



A experiência de Gestalt-terapeutas nas possibilidades de cuidado terapêutico com
adolescentes

Brasília - DF

2024

Amanda Chiminazzo de Andrade

A experiência de Gestalt-terapeutas nas possibilidades de cuidado terapêutico com
adolescentes

Trabalho de Monografia apresentado como
requisito para conclusão do curso de
Psicologia do Centro Universitário de Brasília
(CEUB) Sob orientação da Profa. Amanda
Maria de Albuquerque Vaz

Brasília - DF

2024

Sumário

| | |
|---|----|
| Introdução | 1 |
| Metodologia | 10 |
| Resultados e discussão | 14 |
| 1. Definição de adolescência | 14 |
| 2. Paradoxo: Criança X Adulto | 18 |
| 3. Como é na clínica versus como deveria ser | 24 |
| 4. Adolescência e tendências sociais | 32 |
| 5. Fenomenologia, Humanismo e Existencialismo | 39 |
| Considerações finais | 43 |
| Referências | 45 |
| Apêndices | 48 |

Adolescência, a melhor época da sua vida! Um período cheio de possibilidades, autonomia, descobrir um mundo novo à sua frente, definir sua identidade e ainda reformular os valores adquiridos na infância. Porém, há um paradoxo: enquanto existe uma cultura reforçando esse momento particularmente feliz, é nesse período que a pessoa em transposição entre mundos se encontra recheada de dificuldades e desafios por conhecer a vida adulta, além da privação de autonomia e de realização plena de valores.

Destrinchando um pouco sobre as mudanças acontecidas ao longo da adolescência, acredito que a mais memorável seria a puberdade. Nesse sentido, essas transformações substanciais representam um período de aquisição de algumas funções e atributos do corpo adulto, juntamente com alterações hormonais que colocam em desafio o equilíbrio sobre doenças psicológicas e impulsividade (Calligaris, 2000).

Entretanto, apesar das alterações orgânicas da puberdade serem consideravelmente conflitantes, é preciso somar aos fatores socioculturais envolvidos com a responsabilidade de se tornar um adolescente. Dessa forma, a escolha de uma carreira profissional - e, por conseguinte, assumir uma posição social - colabora com um sentimento de desamparo e urgência devido a importância da assertividade dessa escolha, que sofre alterações devido a influência familiar. Esse sofrimento difuso pode se desdobrar em sintomas de inquietação, insegurança, concentração e perturbações do sono, tornando a vivência da adolescência mais incerta (Prestrelo, 2019).

Apesar de tudo, através da cultura do consumo e a devoção à liberdade, a adolescência é cada vez mais idealizada no mundo contemporâneo. Rocha e Garcia (2008) apresentam que o desamparo gerado pelos ideais atuais leva aos adultos a cultuar a adolescência como forma de ressignificação da liberdade e estilo de vida. As autoras apontam que, hoje em dia, a adolescência acaba ditando as tendências culturais, mercadológicas e de lazer, o que torna essa fase progressivamente mais estilizada e menos limitada a idade. Dessa forma, a

transitoriedade identitária supervaloriza a adolescência e traz para aos adultos uma sensação de juventude, liberdade e identificação social.

Entretanto, na prática, quando uma criança inicia o processo de transição para a adolescência buscando esses ideais, os próprios adultos a podem sinalizando que ainda é muito infantil ou incapaz de realizar as experiências colocadas como típicas da adolescência. Sem contar, é claro, da puberdade e do momento de escolha de um futuro profissional, que podem ser geradores de grandes sofrimentos e pressões. Portanto, o paradoxo da adolescência diz respeito ao desamparo físico, cognitivo e emocional do próprio adolescente em adentrar o mundo adulto, em incongruência com a visão sociocultural de que essa fase, na verdade, deve ser experienciada de forma alegre. Diante de tantos fatores, como se dá o manejo terapêutico de adolescentes na visão de Gestalt-terapeutas?

Para estudar melhor sobre essa temática, este trabalho teve como objetivo geral compreender, pela via da realização de uma pesquisa fenomenológica, o manejo terapêutico de Gestalt-terapeutas na terapia de adolescentes, utilizando da metodologia de Amedeo Giorgi (2012). Neste sentido, o referencial epistemológico-teórico do presente projeto foi baseado na Gestalt-terapia, para viabilizar uma reflexão mais fidedigna sobre o mundo do adolescente na contemporaneidade, desenvolvemos o trabalho dessa etapa a partir dos estudos que indicam o consumo de livros, filmes, séries e músicas pelos adolescentes. Com esse propósito, os objetivos específicos foram: a) entender o manejo terapêutico utilizado por Gestalt-terapeutas com adolescentes, b) compreender a percepção dos Gestalt-terapeutas diante dessa fase, c) explicar as formas de entendimento dos Gestalt-terapeutas acerca da identificação e subjetivação dos adolescentes através das artes literária, cinematográfica e musical, e d) articular o consumo dessas artes por adolescentes a possibilidades de ampliação do manejo terapêutico com esse grupo.

Para adentrar no tema da Gestalt-terapia, é primário compreender as bases epistemológicas que sustentam o seu sistema conceitual e a sua construção da realidade. Como principais fundamentos, além do movimento Humanista, a Gestalt-terapia se ergueu através da Fenomenologia e do Existencialismo, que proporcionam uma visão holística sobre o organismo-ambiente.

Edmund Husserl, como uma vitoriosa tentativa de trazer uma nova filosofia à ciência do Séc. XX, fundou a Fenomenologia buscando uma epistemologia que abarcasse o estudo das mais diversas áreas do conhecimento (Cataldo, 2013). A Fenomenologia, como o próprio nome diz, significa estudar sobre a essência dos fenômenos e como as coisas são percebidas no mundo. Refletindo melhor sobre a epistemologia trazida por Husserl, é importante compreender sobre a intencionalidade da consciência. Assim, a consciência é sempre consciência de algo, tornando o “fenômeno” a essência daquilo que é dado à consciência, sendo a realidade co-originária a partir da relação consciência-mundo. A Fenomenologia não permanece nas impressões meramente sensíveis, ela tematiza o sujeito que vive, pois considera que os objetos não são independentes do seu observador (Zilles, 2007).

Como método para a Gestalt-terapia, a Fenomenologia permite explorar os fenômenos de forma direta, intuitiva, imediata e retira a distância entre a pessoa e o objeto. Evitando uma visão prévia, a expressão do cliente depende da sua experiência singular e pode ser representada com uma maior densidade (Rehfeld, 2013). Assim, na clínica gestáltica, a relação terapêutica e a Fenomenologia, resgatando o homem pelo seu modo de ser, permite fomentar o contato como possibilidade de expansão da *awareness* e enfraquecimento dos bloqueios do *self*. A partir da Fenomenologia, é possível explicar a relação entre as vivências das pessoas, representada na forma de um “objeto”, e as condições dinâmicas da consciência (Cataldo, 2013).

Como mencionado anteriormente, a inclusão da Gestalt-terapia na grande árvore da psicologia humanista implica uma concepção holística do ser humano, que não prioriza uma característica em detrimento de outra. Assim, a psicologia humanista surge com a busca de ampliar a visão do homem. Partindo desse princípio, a Gestalt-terapia compreende o homem como ser concreto dentro da sua realidade e circunstância, reforçando aspectos não só da Fenomenologia, mas também do Existencialismo (Cardoso, 2013).

Nas palavras de Sartre (1914, p. 18), “O homem está condenado a ser livre, condenado porque ele não criou a si, e ainda assim é livre. Pois tão logo é atirado ao mundo, torna-se responsável por tudo que faz.”. O Existencialismo traz à Gestalt-terapia uma reflexão sobre a responsabilidade e a liberdade, sendo consideradas promotoras de angústia na condição humana. Assim, compreendendo o homem como um ser gerúndio, em constante transformação devido a sua possibilidade de escolhas, a Gestalt-terapia também evidencia uma preocupação em compreender a existência humana para permitir a construção de *Gestalten* (Cardoso, 2013).

Exposto ainda no primeiro parágrafo, o paradoxo da adolescência traz alguns questionamentos para o manejo terapêutico com essa faixa de clientes. Não pretendo, aqui, fazer uma alusão histórica sobre a adolescência. Entretanto, é importante compreender que, de acordo com Áries (1981), o fenômeno da adolescência é bastante recente na humanidade e, na contemporaneidade, esse período ganha outra vivência, principalmente no âmbito social e econômico.

Para entender melhor sobre o impacto desse período do desenvolvimento, Calligaris (2000) faz uma comparação imagética muito pertinente entre a adolescência e se encontrar em uma floresta. Em resumo, uma pessoa faz uma viagem de avião que acaba aterrissando urgentemente em uma floresta desconhecida. Uma tribo amigável oferece ajuda e os passageiros compreendem que não terão ajuda tão próxima, decidindo aprender sobre as

regras e leis da tribo. Assim, após 12 anos, já enquadrados no grupo, essa pessoa tenta participar de um desafio para se tornar um pescador. Entretanto, os anciões da tribo informam que, apesar de possuir a altura e a técnica necessárias, seria melhor esperar mais 10 anos para ter esse desafio, muito porque ainda não faz totalmente parte da tribo, além de não ter responsabilidades pesadas na sociedade.

A partir dessa relação, fica claro o limbo que o adolescente se encontra: não é mais considerado como criança, na qual deve parar de gastar seu tempo com filmes, desenhos, jogos e brincadeiras; porém, ainda não adentrou o mundo adulto, de forma que não pode ter responsabilidades e tomar as próprias decisões. Apesar disso, ainda é interessante observar que o adolescente é rotulado em um desses pólos quando a situação convém, além da utilização do termo “adolescente” como pejorativo, relacionado somente a rebeldia e impulsões.

E quando realmente inicia e termina a adolescência? Quais comportamentos um adolescente deveria ter? Mesmo com numerosos estudos sobre o mundo adolescente, ainda não é possível responder a essas perguntas, muito porque dependerá do contexto sócio-cultural e familiar na qual esse adolescente se encontra. Entretanto, em uma idade tão jovem, devem decidir um futuro profissional, iniciar um relacionamento, lidar com a puberdade, se identificar socialmente e sexualmente, além de estabelecer uma identidade e subjetividade.

Esse contato impactante e imediato com o mundo adulto, junto à perda das referências da infância, deixam o adolescente desenraizado e extremamente influenciável (Cardella, 2014). Logo, essa fase é marcada pelo que Perls (1988, apud Cardoso, 2013, p. 70) denominou como *shouldism*, na qual o adolescente se conecta com outras referências que não as próprias, mesmo agindo com autenticidade. Acaba vivendo sem ter seu próprio contato

com o mundo e se encontra decaído, num estado de existência inautêntica, caracterizado pela banalidade do cotidiano e pela superficialidade (Cardoso, 2013).

Também devemos compreender que, apesar da adolescência ser um fenômeno contemporâneo, as artes da cinematografia, da literatura, dos jogos e da música já começaram a desenvolver conteúdos específicos para essa faixa etária. Rocha e Garcia (2008) apresentam que, ao longo do Séc. XX, a juventude começou a ser delimitada a partir da formação de identidades, além de se tornar praticamente um grupo autônomo comparado aos adultos. O início da caracterização dessa faixa etária aparece através da reinterpretação dos próprios adolescentes devido às mudanças sofridas por eles.

