



**GRUPO DE ESTUDOS HOLÍSTICOS E
TRANSPessoAIS**

**CURSO DE FORMAÇÃO E ESPECIALIZAÇÃO
PROFISSIONAL EM TERAPIA TRANSPessoAL**

MARIA CONCEIÇÃO SANTOS AMADO

ESTUDO DE CASO

**SALVADOR-BA
2009**

MARIA CONCEIÇÃO SANTOS AMADO

ESTUDO DE CASO

Estudo de Caso apresentado ao Curso De
Formação e Especialização Profissional
em Terapia Transpessoal.

Orientadora Terapeuta: Ana Elizabeth
Castelo Branco Rabelo

**SALVADOR-BA
2009**

*Não sou um corpo. Sou livre.
Porque ainda sou como Deus me criou.
A paz de Deus é o meu único objetivo, a meta
De todo este meu viver, o fim que busco,
Meu propósito, minha função, minha vida,
Enquanto permaneço aqui, longe da minha morada.
Estou aqui apenas para ser verdadeiramente útil.
Estou aqui para representar Aquele que me enviou.
Não devo me preocupar com o que dizer, ou com o que fazer,
Pois Aquele que me enviou há de me guiar.
Estou contente por estar onde Ele assim o quer,
Sabendo que Ele está ao meu lado.
Serei curado ao permitir-lhe que me ensine a curar.*

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	05
2 HISTÓRICO.....	06
3 TRAJETÓRIA TERAPÊUTICA.....	08
4 TÉCNICAS TERAPÊUTICAS.....	12
5 CONCLUSÃO.....	15
BIBLIOGRAFIA.....	17

O CASO EM ESTUDO

Início da terapia: Abril de 2008.

Nome da consulente: Marina Azevedo

Idade: 25 anos

Queixa principal: medo, dificuldade para enfrentar as situações da vida, baixa auto-estima, sentimento de rejeição.

1 INTRODUÇÃO

Iniciei o meu trabalho como estagiária na Santa Casa de Misericórdia (Pupileira) após ter concluído o Curso no Grupo Ômega de Estudos Holísticos e Transpessoais.

A Santa Casa de Misericórdia na sua estrutura organizacional, comporta um Departamento de Ação Social, mantendo 06 Centros de Educação Infantil para crianças em risco social, sendo que a Pupileira CEI Juracy Magalhães atende a 270 crianças na idade de 01 à 06 anos. As mães dessas crianças atendidas na Pupileira são em sua maioria solteiras e apresentam problemas sociais bastante complicados.

Meu trabalho foi direcionado à essas mães. Procurando estreitar a relação com algumas delas que estavam interessadas num atendimento terapêutico, propus suas participações em algumas oficinas que seriam realizadas com foco terapêutico. Com o apoio dos profissionais que ali atuam, como: psicólogos, assistentes sociais e nutricionistas busquei recursos e possibilidades na Arteterapia, pelo viés da culinária, organizando oficinas de pães, bolos e bombons. Eram em média 8 (oito) mães e todas elas tiveram participação ativa em todo o processo.

Durante as oficinas, abordei alguns temas referentes ao cotidiano de cada uma, como educação dos filhos, relacionamento com o companheiro, dificuldades financeiras, enfim, problemas do dia a dia que afetam nossas emoções e percepções.

Durante o período de oficinas, pude falar mais abertamente sobre o processo terapêutico e como isso seria importante para suas vidas. Expliquei-lhes que teriam alguém para ouvi-las, teriam momento de reflexão para se dedicarem a si mesmas, entendendo suas emoções diante das circunstâncias. Seria um processo de auto-conhecimento onde adquiririam maior capacidade para lidar com os próprios problemas e a relação com outras pessoas. Algumas mães perceberam a importância de um acompanhamento terapêutico e então começamos o atendimento.

Minha escolha por essa paciente está relacionada com sua triste e forte história de vida, mas principalmente pela sua vontade interna de modificar sua realidade.

2 HISTÓRICO

Marina é mãe de dois filhos – 1 menino de 6 anos (Léo) e 1 menina de 3 anos (Carina), ambos freqüentam a creche. Tem um companheiro (Carlos) que não é o pai das crianças, mas não moram na mesma casa. Vive em condições precárias, numa invasão, no centro da cidade.

