos Básicos de Filosofia: dos Pré-Socráticos a Wittgenstein*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor.
- Marcondes, Danilo. (2006). A Teoria dos Atos de Fala como concepção pragmática de linguagem. *Filosofia Unisinos*. 7, 3, 217-230.
- Mills, J.C. (2006). *Resgatando a magia da vida*. Belo Horizonte: Editora Diamante.
- Neubern, M.S. (2004). *Complexidade & Psicologia Clínica. Desafios Epistemológicos*. Brasília: Editora Plano.

O'Hanlon, W.H. (1994). *Raízes Profundas. Fundamentos da terapia e da hipnose de Milton Erickson*. São Paulo: Editorial Psy II

Peseschkian, N. (1992). *O mercador e o papagaio. Histórias orientais como ferramenta de psicoterapia*. São Paulo: Papirus Editora.

Poyares, Walter (1998). *O Carisma da Comunicação Humana*. São Paulo: Elevação.

Ricoeur, Paul (2005). *A Metáfora Viva*. São Paulo: Edições Loyola.

Searle, R. John. (1995). *Expressão e Significado. Estudos da teoria dos atos da fala*. São Paulo: Martins Fontes.

Witztum, E., Hart, Onno. E Friedman, B. (1988). The Use of Metaphors in Psychotherapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy*. 18, 4.

Zeig, Jeffrey K. (1985). *Vivenciando Erickson. Uma apresentação da pessoa humana e do trabalho de Milton H. Erickson, M.D.* Campinas, São Paulo: Editotial Psy