Já na década de 60, a cultura *teen* começou a ser disseminada pelos Estados Unidos por intermédio da cinematografia, personificando e dramatizando histórias com um elenco adolescente. Esses símbolos, que são difundidos até os dias de hoje, dizem respeito à proliferação de uma identidade juvenil, permitindo a idealização da adolescência por meio das representações apropriadas pela lógica do consumo (Rocha & Garcia, 2008).

Dessa forma, as autoras Rocha e Garcia (2008) informam que a busca por uma identidade está diretamente ligada aos estilos e imagens, que ganharam um grande valor simbólico na contemporaneidade. Assim, levando em consideração a estreita relação entre a adolescência e a cultura do consumo e a liberdade, a juventude se tornou idealizada até para os adultos.

Nessa perspectiva, estudos sobre essas artes voltadas para os adolescentes já procuram mensurar os possíveis impactos positivos e negativos, como os vícios, a conformidade social e a influência nos comportamentos desse grupo (Gonçalves & Azambuja, 2021). Assim, apesar da área educacional estudar possibilidades de usar as artes para potencializar o aprendizado (Almeida et al, 2021), alguns estudos mostram que o alto consumo desses conteúdos podem acarretar prejuízos na atenção, concentração e memória (Le Breton, 2022).

Também deve-se levar em consideração a percepção social dessas artes, na qual as gerações antigas tendem a considerá-las como perda de tempo e baixa produtividade.

Entretanto, recapitulando a visão fenomenológica-existencial, proponho sair dessa visão prévia e buscar uma nova compreensão a partir de um caso clínico (Fukumitsu, 2021). Quadros (2019) relata sobre o processo terapêutico com um paciente de 20 anos que trouxe como queixa inicial a sua falta de concentração nas aulas, mesmo relatando ter afinidade com as matérias. Dessa forma, a autora discorre sobre a delicada ponte entre mundos: terapeuta e cliente, adolescência e vida adulta. Diante da pressão e da necessidade de se enquadrar nos mesmo parâmetros que seus colegas e às expectativas da família, Miguel - como foi nomeado pela autora - se encontrava em grande angústia, paralisado face à transição para a vida adulta. Após estreitar a relação terapêutica, o cliente relata que encontrou no *videogame* uma possibilidade de dar vazão à sua sensibilidade.

Levando em consideração a ênfase no experimento, dada na Gestalt-terapia, como um recurso de contextualização em um processo, Quadros (2019) encontra nessa situação uma oportunidade de ampliar a fronteira de contato do cliente e do *setting* terapêutico por meio do diálogo de interesses de Miguel. Com essa abertura, a autora narra que “Conversávamos por meio da arte, da música, do cinema, da poesia, restaurando às formas orgânicas de expressão no nosso possível, em busca de arejar o contato.” (Quadro, 2019, p. 115).

Esse contato artístico permite que o adolescente encontre sinais de quem é, do que gosta e de como se identifica. As artes entram na vida do adolescente não como um atalho, mas como um lugar de identidade e pertencimento que possibilitam validar sentimentos reprimidos e delimitar grupos sociais para uma pessoa que se encontra perdida na sua existência. Entretanto, mais do que “dar sinais”, proponho pensar nesse mundo artístico como um meio de construção da identidade e subjetividade do adolescente.

É através das artes que o adolescente constrói possibilidades de mundo, identifica o outro, pode criar e ampliar o seu repertório e trocar experiências culturais. Em outras palavras, o adolescente pode ampliar a sua fronteira de contato, empatia e visualizar as novidades que estão acontecendo à sua volta (Frazão & Fukumitsu, 2013).

Graças a influência fenomenológica, um mesmo evento pode ser compreendido de formas diferentes. Dessa forma, a compreensão de cada um está diretamente relacionada com a experiência singular. (Fukumitsu, 2021, p. 151)

Ao considerar os pontos apresentados sobre a angústia gerada pelo contato com a adolescência, juntamente com a percepção social sobre essa faixa etária, a terapia aparece como uma ótima oportunidade para esses pacientes ampliarem a *awareness* e entrarem em contato com as questões que lhe chamam a atenção.

Assim, no manejo terapêutico, é importante permitir que o fluxo dado pela consciência aqui e agora deve ser compreendido através da perspectiva do campo, da visão holística do ser humano. Utilizar a vida do adolescente como uma ferramenta própria para o manejo terapêutico. Dessa forma, permite-se um espaço apropriado para que o cliente possa trazer as suas questões de forma abstrata, através do consumo de jogos, filmes e literatura.

Se a formação de figura-fundo acontece através do contato e da *awareness*, e se o contato que o adolescente possui é primariamente realizado a partir de jogos, música, filmes, séries ou da literatura, o manejo terapêutico com esse grupo deve ser feito através desses meios. Contrariamente ao consenso social, trago uma reflexão de que essas ferramentas são utilizadas indiretamente pelo adolescente para se identificar, construir a sua subjetividade e se comunicar com esse novo mundo adulto.

Aceitando esse ponto de vista, seria possível a formação de *Gestalten* com os adolescentes, visto que a comunicação através das artes pode facilitar a elaboração dos conteúdos simbólicos com a construção e reflexão dos trabalhos expressivos. As metáforas e

comparações com o cinema, a música e a literatura acabam se tornando o idioma pessoal e existencial do paciente. Com isso, é importante reforçar a reflexão apresentada por Cardella (2019, p. 35), na qual “Ao conversar com o paciente na dimensão de seu idioma pessoal, o terapeuta pode compreender como ele formula as grandes questões da existência, o modo único de portar seu sofrimento e como sonha seu porvir.”.

Concluindo, percebe-se que a adolescência é uma fase recente na história da humanidade e, atualmente, com importantes demandas econômicas e sociais. Dessa forma, torna-se essencial aprofundar os estudos e o manejo terapêutico com adolescentes, visto ser um assunto contemporâneo e pelo maior consumo de terapia por esse grupo. Além disso, por ser, de certa forma, uma novidade, existem poucas metodologias e modos específicos de cuidado voltados para adolescentes, especialmente de adolescentes na perspectiva da Gestalt-terapia.

Metodologia

Este estudo se tratou de uma pesquisa qualitativa fenomenológica, visto que esse método possibilita trabalhar com um universo de significados, atitudes, crenças e motivações de uma determinada realidade. Observando os objetivos deste trabalho, foi necessário uma metodologia que permitisse adentrar na experiência vivida por Gestalt-terapeutas que trabalham atualmente com adolescentes e o seu manejo terapêutico. Em virtude da multiplicidade contemporânea de referenciais metodológicos fenomenológicos (Dutra, 2021), saliento que a perspectiva metodológica adotada nesta pesquisa foi a fenomenologia descritiva proposta pelo psicólogo estadunidense Amedeo Giorgi. A escolha deste método se deu visto à necessidade da pesquisadora despir de forma ativa a sua consciência dos conhecimentos precoces sobre essa temática para adentrar na essência do fenômeno, em conjunto com os participantes da pesquisa (Gil, 2021). Levando em consideração que a informação subjetiva é sumária para o entendimento da motivação humana, a redução fenomenológica permite chegar às essências por meio da intuição, além de trabalhar diante da responsabilidade que os seres humanos possuem de influenciar seu ambiente e sua cultura (Giorgi, 2012).

Dessa forma, Giorgi (2012) apresenta cinco passos fundamentais para as pesquisas fenomenológicas empíricas: a coleta de dados verbais; a leitura dos dados; a divisão dos dados em unidades; a organização e enunciação dos dados brutos para a linguagem da disciplina; e a síntese dos resultados transformados para uma comunicação à comunidade científica.

Como instrumento, a entrevista permite acesso aos temas de difícil observação, além de reconstrução de eventos e a obtenção de dados com maior profundidade. Assim, para tratar sobre a temática proposta neste trabalho, foi utilizada a modalidade de entrevistas abertas, que possibilitam uma ampla discussão a partir de duas ou três perguntas norteadoras. Dessa

forma, sem uma estruturação de perguntas prévias, pesquisadores e participantes podem dialogar livremente através de uma expressão ampla e genuína. A escolha dessa técnica se justifica pela necessidade de adentrar na temática permitindo uma multiplicidade e um maior aprofundamento acerca da experiência do outro (Minayo, 2016; Gil, 2021).

Participaram dessa pesquisa três psicólogas com CRP ativo, que utilizam a Gestalt-terapia como abordagem, e que estejam atualmente trabalhando ou que já trabalharam com pelo menos um adolescente em psicoterapia por mais de seis meses. A escolha dos participantes foi realizada através do conhecimento prévio desses profissionais, ou por meio de indicações próximas. O contato foi por mensagens apresentando os objetivos deste estudo, além da leitura do TCLE (Apêndice 1) junto às participantes com o intuito de tirar todas as dúvidas acerca do processo de pesquisa. Vale ressaltar que o TCLE foi assinado, ainda no início da pesquisa, pelos participantes, pela pesquisadora assistente e pela pesquisadora responsável pela pesquisa.

Para a elaboração do tema de pesquisa, as entrevistas foram definidas no formato virtual, levando em consideração a disponibilidade de todas as participantes, além de duas psicoterapeutas residirem no Distrito Federal e uma no Goiás, o que impossibilitou encontros presenciais. Assim, para fomentar uma discussão e reflexão aprofundada sobre o manejo terapêutico com adolescentes, a entrevista foi realizada em grupo. Visto alguns imprevistos, nem todas puderam participar em todos os encontros. Entretanto, seguindo os parâmetros dessa pesquisa, os encontros aconteceram com pelo menos duas participantes.

Sobre os encontros, três entrevistas abertas foram necessárias para adquirir conteúdos significativos para esse estudo. Dessa forma, para o primeiro e o terceiro encontros, pude contar com a presença de duas psicoterapeutas, mas no segundo encontro as três conseguiram participar.

Os três encontros tiveram uma duração média de 1 hora e 16 minutos, na qual o primeiro encontro durou 1 hora e 26 minutos, o segundo 1 hora e 14 minutos e o terceiro 1 hora e 9 minutos. Além disso, as entrevistas aconteceram com uma diferença de 1 semana. Todos os encontros ocorrem virtualmente através da plataforma Google Meet, com aceitação prévia das participantes.

Adiante, seguindo os passos metodológicos de Giorgi (2012), os dados foram analisados a partir da fenomenologia e da Gestalt-terapia, com foco, através das perguntas norteadoras, voltado para a trajetória profissional dos Gestalt-terapeutas, para como foi iniciar uma terapia com um adolescente, e para como eles realizam, atualmente, o manejo terapêutico com adolescentes. Dessa maneira, foi possível abordar sobre o fenômeno a partir de uma linguagem psicológica apropriada, sintetizando as devidas unidades da estrutura da experiência. Para facilitar a análise dos dados, os encontros foram gravados e transcritos de acordo com a fala, gestos e expressões faciais de cada participante.

Seguindo a metodologia de Amedeo Giorgi (2012), as Versões de Sentido são utilizadas para dividir os dados em unidades de sentido, de forma a organizar e estruturar a pesquisa. Assim, a partir da linguagem das participantes, foi realizado uma síntese, com o intuito de integrar os temas, além de uma análise com a discriminação de trechos importantes. Em seguida, a produção teórica foi possível ao transformar os dados para a linguagem da Gestalt-terapia, juntamente com a estruturação do fenômeno através de unidades significativas de sentido. Dessa forma, uma versão de sentido foi elaborada para analisar cada encontro.

Concluindo, essa pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do CEUB, na qual foi realizada uma avaliação das informações e dos possíveis riscos que impossibilitassem a aplicação da pesquisa, além de verificar padrões éticos em defesa dos participantes.

Resultados e discussão

A partir da metodologia de Giorgi (2012), foi possível identificar alguns tópicos principais através das versões de sentido realizadas após as transcrições dos encontros. No 1º encontro tratou-se de temas sobre a definição teórica e legal da adolescência, além de algumas questões sociais relacionadas a esse período do desenvolvimento. No 2º encontro, foram abordadas as técnicas mais utilizadas pelas participantes com o público adolescente e alguns exemplos de casos marcantes de clientes. Por fim, no 3º encontro os debates gravitaram em torno do uso de temáticas da Gestalt-terapia com adolescentes, investigando juntamente o aparecimento de conteúdos voltados para cinematografia, música e literatura nas sessões de psicoterapia, que geralmente são consumidas por adolescentes.

Para a discussão dos temas abordados ao longo dos encontros e a fim de favorecer o sigilo, os nomes das psicoterapeutas participantes foram alterados para nomes fictícios. Assim, contaremos com as contribuições teóricas e vivenciais de Beatriz, Alessandra e Isadora. Com a intenção de organizar e facilitar o acompanhamento, as discussões foram separadas nos tópicos principais que surgiram nos encontros, mediante as análises das versões de sentido.

1. Definição de adolescência

Como já mencionado na introdução deste trabalho, não existe um consenso entre os autores na definição da adolescência como uma fase do desenvolvimento humano. Referências como Papalia e Feldmann (2013) trazem a adolescência como uma transição entre a infância e a vida adulta, mencionando a importância da maturidade sexual; o ECA (Art. 2º, da Lei Federal nº 8.069/1990) a define a partir da idade cronológica de 12 a 18 anos; outros autores falarão sobre a importância da puberdade como marco inicial da adolescência, mas não há um consenso. Logo, a adolescência já passou por algumas definições históricas,

porém Rocha e Garcia (2008) descrevem que essa fase já ganhou outra vivência, atingindo os pólos social e econômico. Hoje, a sociedade consegue utilizar a adolescência para promover tópicos e produtos específicos para esse público, chegando a ditar regras de consumo e influenciar os próprios adultos, visto que cada vez mais a adolescência é menos restrita pela idade.

Não obstante, o questionamento sobre os marcos iniciais e finais que definem o que seria a adolescência aparece como destaque nas entrevistas, principalmente no 1º encontro, que foi realizado com Beatriz e Alessandra.

Beatriz: O que marca o início da adolescência e o que marca o final? Essa foi sempre uma dúvida minha, sabe? E é até hoje, né! O que eu vi nesse curso [curso de formação em Gestalt-terapia feito pela participante], que eu já tinha visto também em outros lugares, é que depende do referencial, né? Assim... geralmente o início é mais consensual, que é a puberdade, né? Então começou a puberdade, começou a adolescência. Mas o final não tem muito consenso. Por exemplo, pro ECA, né? O Estatuto da Criança e da Adolescência é dezoito anos. Então fez dezoito anos, já é um adulto. Mas tem aquele livro, que é muito bom, não sei se vocês leram, que é “O cérebro adolescente”, que o autor fala que nós somos adolescentes até os 24 anos de idade. Porque é uma questão fisiológica mesmo. Que o nosso córtex pré-frontal, ele está sendo desenvolvido até os 24 anos de idade. Então por isso que ele classifica como final da adolescência essa idade. E também... enfim, tem vários autores que falam que o é um fenômeno sociocultural.

Alessandra: (...) a quantidade de, de fontes que definem o que é a adolescência. Então não tem uma fonte única. Se a gente for levar em conta a legislação, tem mais de uma, inclusive. Se a gente for levar em conta as normativas da OMS, tem outro

tipo de definição. Se a gente for levar em conta a questão mais sócio histórica, sociocultural é outro tipo de definição.

Assim, mesmo ao considerar os vários anos de estudo e as vivências na psicologia clínica com adolescentes, as participantes apresentaram dificuldades em definir os marcos da adolescência, corroborando com o que foi apresentado anteriormente. Dessa forma, eu sugeri uma tentativa de reflexão e construção dessa definição a partir das experiências que as participantes já tiveram com seus próprios clientes. Como resultado, dentre os mais diversos aspectos que englobam a adolescência, foram mencionadas as mudanças corporais e hormonais típicas dessa fase, além das participantes incluírem os marcos sociais esperados. Porém, foi possível chegar a um denominador comum:

Alessandra: Não tem uma definição muito clara. O que já sinto uma diferença na infância. Era um pouco mais definido, tem um pouco mais de contorno. A adolescência é um espectro e é angustiante pra quem está vivenciando, né? [...] Eles se identificarem enquanto adolescentes ou não. Isso é o que traz mais esse impacto. Que eu vejo que sai dum lugar mais dum fundo, assim, pra eles se perceberem. Tá. E aí o que que é angustiante assim? É eles trazerem os marcadores, né? Eu me vejo adolescente, eu não me vejo adolescente?

Beatriz: Eu achei muito legal, Alessandra, você falar isso da questão dos marcadores, né? Que, eu acho que faz muito mais sentido, e pensando enquanto Gestalt-terapeutas, né? De que quem vai dizer isso é a própria pessoa, né?

Interessante mencionar que muitos aspectos que são típicos da fase não se apresentam como figura nas sessões de terapia, mas sim como fundo. Quase como um desconforto, mas não algo que movesse os pacientes para a terapia. Assim, foram citados os desconfortos e as inseguranças com o corpo e a incompreensão dos familiares e até alguns amigos próximos nesse sentimento de não ser reconhecido ou entendido. Entretanto, quando questionadas

sobre os marcadores da adolescência, foi unânime a decisão de que, apesar de existirem estudos que tentam classificar essa fase, apareceu a importância da percepção do próprio cliente para definir se está ou não na adolescência.

Como exemplos, Beatriz detalhou o caso de uma cliente com 23 anos que, apesar de já ter um emprego e outras responsabilidades, não se sentia como uma adulta.

Beatriz: [...] eu lembrei, eu tô com uma cliente, ela tem 23, né? Então pra alguns autores ela já seria adulta mas na sessão passada ela trouxe e falou assim: “Eu tenho eu tenho 23 anos, mas eu não me sinto adulta, sabe?” Aí eu falei “bom, você não precisa ser adulta”, né? Aí eu falei pra ela do livro né? Falei “Olha, tem um livro que fala que adolescente vai até os 24 anos, então se a gente for pensar numa caixinha, né? Não, não é tão legal, mas assim só pra falar, né? Assim, falar: “Você é adolescente ainda”, né? Então é muito relativo isso. Eu acho que isso pode ser angustiante, sim, de alguma forma, por exemplo pra ela, né? Ela meio que se sente pressionada a ser adulta, tomar decisões e tal e ela diz que ela ainda não sabe direito o que que ela quer. Isso é muito comum na adolescência, esses questionamentos todas, essas dúvidas, né? Além disso, Alessandra mencionou um cliente de 9 anos que já se considerava como um adolescente.

Alessandra: Uma curiosidade, é uma... um menino de 9 anos. Depende, como eu disse, assim, não tem muito uma definição. Um menino de 9 anos que eu atendo, aqui... no meu conceito seria na infância, mas ele se vê pré-adolescente, entendeu? Então é lugar, assim, da gente precisar caminhar pra se flexibilizar, pra entender o que, que é que a pessoa sente. Como a pessoa se identifica? Se percebe?

Dessa forma, foi possível chegar a um consenso durante o encontro sobre a possibilidade da adolescência ser visualizada como um espectro, visto que realmente é muito complicado determinar o início dessa fase, pois depende de vários conceitos. Levando em

consideração que as transições das fases de desenvolvimento abarcam muitas mudanças, nem sempre o cliente vai se enquadrar em uma das fases levando em consideração a idade. Dessa forma, a partir dos casos apresentados, é interessante realizar o manejo terapêutico considerando a percepção do próprio cliente sobre em qual fase ele mesmo se identifica.

Seguindo a epistemologia da Gestalt-terapia, podemos referenciar esse conceito proposto com a Fenomenologia, na qual o terapeuta precisa praticar a *epoché* e se desvencilhar de parâmetros próprios para compreender o cliente e seus fenômenos a partir da visão do próprio cliente.

Para concluir este tópico, a definição da adolescência pode, inicialmente, parecer um tanto insignificante quando levamos em conta o processo de psicoterapia. Entretanto, essa descrição toca nos preceitos básicos da Gestalt-terapia que podem se tornar esquecidos. Além disso, adentrar esse assunto pode potencializar a produção de conteúdos específicos para o público adolescente, na qual veremos no próximo tópico sobre uma escassez teórica e prática da Psicologia como um todo.

2. Paradoxo: Criança X Adulto

Como apresentado acima, a adolescência pode ser considerada como um espectro e não está exclusivamente relacionada com fatores biológicos, familiares e culturais, mas sim uma junção desses aspectos. Dessa forma, para se falar de adolescência, não podemos deixar de lado a pressão social de se tornar um adolescente.

Como mencionado na introdução, Calligaris (2000) apresenta a adolescência como um limbo, na qual a pessoa não tem referências do mundo adulto, mas deve começar a se desvincular da infância. Devido a essa observação, uma das demandas de terapia por ser justamente se encontrar em um momento de angústia pela perda dos parâmetros de referência, juntamente com a cobrança pela assertividade do seu futuro. Apesar disso, através

dos relatos das participantes, foi mencionado que essa demanda não aparece tanto como figura, mas como fundo de outras queixas que emergem da própria rotina dos adolescentes.

Alessandra: Eu percebo que eles ainda não têm... ainda que eu tenha [clientes com] idades diferentes, não tem uma profundidade... os que eu estou atendendo atualmente... (pausa) não tem uma profundidade a ponto de se perceber num lugar da angústia. A sensação que eu tenho é que eu vejo de fora. Nesse fenômeno que impacta diretamente na vida deles. E eles estão ali na vidinha deles, com as questões deles, imersos, nas questões deles. E isso fica mais de fundo. E aí o que eu vejo que impacta mais é o período, assim, do início e do fim. Eles se identificarem enquanto adolescentes ou não. Isso é o que traz mais esse impacto.

Em outros momentos, apareceram alguns casos de clientes que sentiram a diferença em se tornar um adolescentes, justamente nessa transição. Beatriz mencionou um cliente na qual percebeu essa transição na forma como sentia suas emoções. Para um maior contexto, ele chegou na sessão relatando ter se apaixonado e a garota demonstrou interesse em outro rapaz, deixando o cliente triste com essa situação

Beatriz: Você falou da questão do, da pressão, né? E eu lembrei de um caso de um... de um rapaz que eu atendi que ele tinha quinze anos. E ele disse que até os doze ou treze anos... acho que até os treze. Eu...ele estava... eu achei tão legal que ele falou: “Eu tinha emoções simples. Só que a partir dos treze anos eu comecei a ter emoções longas”. E eu achei tão fantástico, sabe? Tipo assim, como é mais fácil, né, assim, você ser criança, você ficar triste e de repente você está já está feliz de novo e acabou. Só que depois, quando você vai entrando na adolescência, você começa a sofrer mais. Nesse sentido, trago novamente uma reflexão sobre a possibilidade de angústia justamente pela perda de referencial da infância e expectativa pelo mundo adulto. Através do caso acima, a adolescente passa por esse processo de conhecer e reconhecer suas emoções e

como elas estão mais entrelaçadas com demandas sociais. Assim, o adolescente se encontra em um mundo novo de descobertas, que pode estar muito associado ao contexto escolar, levando em consideração o maior contato e pressão da escola no cotidiano do adolescente.

Nesse sentido, o contexto relacional dos amigos e da escola, a necessidade de ser incluído em grupos e se identificar com determinadas pessoas também apareceram em psicoterapia, principalmente nos clientes da Alessandra e da Isadora.

Alessandra: O ponto que eles talvez teriam em comum são questões do, das relações num modo geral. Grupos. Ser inseridos em grupos, ser... não, não excluídos, mas comentários, sabe? Esse lugar de “falaram de mim”. Esse é um ponto em específico. Ou fizeram brincadeiras que eles não gostaram dos coletivos. Eu acho que todos os que passaram por mim trouxeram essa essa questão assim. De se inserir em grupos sociais e aí as implicações disso.

Então, diferentemente da infância, na adolescência o outro aparece com outro significado, assumindo uma maior relevância e influência nos seus comportamentos. Como o adolescente é visto e reconhecido pelo outro. A necessidade de aceitação acaba entrando na adequação aos padrões sociais, que será melhor abordado no próximo tópico. Porém, como mencionado anteriormente, o adolescente também acaba buscando por uma maior liberdade e isso aparece na mudança de ideais. Como relatado por Alessandra, o adolescente começa a se diferenciar dos pais, que antes eram uma referência.

Alessandra: E no fundo tem esse, isso que acontece com eles, um... um lugar de falta de pertencimento, ou a um lugar meio transitório entre pertencia, algo que eu acreditava e agora eu estou desconstruindo... Que isso também tem a ver com a própria família. Eles vão discriminando o que a família levava como uma verdade absoluta e eles vão desfazendo, isso vai fundo assim. Sobre esse pertencimento.

Inclusive, não podemos deixar de mencionar a relação da família no processo terapêutico. Alessandra trouxe que muitas vezes, os pais trazem os filhos adolescentes como sendo a causa de vários problemas, mas, na verdade, é uma questão familiar.

Alessandra: É, tem que ter um acordo. A gente só vai atender quando, ainda que seja a família chegando primeiro, a gente só atende... até por uma ética...se o adolescente tiver consentindo, né? De entrar num processo. Eu não atenderia se viesse dessa forma meio obrigatória, “toma aí o problema”. Não pego, não atendo. E aí explicando, é um processo junto, coletivo, a família entra em processo junto. Eles precisam se responsabilizar junto, e é isso.

Beatriz: Eu acho que um desafio que acontece é exatamente em relação a família, né? Porque é...acho que muito...é a coisa que alguém falou do bode expiatório né? Alguma coisa assim alguém falou alguma coisa nesse sentido. Porque às vezes é um sintoma que é da família e aí eles colocam tudo como se fosse no filho.

Nesse sentido, é sumária a relação da família no processo terapêutico. Como mencionado por Alessandra e corroborado por Beatriz, muitas vezes os pais trazem o filho para tratar algum problema. Em alguns momentos, pode ser interessante projetar um diálogo mais dinâmico com a família, para eles lembrarem o quão delicado pode ser a fase da adolescência. Ajudar a família a revisitar a própria adolescência para compreender a angústia e o estresse que essa fase pode ser.

Além disso, a relação com os pais muda de figura, visto que tendem a colocar mais responsabilidades aos adolescentes, pois os filhos não são mais crianças. A cobrança pelo amadurecimento pode acelerar um processo de aprendizagem, reforçando muitas vezes essa angústia e urgência com o futuro e a preparação para uma vida adulta. Da mesma forma com a criança, o adolescente também precisa de um processo de descobrimento próprio, e isso não

necessariamente precisa ser sem suporte. O meu questionamento é que, apesar de não serem mais crianças, também não são adultos ainda!

Através dos encontros, as participantes mencionaram a necessidade de liberdade por parte dos adolescentes, porém na relação com os pais e a escola, a liberdade vem com um custo.

Alessandra: E aí um desses exemplos é o um caso que a Beatriz trouxe: a menina chega cansada da escola e ela tem que fazer uso da autonomia dela, que ela nem pediu, ela caiu de paraquedas porque, “poxa vida, agora ela tem quinze, dezesseis anos, ela tem que lavar o prato.” E, e não dá tempo dela nem se aceitar do que quer que está acontecendo na vida dela. Então a família cobra nesse sentido esse amadurecimento, esse desenvolvimento A gente está te dando autonomia, em contrapartida, tem essas exigências, né? De alguma forma.

Entretanto, ao longo dos encontros, um tópico muito recorrente nas sessões com adolescentes, além da pressão dos pais, é a pressão das escolas com relação aos estudos e o esforço que é necessário para passar em um vestibular de qualidade. As participantes relataram, assustadas, o quanto os adolescentes estão cansados na rotina de estudos e como as escolas estão “sugando” todas as forças no preparo para o vestibular.

Beatriz: Também falam muito da escola, colegas, dos professores, das aulas, muito cansados, né? Eu já atendi alguns adolescentes que estão muito cansados. Assim, porque estudam em escolas muito... eu vou dizer muito sugadoras, sabe? Assim de passar, às vezes, o dia inteiro na escola. Eu tenho uma cliente que tem prova toda semana. Toda sexta-feira ela tem prova. (...) E aí imagina a pressão: ela está constantemente sugada! Ela chega e fala: “Beatriz, eu chego em casa e eu só quero dormir e a minha mãe quer que eu lave a louça e eu não tenho força. Aí, aí eu lavo a

louça de qualquer jeito, aí vai lá o meu padraсто vem brigar comigo que eu lavei mal, mas eu não consigo! Eu estou muito cansada.” Complicado...Complicado.

Isadora: (...) Se, se eles falam sobre essa angústia, porque assim como a Alessandra falou, assim, escreveu sobre a infância dela, eu vim do interior! Então eu tinha muita liberdade, assim, total! Agora, eu tenho consciência que sai do colégio público, vai pro cursinho particular, está no colégio o dia inteiro, dando monitoria a tarde pra eu estudar pro vestibular. Prova todo sábado! A Beatriz falou da cliente dela com prova sexta-feira e eu fiquei até mais triste ainda pela minha adolescente, que ela tem prova todo sábado. Então eu acho que é uma dificuldade que eu vejo. Ela é... aí, tá vendo? Acho que é isso que é voltar a nossa própria adolescência, né? É uma dificuldade que, pelo meu olhar, isso é muito duro, assim. É muito...é muito difícil ver o quanto eles não têm essa liberdade.

Dessa forma, é possível perceber como os adolescentes estão perdendo o seu espaço, novamente, como forma de preparação para o mundo adulto. Nisso, nessa relação com os pais, o adolescente que já não é mais criança também não tem mais espaço para ser adolescente, pois já precisa pensar em ser adulto.

Como um adolescente que está começando a aprender sobre suas emoções e sobre o mundo adulto decidirá sobre seu futuro? Qual profissão seguirá? O que apareceu nos encontros é que eles não têm esse espaço de questionamento, tanto sobre qual profissão seguir, quanto se estão perdendo o tempo de ser adolescentes. Foi interessante quando todas estavam se questionando sobre essa pressão e a cobrança, mas quando foram questionadas se os adolescentes sentem essa pressão, relatam que aparentemente não. Novamente, esse aspecto se mostra como fundo, quase como um sintoma - o cansaço, e indisposição.

Alessandra: Eles são treinados pra esse lugar, então eles não questionam. Sofrimento não é identificado. Ele vem de uma forma sintomática. Aparece como o sintoma,

como esse cansaço, as queixas e é algo que está pra muito além das escolhas deles, né? Não é responsabilidade deles. É uma estrutura da escola, a estrutura de como eles são cobrados. Então eles não identificam como um sofrimento. Eu estou sofrendo porque eu estou sendo cobrado. Entende? Eles simplesmente aceitam.

Isadora: (reunião de relatos de alguns clientes) Não, era bem assim, era bem consciente. “Eu estou sendo muito cobrada, muita pressão no colégio, o coordenador pressiona muito.”. “Não tenho tempo mais pra ler livro, pra assistir série, mal vejo a hora de chegar as férias”, entendeu? “Não estou dormindo direito de semana. Eu mal consigo fazer minha rotina de estudo.” Olha só gente, era tão assim que ela tinha uma rotina de estudo com o colégio mas ela por conta própria também tinha o cronograma de estudo dela no contra turno.

Dessa forma, mesmo com relatos de cansaço, apenas uma cliente dentre as participantes entrevistadas reconheceu esse momento de angústia por não poder aproveitar a adolescência. Aparentemente, as escolas e os pais tratam esse assunto com muita urgência, o que também pode levar o adolescente a pensar que essa é a única fase em que pode se dedicar ao futuro. Talvez podemos considerar que pensem sobre o futuro de forma cristalizada e pode se desdobrar em sintomas de inquietação, insegurança, concentração, sono. Esses fatores socioculturais, como a responsabilidade de se tornar adulto, escolher uma profissão e assumir posição social geram uma angústia que pode ser trabalhada nas sessões de terapia.

3. Como é na clínica *versus* como deveria ser

Principais temas

Como já mencionado por alguns autores, incluindo Calligaris (2000), uma das características marcantes de se tornar adolescente é a angústia gerada pela perda de referências, além das pressões sociais e familiares envolvidas nessa transição. Também é

importante lembrar sobre o impacto das redes sociais e a frustração de não poder experienciar os conteúdos adolescentes em virtude de alcançar essa demanda de status social. Entretanto, as participantes me informaram outras temáticas relevantes na clínica, principalmente a pressão escolar que já foi mencionada acima.

No decorrer das entrevistas, as participantes mencionaram alguns temas mais recorrentes nas sessões de psicoterapia com seus clientes adolescentes. Dentre eles, podemos citar tópicos sobre sexualidade, sobre a escola e uma busca por aceitação, que aparece nos mais diversos contextos. Além disso, também perguntei se os adolescentes eram muito influenciados por amigos e família, questionando sobre as perdas os referenciais da infância.

Isadora: Olha, eu acho que se eu for olhar pelo o que eu...que eu atendo, enfim, não só não vai ser a área de...do relacionamento romântico, mas no geral. Eu acho que aquela busca por aceitação sabe? (...) E então eu...eu vejo assim essa essa questão, mas eu vejo que adultos também, né? Aquela ideia de que é...se ele é um amor condicional, né? Aquela ideia de que preciso é...ser de determinada forma, ou cumprir com determinadas é...cumprir e suprir necessidade ali ou atingir alguns objetivos pra ser amado, tem que ser querido. Então, mais nesse sentido de ser aquelas introjeções, sabe?

A partir do relato de Isadora, a busca por aceitação dos adolescentes foi relacionada a um caso de um cliente: os amigos desse adolescente começaram a brigar com uma menina por um motivo - nos olhos desse cliente - injustificável. Assim, o tema da sessão foi como o cliente defendeu a garota e acabou perdendo alguns laços de amizade por essa atitude. Importante mencionar que a busca pela aceitação dos amigos apareceu como um conflito na sessão, na qual existia a vontade de acompanhar os amigos, mas o cliente não concordou com as atitudes.

Em outro exemplo, Isadora mencionou uma cliente que tinha costume de namorar muitos rapazes e foi criticada pelos colegas da escola, na qual chegou a mudar de escola.

Isadora: Mas assim, não é que ela não queria mais ter um relacionamento, ela queria. Mas por conta da pressão, ela se limitava. Ela não... não era contra o que ela acreditava, ela não cedeu a influência. Eles a criticaram e ela aceitou. Ela manteve o desejo de continuar em relacionamentos. Ela conseguiu ter outros relacionamentos, mas essa preocupação de agradar, de ser bem vista, aceita ali naqueles grupos, era muito presente.

A partir desses relatos, é possível perceber que, apesar dos adolescentes acabarem se influenciando pelos comentários e percepções dos outros para conseguir uma aceitação social, este também se torna um momento do adolescente encontrar a sua voz e firmar desejos próprios, que podem ser muito bem explorados em psicoterapia, no sentido de desenvolver uma segurança nessa nova visão de mundo.

Adentrando no aspecto das influências, Beatriz também relatou sobre uma paciente que tinha vontade de contar para os pais que era homossexual, mas tinha muito receio da reação que os pais poderiam ter.

Beatriz: É, eu, acho que tem um pouco a ver com isso, essa mesma cliente, ela chegou pra mim na terapia dizendo que ela era homossexual. Que ela tinha uma namorada (...) e ela não podia contar para os pais, que ela achava que os pais não iam aceitar, ne? E aí, no final, quando ela conseguiu contar para os pais, que era um desejo muito grande que ela tinha, eles falaram que iam afastá-la do convívio com as amigas porque achavam que ela estava sendo influenciada pelas amigas. Sabe? (...) ela disse que ficou...experimentou ficar com meninos, porque ela contou para os pais antes dos pais irem para uma viagem. E aí, na viagem ela conheceu um menino e quis experimentar, ne? Então não sei até que ponto era realmente influência das amigadas.

Nesse caso, percebe-se que o fato do adolescente ser influenciável já aparece diretamente com os pais, mas aparentemente não existe um interesse em compreender o contexto dos filhos e a razão por trás de determinadas atitudes, mostrando novamente a importância da relação dos pais no casos de clientes adolescentes. Mesmo reconhecendo que muitas vezes os adolescentes são influenciados pelas pessoas que estão ao seu redor, as participantes acreditam que não é um fator específico para a adolescência, mas que essa questão pode estar atrelada, novamente, à necessidade de aceitação.

Essa demanda por ser aceito em algum grupo apareceu nas mais diversas situações, porém gostaria de destacar um caso clínico de Isadora, na qual mencionou outro cliente que apresentava uma dificuldade em se relacionar com as pessoas e chegava a ler as mensagens que enviava para discutir nas sessões.

Isadora: Mas as redes sociais aparecem. (...) eu tenho um paciente que tem um desejo muito grande de estar ativo nas redes sociais, mas ele não se sente confortável de postar, enfim, receber críticas, interações. Então sempre foi um desafio, assim. Era uma coisa que ele estava assim, uma queixa bem secundária, assim. Sabe? Ele tentava fazer com que ela não existisse, mas a gente foi trazendo essa, isso pra figura, a gente deu ênfase nessa questão. É onde eu vejo mais influência, não é que ele não se sente bonito o suficiente, não é questão de aparência. É mais assim, sobre ser aceito, sobre ser bem recebido. “O que as pessoas vão pensar? O que eu mando em mensagem?”. A gente já leu as mensagens que ele manda, assim, pra gente discutir o que que achava. Então, assim, nesse sentido. (...) É mais é o outro que existe dentro de mim do que o que eu sou de verdade, sabe?

Dessa forma, para além da necessidade de aceitação e das influências, também é importante trazer um parâmetro com as redes sociais. Como relatado por Isadora, as redes sociais não aparecem - ainda - como tema importante nas sessões, a partir desse caso, é

possível iniciar uma discussão sobre os efeitos das redes sociais nos relacionamentos presenciais com os jovens e como eles influenciam ou não no processo de aceitação. Entretanto, pretendo abordar esse tópico mais adiante no meu texto.

Uso de técnicas

A partir da discussão sobre a definição de adolescência no primeiro tópico, as participantes também informaram que, assim como a adolescência é uma fase completamente diferente da infância e da vida adulta, o manejo terapêutico também é muito distinto para esse público.

A Gestalt-terapia é uma abordagem que permite e incentiva o uso de experimentos nas sessões como forma de ampliar o contato com os fenômenos. Também é possível explorar as técnicas como forma de favorecer o vínculo terapêutico. Dessa forma, as participantes relataram que utilizam muito o desenho, a escrita terapêutica, a argila, baralhos, linhas do tempo e também o Self Box, que já são técnicas conhecidas e amplamente utilizadas pela abordagem.

Como exemplos, Beatriz mencionou que alguns clientes adolescentes sentem muita dificuldade em encontrar uma profissão. Assim, ela usa de alguns baralhos, como “Profissão Futuro” para explorar os desejos dos clientes e favorecer cada vez mais o contato com essas profissões.

Entretanto, visto a diferença dos clientes adolescentes, as participantes relataram que muitos experimentos tiveram que ser adaptados para esse público. Uma das estratégias para lidar com o público adolescente mencionado pelas três participantes foi a necessidade de entrar em contato com a própria adolescência para se aproximar das angústias que os clientes trazem.

Alessandra: [...] demanda muito mais empatia, zelo, cuidado pra fazer esse acolhimento, do que no atendimento de um adulto, que já passou por essa fase.

Entende? [...] Tem que ter um um revisitar da própria adolescência pra você conseguir acessar a adolescência do outro. Pra você entender o quão sofrido é. [...] Eu adapto a forma como eu vejo o sofrimento do adolescente, que é diferente da do adulto. Se eu olho enquanto adulta, eu não vou abarcar todo o sofrimento que aquele adolescente está carregando na fala dele.

Dessa forma, revisitar a própria adolescência entra como um convite ao limbo em que o cliente se encontra. Mas qual a necessidade de adaptar as técnicas para os adolescentes? Beatriz relatou que uma das maiores dificuldades no manejo clínico é que o adolescente não é tão verbal quanto o adulto. Por esse motivo, todas sinalizaram que os adolescentes apresentam muita abertura para participar dos experimentos, diferentemente dos adultos, que podem expressar uma certa vergonha ou preferem conversar sobre os fenômenos como forma de entrar em contato.

Beatriz: [...] tem uma especificidade maior do que com as clínicas do adulto, pelo menos eu sinto isso. Né? Por isso que eu acho um pouco mais difícil atender adolescentes. Se o adulto sempre conversa, né? O adolescente você tem que ter outras técnicas ali, né? Porque ele não é... não é tão verbal quanto um adulto, né?

Lembrando o que foi trazido sobre a entrada para o mundo adolescente ser conturbada pelo descobrimento de novas emoções e como elas estão ligadas aos fatores do cotidiano, os experimentos aparecem como uma ótima oportunidade para o adolescente entrar em contato com algo que ainda não conhece muito bem, ajudando a construir uma linguagem diferente sobre os fenômenos.

Entretanto, elas mencionaram que os experimentos também são usados com as crianças, que tendem a seguir melhor as instruções dos experimentos. Assim, Isadora traz que

muitas vezes os adolescentes trazem variações próprias dos experimentos, na qual o terapeuta também precisa de adaptar, sem deixar a qualidade de lado.

Isadora: É mais nos adaptarmos para estar diante da demanda do adolescente. A gente tem que se aproximar daquele mundo, né? E do significado que dão para cada experiência. Eles se adaptam ao experimento. Então a gente se adapta à adaptação deles.

Como exemplo, Isadora mencionou que uma cliente que se emocionou muito com o filme “Divertidamente”. Assim, a psicoterapeuta optou por usar esse filme ao invés de uma técnica clássica da Gestalt para explorar sobre as emoções da adolescente e como esse filme a impactou.

Isadora: Aí no painel de controle, a gente colocou cada uma dessas emoções, a gente sinalizou cada uma delas, ela desenhou cada uma delas e em seguida, assim, avançando com ela, com esse, com esse experimento, ela compartilhou em cada uma delas, assim, situações em que ela viveu (cada emoção).

Isadora relata que, apesar de muitas vezes não poder seguir à risca alguns experimentos, a possibilidade do adolescente participar da construção dos experimentos acaba ajudando a trazer voz na sessão. Assim, não necessariamente os experimentos planejados são aplicados, pois a necessidade do adolescente também é levada em consideração. Como reflexão, esses relatos de casos mostram que, apesar de não ser tão ‘verbal’, como apresentou Beatriz, é possível explorar as demandas trazidas pelos adolescentes de forma abstrata pelas técnicas clássicas da Gestalt-terapia. Além disso, o desenvolvimento de significados pode ocorrer através de conteúdos que os adolescentes trazem do dia-a-dia, como foi o exemplo que Isadora mencionou ao utilizar um filme para explorar os sentimentos de uma cliente.

Defasagem teórica

Diante do que foi apresentado até agora, juntamente com a exploração sobre o uso das técnicas com os adolescentes, todas as participantes se mostraram frustradas na defasagem teórica do manejo clínico específico para adolescentes.

Como mencionado anteriormente, a própria Gestalt-terapia é muito permissiva, incentivando a explorar outras formas de aplicar técnicas e adaptá-las ao público. Entretanto, foi relatado a falta até mesmo dessas adaptações e de relatos sobre o uso de técnicas com adolescentes.

No quesito acadêmico, foi-se questionado sobre a falta de matérias específicas que trabalhassem o manejo clínico com adolescentes desde a graduação. Isso se tratando não necessariamente da abordagem da Gestalt-terapia, mas de um âmbito geral, pois o adolescente poucas vezes aparece como foco na Psicologia.

Mesmo após o período de graduação, as profissionais entrevistadas que já tinham especialização na abordagem ou fizeram cursos sobre o manejo clínico com adolescentes desabafaram sobre a falta de cursos e materiais específicos para esse público.

Beatriz: Eu fui ter a matéria mesmo mais específica com adolescente quando eu fui fazer o [nome de instituição em que realizou especialização em Gestalt-terapia].

Alessandra: A defasagem é muito maior [...] eu nunca ouvi falar numa formação que fosse voltada só para os adolescentes. [...] É muito diferente, uma abordagem bem específica que demanda muita adaptação da linguagem, demanda adaptação da minha presença. É divertido, às vezes! Às vezes desafiador, muito desafiador.

O desafio de atender os adolescentes piora sem um referencial adequado sobre o assunto, mesmo com a flexibilização permitida na abordagem. Dessa forma, mesmo quando elas tiveram a oportunidade de fazer um curso nessa área, a adolescência era meramente incluída no manejo clínico infantil ou do adulto.

Beatriz: Ficar grudando a infância com a adolescência, como se fosse uma coisa só. Sempre são os terapeutas que trabalham com crianças. [...] Eu lembro (no curso) que ela não trouxe muitas técnicas, assim. Era mais uma reflexão sobre como que era atender, né?

Alessandra: Essa de jogar o adolescente pro adulto vai contra algumas normativas do que...que seria adolescência, né? E é completamente diferente de um atendimento do adulto. Vai demandar uma postura completamente diferente.

Isso traz novamente a questão de tratar essa fase como igual às outras fases do desenvolvimento, principalmente com a infância. Importante fazer uma crítica sobre apenas psicoterapeutas da infância falarem da adolescência. E, pelo o que foi mencionado nas entrevistas, os cursos não incluem verdadeiramente a adolescência, pois não aprofundam nas demandas sociais, educacionais e emocionais da fase.

4. Adolescência e tendências sociais

Hoje em dia a adolescência não é somente uma fase do desenvolvimento humano, mas um estilo que chega a ditar tendências sociais. Dessa forma, existe uma cultura mercadológica e de lazer voltada especificamente para esse público. Porém, mesmo concordando com a influência de músicas, filmes e outros conteúdos adolescentes influenciarem a vida dos clientes, essas atividades não foram muito mencionadas nos relatos de caso. Mais do que isso, gerou um desconforto entre as participantes ao pensar sobre a falta de liberdade que os adolescentes têm hoje em dia.

Alessandra: Eu sinto muita discrepância quando a gente, quando eu penso na minha adolescência. Eu sinto que eu tinha liberdade pra não precisar estudar e sei lá, assistir TV.

Isadora: Acho que é isso que é voltar a nossa própria adolescência, né? É uma dificuldade que pelo meu olhar isso é muito duro assim. É muito... é muito difícil ver o quanto eles não têm essa liberdade. Então isso surge mais também isso surge na terapia enquanto eu percebo assim eles descrevendo a necessidade de ter tempo livre, ter hobby, ter amigos, ter tempo pra sair com esses amigos, ter tempo pra iniciar relacionamentos, então assim, esse foi um dos exemplos que apareceu sabe?

Apesar dessa percepção, as participantes mencionaram que os próprios clientes não se percebem sem liberdade, não diretamente, visto que grande parte dos temas que aparecem nas sessões são voltados para escola e vestibulares. Ao aprofundar mais na questão do uso dessas tendências pelos adolescentes, as participantes mencionaram alguns casos em que a música, a literatura e os filmes já foram usados para tematizar questões da vida cotidiana dos clientes. Como por exemplo, Beatriz relatou sobre uma cliente que era roqueira e se sentia desconectada e afastada dos amigos de escola por gostarem de outros estilos musicais.

Beatriz: (...) de algumas clientes que são essas que são roqueiras que se sentiam muito diferentes dos outros colegas, sabe? Então assim, por exemplo, né? Os colegas gostam de funk, de outros ritmos e aí elas não não se sentem confirmadas porque excluída porque os colegas não gostam disso também. (...) Mas ela até fala, nossa, a minha escola só tem loirinha, tá? Patricinha, loirinha, não sei o que. E eu sou diferente porque eu gosto de rock, porque eu me visto diferente, né?

Sobre essa confirmação, não podemos deixar de mencionar que, como o adolescente está se descobrindo em uma nova forma de ser no mundo, essa necessidade de confirmação deve ser respeitada. Pelo senso comum, isso é visto como uma simples necessidade de atenção, mas, como já explorado, é importante realmente revisitar a nossa adolescência para compreender a dor de passar por esse momento. A confirmação pode aparecer como um reconhecimento.

E justamente por se sentirem perdidos nessa nova forma de ser no mundo, as temáticas voltadas para filmes, músicas e a literatura poderiam estar presentes na terapia. Como se o adolescente utilizasse desses meios como tentativa de entender esse mundo novo. De fato, após muitas reflexões, as participantes se lembraram sobre momentos que utilizaram isso na clínica. Nesse momento, gostaria de trazer alguns exemplos de casos clínicos onde houve uma interseção dessa temática adolescente com a cultura adolescente.

Isadora: Então, assim, eu busco lembrar da da minha própria adolescência pra me conectar com a deles, fazer sentido. E uma outra coisa que eu busco também é uma confirmação que, de repente, como eu não estava na terapia na época, eu não tive. Então é... meu trabalho é o que eles estão sentindo. Confirmar como eles se expressam, o que estão sentindo, aquela realidade. Por exemplo, eu tive um adolescente que ele... teve show da Taylor Swift aqui no Brasil. E ela é uma cantora muito famosa e é muito difícil conseguir o ingresso dela. E eu sei disso porque eu já tentei ingresso de grandes shows, né? Então, isso foi um tema da sessão. Ele não conseguiu o ingresso.

Nesse caso, o fato do cliente não conseguir o ingresso para um show foi tema de algumas sessões de psicoterapia, na qual Isadora remeteu a sua vivência como adolescente mas compreendeu o impacto que esse simples acontecimento pode ter nessa fase. Também podemos fazer uma relação com o caso já mencionado de uma cliente de Isadora que gostou tanto de um filme que a psicoterapeuta o utilizou para adentrar sobre as emoções da cliente. Mas a questão que fica, e que gostaria de fomentar, é: o que torna esse ingresso tão importante a ponto de ser tópico principal em mais de uma sessão?

Adentrando na temática da música nos adolescentes, Beatriz traz uma reflexão interessante sobre os relatos musicais dos pacientes.

Beatriz: Eu gosto de saber o que eles estão escutando, né? Porque adolescente tem muito a ver com música. (...) o estímulo musical como autoafirmação, envolverem a sua identidade, né? (...) Pra eles, a música é uma linguagem muito forte, né? Pelo menos nos que eu já atendi, que eu atendo. E aí os filmes, séries, também.

Beatriz: Por exemplo, eu tive uma outra também era roqueira e ela tinha depressão, né? E aí as letras de uma das bandas que ela gostava eram letras bem depressivas assim então também aquilo me chamou atenção, sabe?

Com essa paciente, Beatriz relata que ela falava muito sobre o estilo musical nas sessões e como isso era importante para ela. A partir de algumas queixas sobre depressão, Beatriz aproveitou a oportunidade para investigar sobre as letras das músicas e percebeu uma temática bastante parecida com os relatos da cliente. Quando questionada sobre isso, a paciente relatou que se sentia representada por essas músicas. Dessa forma, parafraseando a fala de Beatriz como a música é usada como auto afirmação, no caso mencionado, a cliente pode utilizar as letras como uma maneira de tematizar o seu sofrimento.

Como bem representado nos casos acima, a música pode se tornar um meio de linguagem para esses adolescentes, já que se torna um compartilhar de experiências de várias pessoas, tocando na vida dos adolescentes também.

Em outro caso, Isadora menciona que utilizou outro filme - ela optou não usar o livro com o intuito de não demorar tantas sessões para falar sobre a temática - para explorar as demandas de um paciente.

Isadora: Eu tive...eu tive uma sessão que eu falei sobre aquele filme “As vantagens de ser invisível”. (...) E eu acho que foi bem legal, assim. Eu pedi pra que ele assistisse no fim de uma sessão, mas eu não coloquei nada assim por exemplo: “Eu quero que você assista pra prestar atenção nisso.” Eu falei: “Olha eu acho que a gente pode assistir um filme e conversar sobre ele, e você fala o que você achou.” Com

essa...com esse direcionamento, só com esse direcionamento eu deixei mais aberto, mas ele mesmo fez uns links assim. E ele fez esse link assim por conta própria, sabe?

Nesse sentido, Isadora reforçou a necessidade de convidar os adolescentes a falar sobre esses filmes e músicas. Realmente adaptando a vivência de assistir um simples filme para uma nova técnica, com a finalidade de explorar sentimentos e significados que os adolescentes atrelaram ao filme.

Partindo também para uma demanda social, Beatriz mencionou um caso muito tocante sobre uma jovem negra que viveu um conflito com a cor da pele por ser de classe média alta. Ela estudou em uma escola na qual era a única negra desde criança. Nisso, tinha uma demanda estética e social influenciada pelas colegas ao seu redor.

Beatriz: Essa menina que tinha uma questão com autoimagem, ela tinha uma questão também pela cor da pele, sabe? Porque ela é negra, então, ela...aí vem cabelo, né? Então, ela...isso é muito forte, eu tenho que compartilhar isso! Ela me trouxe um desenho dela quando ela tinha sete anos, que ela se desenhou branca. Então, assim, é porque ela é negra, mas ela é de classe média alta. Então ela estudava numa escola que ela era a única negra. (...) Ela falou que a professora pedia: “Desenhe você mesmo e diga como que você é”. Aí ela escreveu: “Eu sou branca. Eu tenho...”. Então assim, olha que forte isso né?

Não pretendo adentrar nas questões raciais e de sexualidade e os fatores que influenciam ou não com essa aceitação, mas gostaria de trazer como essa cliente trazia demandas do cotidiano para se relacionar com a cor da sua pele. Foi interessante ouvir o relato de Beatriz e poder acompanhar o desenrolar dessa história. A paciente pode se identificar com mulheres negras da internet e das redes sociais, além de desenvolver uma relação de autoimagem.

Beatriz: Então ela trazia pra sessão, acho que era o Emicida, acho que tinha mais, mas não estou lembrada agora. Então ela falava o quanto que era importante pra ela, ela se via, por exemplo, a Beyoncé! Ela falava que as amigas vão na festa da Taylor. Tem uma festa né? Que só toca música da Taylor Swift. E as amigas dela, é, são todas brancas e enfim, né? E ela falou “Eu não quero saber da festa da Taylor, eu não me identifico com ela. Eu quero saber da Beyoncé”.

Assim, foi possível perceber que uma simples cantora mudava a sua percepção de mundo e, em fundo (indiretamente), trazia à tona uma demanda muito mais profunda, que seria a identificação com a própria pele.

Beatriz: E aí ela tinha uma séria questão com isso no início, né? Da terapia e em relação a autoimagem mesmo, né? Então ela falava que ela só postava, fotos, assim coisas quando ela sentiu que ela o máximo, mais próximo da...da perfeição, acho que ela poderia fazer maquiagem e ela alisava o cabelo né ela não tinha cabelo natural e aí o cabelo que sai alisado, sabe?

Beatriz: E aí ela começou a seguir um perfil de uma mulher que ela não usava muita maquiagem, sabe? E ela se cobrava muito. Está muito perfeito que ela botava muita maquiagem. Aí eu quando ela começou a pedir esse peixinho parece que virou uma chave na cabeça dela. ‘Gente, não preciso me maquiar tanto, sabe?’

Na última fala, também foi possível perceber a importância de perfis de redes sociais na mudança de comportamento dos jovens. Nesse caso, corroborando alguns argumentos já apresentados sobre o adolescente usar outros meios sociais para tentar entender o viver no mundo, a própria pessoa da rede social mostrou outra forma de viver, no caso, com menos maquiagem.

Dessa forma, após algumas considerações e discussões sobre os casos, ambas as participantes mencionaram que é sumário realizar uma investigação fenomenológica voltada

para os *hobbies* e gostos artísticos dos adolescentes, visto que estão muito entrelaçados em como eles se veem no mundo.

Isadora: É realmente assim entender como eles pensam, interesses, né? O que que que é importante assim, o que que eles consideram. E de repente buscar esse caminho assim, me aproximar dessa forma. Então assim gostava quando eu era adolescente? Que que eu identificava? Como que eu me expressava?

Alessandra: Acho que essa era a única orientação: se abrir, não julgar, acolher, entrar no mundo do adolescente. Então tentar conhecer isso, fugiu um pouco dos pontos que a gente estava falando sobre música, séries e tudo, Às vezes sai muito conteúdo rico quando a gente vai procurar as informações, né? Música do momento em que a pessoa está escutando, qual é a série que está assistindo, se algum...se identifica com algum personagem, eu vou lá e assisto. Já assisti um anime inteiro pra entender um adolescente, um anime! Eu não assisto. (...) Porque essa é a linguagem deles de fato assim. E representa a emoção. Às vezes melhor do que ele conseguindo elaborar numa fala dentro do processo.

Beatriz: Muitos se identificam com algum determinado personagem, um filme, um livro ou com uma letra de uma música ou com o próprio cantor, né?

Retomando o que foi abordado ainda na introdução deste trabalho, o contato impactante e, de certa forma, imediato com o mundo adulto deixa o adolescentes desenraizado, tornando-o mais suscetível às influências ao seu redor (Cardella, 2014). Nesse sentido, trazendo a reflexão sobre o que Perls (1988, apud Cardoso, 2013, p. 70) denomina como *Shouldism*, o adolescente tenta se conectar com outras referências, mas isso não necessariamente significa que não está sendo autêntico e buscando sentido no seu estar no mundo. Os conteúdos - sejam o cinema, a literatura, a música - que são criados

especificamente para esse público é uma tentativa de encontrar autenticidade, como apresentado nos exemplos acima.

5. Fenomenologia, Humanismo e Existencialismo

A partir do que foi mencionado no decorrer dos encontros, foi possível perceber que as próprias bases da Gestalt-terapia não estão sendo profundamente utilizadas. Como foi apresentado, o adolescente precisa se encontrar em um novo ser no mundo e isso envolve as mais diversas experiências e contextos.

Para além de usar as técnicas e os experimentos com o intuito de ampliar o contato dos fenômenos que estão acontecendo na vida dos pacientes, o manejo clínico com adolescentes deve ser diferente. Esse público exige muito do terapeuta a necessidade de adentrar nesse mundo das inseguranças, da angústia de se encontrar perdido e do desenraizar. Mais do que isso, os adolescentes estão envolvidos por diversos estímulos e acabam se identificando e se envolvendo com as mais diversas influências, seja em filmes, músicas ou produtores de conteúdo digital. O meu questionamento é que esse contato não é necessariamente ruim! Precisamos seguir a fenomenologia e ajudar a tematizar o adolescente dentro desses conteúdos, justamente pela possibilidade de significar muito além de um simples entretenimento. Mas para isso, é necessário adentrar nos significantes desses fenômenos com o olhar dos próprios adolescentes.

Nesse sentido, eu preciso explicar o que ocorreu durante os encontros. Mesmo com perguntas diretas sobre o uso dessas ferramentas alternativas do cotidiano do adolescente - o cinema, a música e a literatura -, as participantes não se recordavam de casos com essas temáticas. Inclusive, no primeiro encontro foi negado a influência desses temas nas sessões com adolescentes. Porém, apenas no último encontro que alguns exemplos foram trazidos.

Mostrando que mesmo sendo conteúdos produzidos especificamente para adolescentes, isso não apareceu claramente nas sessões das participantes.

Alguns dados mostram o maior uso de redes sociais e filmes por esse público. Como exemplo, uma pesquisa realizada pelo Centro Regional de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação (Cetic.br) apontou que, em 2021, 78% dos usuários de internet possuem entre 9 e 17 anos.

Então, mesmo com o alto consumo de internet por adolescentes, isso não aparece nas sessões? Sessões essas que deveriam ser um lugar de livre fala? Será que esses conteúdos não aparecem ou não são abordados? A Gestalt-terapia possui o Humanismo como uma das bases epistemológicas da abordagem. Logo, a concepção holística do ser humano e a tentativa constante de ampliar a visão de mundo são essenciais para o manejo clínico. Como isso é possível sem adentrar em temáticas tão cotidianas desse público?

Isadora: Então, eu, geralmente, quando os adolescentes me falam alguma coisa que eu não sei, e acontece com muita frequência, porque quando deu esse *boom* do TikTok, eu não acompanhei (...) Então eu sempre falo: “Olha, na minha época não tinha isso, então vai ter que me explicar”, sabe?

E quem irá culpá-las por não acompanhar os conteúdos adolescentes? Novamente, existe uma escassez teórica sobre manejo clínico com esse público. Podemos abordar essa falta em um âmbito geral da Psicologia, mas pensando em algo específico da Gestalt-terapia, existem poucos autores sobre o tema.

Isadora: Não tem muito material, assim, teórico pra isso. De repente tem um, dois, três livros ali (...) mas de repente elas precisam acompanhar essa geração que a gente encontra agora, né? (...) Eu acredito que é possível ir para onde, de repente, usar esses conteúdos mais dinâmicos. Para que a gente tenha utilidade na clínica.

Entretanto, também surgiu a dúvida: será que trazer ou sugerir esses conteúdos pode ser prejudicial, visto que quem traz a demanda em sessão é o cliente? De acordo com Beatriz e Isadora, elas acreditam que seria o contrário:

Beatriz: Acho que seria prejudicial se fosse algo que não tivesse nada a ver com o que está passando, com alguma coisa que ele está vivenciando.

Isadora: Acho que seria na verdade revelador. (...) Tudo depende da forma como a gente coloca ali na terapia.

Torna-se importante, então, que a sugestão de trazer um conteúdo específico do adolescente acompanhe a demanda do cliente. É necessário sugerir sem impor, lembrando que é o cliente quem trará a figura. A questão é: talvez os próprios adolescentes já tenham alguma revelação por conta própria, por que não trazer em terapia? Podemos usar a própria abordagem para nos adaptar a esse aspecto. Como ponto positivo, a Gestalt-terapia é muito fluida e acaba incentivando a adaptação das técnicas.

Alessandra: A Gestalt, ela não tem uma estrutura muito protocolar como às outras abordagens. Essas ferramentas que a gente tem, elas vão tomando proporções infinitas, né? No sentido fenomenológico.

Como trazido ainda na introdução, Rocha e Garcia (2008) informa que conteúdos são feitos especificamente para os adolescentes. Mas não só isso, esses conteúdos estão se atualizando muito rápido. Como exemplo, as inteligências artificiais estão consumindo cada vez mais o dia das crianças e adolescentes, com relatos internacionais sobre os prejuízos nos relacionamentos interpessoais.

Outro aspecto interessante, mais voltado para o público feminino, foi a recente explosão do gênero literário chamado Dark Romance. Esse gênero romantiza questões como obsessão, violência, traição, sequestro, abuso sexual e psicológico, drogas e crimes. Assim,

esses livros acabam romantizando relacionamentos abusivos que podem ser vivenciados por essas adolescentes que encontram referências sobre romance na literatura.

Isadora: (...) mas hoje Dark Romance está super em alta e o que que é o Dark Romance, né? Aqueles livros onde apresenta o cara mais tóxico do mundo, a situação mais absurda que existe e cria-se, assim, um lindo amor romântico, né? Então, assim, eu vejo em comentários nas redes sociais mesmo não pra dar isso que eu gosto de ler. Então o que eu vejo é dois pontos, assim: tanto pessoas tornando natural alguns comportamentos que eles são agressivos, assim como pessoas repudiando isso e colocando: “Olha gente, vocês precisam separar uma obra da...da realidade! Isso aqui é interessante, mas se a gente fosse ter contato com essa pessoa na vida real como...como que você se sentiria?”.

Assim, Isadora menciona que houve uma mudança de padrão de imagem através desses livros e que muitas pessoas já sabem diferenciar uma literatura da realidade. Porém muitas adolescentes buscam esse tipo de relacionamento por acreditar na romantização de um relacionamento abusivo e conturbador.

Isadora: A gente precisa atualizar até bem rápido, se não a gente não consegue acompanhar eles, né?

Gostaria de deixar claro que a minha intenção não é colocar a culpa ou determinar alguns comportamentos adolescentes no cinema, na literatura e na música, até porque já sabemos que o ser humano é um ser multifacetado e suas queixas são multicausais. Então, não podemos atribuir a chamada “aborrecência” somente a esses aspectos. A minha crítica é aproveitar a oportunidade para elaborar e tematizar esses conteúdos, que estão no cotidiano do adolescente, em terapia! Esses conteúdos já estão acessíveis a eles e os adolescentes podem e tentam fazer essa simbolização e introjeção sozinhos, mas trabalhar isso em terapia

pode ser um lugar vantajoso, justamente pela carência de julgamentos e com validação das experiências.

Considerações finais

Como foi apresentado e relatado pelas participantes, podemos concluir que existem poucos estudos e materiais específicos dessa adolescência, além de ter pouco consenso entre os autores sobre essa fase do desenvolvimento. Convido a olharmos para essa questão com zelo, visto que deve ser um ponto de alerta para verificar a qualidade do nosso trabalho, principalmente pela Psicologia ser uma área que lida com o ser humano de forma integral. Nesse sentido, minha intenção com este trabalho é trazer uma reflexão e proporcionar discussões sobre a estruturação do manejo clínico de adolescentes.

Além disso, vale mencionar que, visto o déficit teórico, as participantes relataram muitas dificuldades no manejo com adolescentes, principalmente no início da carreira. Para além do eixo teórico, as profissionais desabafaram sobre a necessidade de adaptação de diversos experimentos para adequar nas demandas e no público adolescente.

Vale ressaltar que o déficit teórico a insegurança inicial com o manejo apareceu desde a graduação, mas ainda permeia em livros e cursos de especialização atuais que tentam, mas não conseguem abarcar o adolescente no manejo clínico de forma exclusiva. Assim, por enquadrarem o adolescente como adulto ou como criança, as necessidades específicas desse público não são exploradas. Esse abandono teórico e prático do adolescente aparenta ser geral na Psicologia, mas também existe uma necessidade de melhoria na abordagem da Gestalt-terapia.

Como supramencionado, a adolescência é uma fase do desenvolvimento que, assim como as outras, é permeada por questões sócio-histórico-culturais. Alguns desses pontos foram abordados, mas mesmo assim não foi possível abarcar todas as questões. Entretanto, acredito que a definição, a relação teórica e prática e o envolvimento desse grupo com conteúdos musicais, cinematográficos e literários são fundamentais para discutirmos o manejo clínico de adolescentes no âmbito da Psicologia.

Levando isso em consideração e os relatos das participantes, devemos olhar com outros olhos para os conteúdos que são produzidos diretamente para o público adolescente. Não no sentido de podar, mas de entender como eles atribuem significado e sentido nesses conteúdos. Novamente, essa pode ser uma ótima demanda de psicoterapia, mas infelizmente não é abordado nas sessões. Ao final, foi relatado brevemente sobre a influência dos conteúdos teens na vida, mas aparentemente isso não é muito trabalhado em terapia.

Nesse sentido, trago uma crítica para nós, como profissionais que entendemos a importância de ver o ser humano como um todo, a necessidade de atualizar nosso conhecimento. As tendências e novidades que aparecem na internet permeiam o cotidiano do adolescente e como foi observado nos relatos de caso, afetam em questões psicológicas. Entretanto, nós devemos nos aprofundar nesse assunto novo, levando em consideração a falta de estudos teóricos e práticos.

Por fim, acredito ser relevante apontar melhorias com relação ao método e aos procedimentos de pesquisa deste trabalho. Para próximas pesquisas relacionadas a essa temática, recomenda-se a investigação fenomenológica com mais psicoterapeutas com o intuito de dar sequência a investigação sobre o manejo clínico atual com adolescentes. Além disso, pode ser importante adentrar mais especificamente na temática dos conteúdos específicos para adolescentes e verificar como eles aparecem ou podem aparecer no manejo clínico.

Referências

- Aries, P. (1981). Os dois sentimentos da infância. *História Social da Criança e da Família*, 2, 156-164.
- Almeida, F. S., de Oliveira, P. B., & dos Reis, D. A. (2021). A importância dos jogos didáticos no processo de ensino aprendizagem: Revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 10(4), e41210414309-e41210414309.
- Calligaris, C. (2000). Elementos de definição. *A Adolescência*. São Paulo: Publifolha.
- Cardella, B. H. P. (2019). A mulher-almirante, a menina-náufraga e a terapeuta-âncora. *Situações clínicas em Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus
- Cardella, B. H. P. (2014). Ajustamento criativo e hierarquia de valores ou necessidades. *Gestalt-terapia conceitos fundamentais*. São Paulo: Summus
- Cataldo, U. H. D. P. (2013). Gestalt-terapia: fenomenologia na prática clínica. *IGT na Rede*, 10(18), 187-222.
- Estatuto da Criança e do Adolescente (1990). Art. 2º, da Lei Federal nº 8.069/1990.
- Cruz, E. P. (2022, 16 de agosto) *Nove em cada dez crianças e adolescentes são usuárias de internet*. Agência Brasil.
- [https://agenciabrasil.ebc.com.br/educacao/noticia/2022-08/nove-em-cada-dez-criancas-e-adolescentes-sao-usuarias-de-internet#:~:text=Em%202021%2C%2078%25%20dos%20usu%C3%A1rios,rela%C3%A7%C3%A3o%20a%202019%20\(68%25\).&text=Par%20a%20pesquisa%2C%20foram%20ouvidas,entre%209%20e%2017%20anos.](https://agenciabrasil.ebc.com.br/educacao/noticia/2022-08/nove-em-cada-dez-criancas-e-adolescentes-sao-usuarias-de-internet#:~:text=Em%202021%2C%2078%25%20dos%20usu%C3%A1rios,rela%C3%A7%C3%A3o%20a%202019%20(68%25).&text=Par%20a%20pesquisa%2C%20foram%20ouvidas,entre%209%20e%2017%20anos.)
- da Silva Araujo, E., & de Souza, D. D. S. (2019). Resenha do Livro *Situações Clínicas em Gestalt-terapia*. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 19*(4), 1104-1109.
- Delboni, C. (2022, setembro). Você sabe por que os adolescentes estão sempre escutando música? *Estadão*.

<https://www.estadao.com.br/emails/carolina-delboni/voce-sabe-por-que-adolescentes-est-ao-sempre-escutando-musica/>

- Dutra, E. (2021). De Amedeo Giorgi a Heidegger: a trajetória de um método fenomenológico hermenêutico para a pesquisa em Psicologia. In E. Dutra & V. E. Cury (Eds.), *Pesquisas fenomenológicas em Psicologia* (pp. 53-68). Editora CRV.
- Fração, L. M., & Fukumitsu, K. O. (2013). *Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas*.
- Fukumitsu, K. O. (2021). Término e interrupções da relação psicoterapêutica em Gestalt-terapia. *A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus
- Gil, A. C. (2021). *Como fazer pesquisa qualitativa*. São Paulo: Atlas, 1.
- Giorgi, A. (2012). Sobre o método fenomenológico utilizado como modo de pesquisa qualitativa nas ciências humanas: teoria, prática e avaliação.
- Gonçalves, M. K., & Azambuja, L. S. (2021). Onde termina o uso recreativo e inicia a dependência de jogos eletrônicos: uma revisão da literatura. *Aletheia*, 54(1).
- Le Breton, D. (2022). *Condutas de risco: dos jogos de morte ao jogo de viver*. Autores Associados.
- Martina, M. (2019, novembro). Adolescência: a melhor fase da vida? *Brain Academy*.
<https://brainacademy.net.br/2019/11/14/adolescencia-a-melhor-fase-da-vida/>
- Minayo, M. C. S. (2016). Trabalho de campo: contexto de observação, interação e descoberta. In M. C. S. Minayo (Ed.), *Pesquisa social: teoria, método e criatividade* (pp. 56-71). Editora Vozes.
- Prestrelo, E. T. (2019). “Não precisamos ficar sozinhos...” - Desdobramentos de uma prática gestáltica de cuidado. *Situações clínicas em Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus

- Quadros, L. C. T (2019). A delicada ponte entre mundos: ansiedade, sofrimento e a experiência livre de tornar-se adulto na contemporaneidade. *Situações clínicas em Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus
- Rehfeld, A. (2013). Fenomenologia e Gestalt-terapia. *Gestalt-terapia: Fundamentos epistemológicos e influências filosóficas*, 24-33.
- Rocha, A. P. R., & Garcia, C. A. (2008). A adolescência como ideal cultural contemporâneo. *Psicologia: ciência e profissão*, 28, 622-631.
- Sartre, J. P. (2014). *Existencialismo é um humanismo: Edição de Bolso*. Rio de Janeiro: Editora Vozes.
- Zilles, Urbano. (2007). Fenomenologia e teoria do conhecimento em Husserl. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 13(2), 216-221.

Apêndices

Apêndice 1 - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE

“A experiência de Gestalt-terapeutas nas possibilidades de cuidado terapêutico com adolescentes”

Instituição do/a ou dos/(as) pesquisadores(as)/Instituição Proponente: CEUB

Pesquisador(a) responsável: Amanda Maria de Aparecida Vaz

Pesquisador(a) assistente: Amanda Chiminazzo de Andrade

Você está sendo convidado(a) a participar do projeto de pesquisa acima citado. O texto abaixo apresenta todas as informações necessárias sobre o que estamos fazendo.

O nome deste documento que você está lendo é Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Antes de decidir se deseja participar (de livre e espontânea vontade) você deverá ler e compreender todo o conteúdo. Ao final, caso decida participar, você será solicitado a assiná-lo e receberá uma via do mesmo.

Antes de assinar, faça perguntas sobre tudo o que não tiver entendido bem. A equipe deste estudo responderá às suas perguntas a qualquer momento (antes, durante e após o estudo).

Natureza e objetivos do estudo

- Você está sendo convidado a participar desta pesquisa que tem o objetivo geral compreender, pela via da realização de uma pesquisa fenomenológica, o manejo terapêutico de Gestalt-terapeutas na terapia de adolescentes. Os objetivos específicos são: a) entender o manejo terapêutico utilizado por Gestalt-terapeutas com adolescentes, b) compreender a percepção dos Gestalt-terapeutas diante dessa fase, c) explicar as formas de entendimento dos Gestalt-terapeutas acerca da identificação e subjetivação dos adolescentes através das artes literária, cinematográfica e musical, e d) articular o consumo dessas artes por adolescentes a possibilidades de ampliação do manejo terapêutico com esse grupo.

Procedimentos do estudo

- Sua participação consiste em dialogar sobre as possibilidades de manejo terapêutico com adolescentes a partir da Gestalt-terapia.
- O procedimento inclui uma reunião em grupo com um total de quatro Gestalt-terapeutas para um diálogo sobre o manejo terapêutico com adolescentes, através de uma entrevista aberta.
- O áudio da reunião será gravado para uma maior veracidade dos fatos na análise das informações e para a possibilidade de transcrição da entrevista.
- () Estou de acordo com a utilização da minha imagem neste estudo.
- () Não estou de acordo com a utilização da minha imagem neste estudo.
- A pesquisa será realizada de forma presencial ou online, dependendo da disponibilidade dos participantes.

Riscos e benefícios

- Este estudo possui baixos riscos, sendo eles possível mobilização e desconforto emocionais.
- Considerando os riscos potenciais deste estudo, caso seja necessário, será garantido o direito à assistência (imediate, integral e sem ônus) ao participante, devido a danos decorrentes da participação na pesquisa e pelo tempo que for necessário (Resolução CNS nº 466 de 2012, itens II.3.1 e II.3.2).
- Caso esse procedimento possa gerar algum tipo de constrangimento, você não precisa

realizá-lo, ou poderá interromper sua participação a qualquer momento.

- Com sua participação nesta pesquisa você poderá/terá refletir e aprofundar a sua vivência e as experiências de outros Gestalt-terapeutas nas dificuldades e possibilidades de atuação clínica com adolescentes, além de contribuir para maior conhecimento sobre o manejo terapêutico com adolescentes, visto ser um assunto contemporâneo e pelo maior consumo de terapia por esse grupo. Além disso, por ser, de certa forma, uma novidade, existem poucas metodologias e modos específicos de cuidado voltados para adolescentes, especialmente de adolescentes na perspectiva da Gestalt-terapia.

Participação, recusa e direito de se retirar do estudo

- Sua participação é voluntária. Você não terá nenhum prejuízo se não quiser participar.
- Você poderá se retirar desta pesquisa a qualquer momento, bastando para isso entrar em contato com um dos pesquisadores responsáveis.
- Conforme previsto pelas normas brasileiras de pesquisa com a participação de seres humanos, você não receberá nenhum tipo de compensação financeira pela sua participação neste estudo.

Confidencialidade

- Seus dados serão manuseados somente pelos pesquisadores e não será permitido o acesso a outras pessoas.
- Os dados e instrumentos utilizados ficarão guardados sob a responsabilidade de Amanda Chiminazzo de Andrade com a garantia de manutenção do sigilo e confidencialidade, e arquivados por um período de 5 anos; após esse tempo serão destruídos.
- Os resultados deste trabalho poderão ser apresentados em encontros ou revistas científicas. Entretanto, ele mostrará apenas os resultados obtidos como um todo, sem revelar seu nome, instituição a qual pertence ou qualquer informação que esteja relacionada com sua privacidade.

Se houver alguma consideração ou dúvida referente aos aspectos éticos da pesquisa, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília – CEP/UniCEUB, que aprovou esta pesquisa, pelo telefone 3966-1511 ou pelo e-mail cep.uniceub@uniceub.br. O horário de atendimento do CEP-UniCEUB é de segunda a quinta: 09h às 12h30 e 14h30 às 18h30.

O CEP é um grupo de profissionais de várias áreas do conhecimento e da comunidade, autônomo, de relevância pública, que tem o propósito de defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e de contribuir para o desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

Também entre em contato para informar ocorrências irregulares ou danosas durante a sua participação no estudo.

Ao assinar abaixo, você confirma que leu as afirmações contidas neste termo de consentimento, que foram explicados os procedimentos do estudo, que teve a oportunidade de fazer perguntas, que está satisfeito com as explicações fornecidas e que decidiu participar voluntariamente deste estudo. Uma via será entregue a você e a outra será arquivada pelo pesquisador responsável.

Caso tenha qualquer dúvida sobre a pesquisa, incluindo os danos possíveis, entre em contato com o pesquisador responsável Amanda Maria de Aparecida Vaz, pelo e-mail

amanda.avaz@ceub.edu.br, e com os pesquisadores assistentes Amanda Chiminazzo de Andrade pelo e-mail amanda24andrade@hotmail.com.

Eu _____, após receber a explicação completa dos objetivos do estudo e dos procedimentos envolvidos nesta pesquisa, concordo voluntariamente em fazer parte deste estudo.

Brasília, ____ de _____ de _____.

PARTICIPANTE

Amanda Maria de Aparecida Vaz
amanda.avaz@ceub.edu.br

Amanda Chiminazzo de Andrade
amanda24andrade@hotmail.com

Endereço dos(as) responsável(is) pela pesquisa:

Instituição: Centro Universitário de Brasília (CEUB)

Endereço: SEPN 707/907

Bairro: Asa Norte

CEP: 70.790-075

Cidade: Brasília - DF

Telefones p/contato: (61) 3966-1201