Fugiu de casa aos 15 anos. Veio de outro Estado, de carona num caminhão com uma amiga. Queria conhecer a Bahia. Via na televisão da sua cidade que aqui era uma terra “*onde todo mundo era feliz*”. Deixou a mãe e uma irmã de 5 anos que

é filha do seu padrasto. Não via o pai há muito tempo, desde menina. Diz que a mãe estava absorvida com a irmã, não tinha tempo pra ela. Sente-se culpada, pois sabe que fez a mãe sofrer muito.

Aqui em Salvador, foi tudo muito difícil, prostituiu-se durante vários anos, viveu nas ruas até ficar grávida de Léo. A gravidez foi difícil e com muita violência por parte do companheiro. Separou-se assim que Léo nasceu. Estava decidida a voltar para sua família, não agüentava mais sofrer tanto. Foi quando conheceu o pai de Carina e infelizmente a violência doméstica se repetiu, contudo, dessa vez foi mais agravante, pois já existia Léo e a única solução foi a separação mais uma vez.

Sozinha e com duas crianças para cuidar, não sentiu mais coragem para voltar para casa, resolveu então ficar aqui em Salvador e continuar sua vida.

Além de analisar minhas primeiras impressões, tentei formar uma idéia de como ela via sua situação no momento. De que sentimentos ela tinha mais consciência? O que mais atraía seu afeto e sua atenção?

Pude perceber, uma mulher que sofreu muitos danos e que tinha um senso muito fraco de seu próprio valor, muito insegura à respeito da sua identidade.

Percebi que teria que começar lentamente o trabalho terapêutico, isto é, a exploração de suas experiências conscientes e inconscientes, de sua história, de suas lembranças, suas fantasias e seus sonhos e também de suas atuais frustrações, satisfações, conflitos, esperanças e medos.

Queria muito fazer um contato com a mãe, escrever, telefonar, no entanto, faltava-lhe coragem para enfrentar a reação que essa teria.

Carlos apareceu na sua vida num momento de muito desamparo. Apesar de não viverem na mesma casa, ele é o seu único apoio aqui. As crianças o chamam de pai. Marina tem muito desejo de formar uma família com ele, mas não crê que ele

se preocupa com isso. Carlos não tem trabalho fixo, bebe muito e às vezes é violento.

Ficou claro pra mim, que ela era uma mãe amorosa e estava disposta a tudo para proteger seus filhos.

3 TRAJETÓRIA TERAPÊUTICA

Marina sempre foi assídua nos atendimentos. Via a terapia como algo que poderia melhorar sua vida e buscava respostas e soluções para muitos medos que a afligia.

Sempre resistente ao choro, disfarçava muitas vezes toda a sua dor com um sorriso. Perguntei-lhe muitas vezes porque não se dava o direito de chorar, porque segurar tanta dor? Nesses momentos ela desviava o olhar e não dizia nada.

Nos nossos primeiros encontros preferiu falar sobre sua infância. O que a impeliu a sair de casa em busca de uma vida de experiência desconhecida? Sofria maus tratos, passava necessidade?

Nunca falou da infância com saudade. Frequentou creche quando pequena e tem algumas recordações boas desse tempo, principalmente de como era gostosa a comida dali.

Um dia quando estava na creche o pai (que vivia em outra cidade) apareceu para visitá-la, achou que ele tinha vindo para ficar e sua decepção foi grande quando ele foi embora e ninguém lhe deu uma explicação. Passou dias esperando que ele voltasse, achava que ele podia tomar o lugar do seu padrasto. Seria muito melhor, ele era como sua mãe e ela, negros, o seu padrasto era branco, tão branco que chegava a ser rosa. A relação com ele não era boa, ele não a enxergava, era como

se não tivesse ninguém ali. Por que sua mãe concordava com aquilo? De repente veio a gravidez da mãe, aí então as coisas pioraram. Ficava horas encolhida num cantinho para ver se alguém sentia sua falta, chegava a dormir e nada; ninguém aparecia, aí lembrava do pai, ele tinha sido tão carinhoso quando apareceu na creche! Levou-lhe doces, muitos doces, lembrava até hoje o gosto de morango daqueles doces. Por que ele não aparecia novamente para tirá-la dali? Sentia falta de sua mãe, mas ela só pensava no bebê! Ela tinha que arranjar alguém que olhasse para ela, que cuidasse dela.

Muitas vezes foi deixada na casa de um tio, achava que por ocasião do nascimento da irmã. Não sabia dizer com precisão se foi ou não abusada sexualmente por esse tio, às vezes imaginava que era uma forma de carinho, não chegou a ser violentada. Ficava tudo muito nebuloso em sua cabeça.

Talvez suas escolhas de parceiros reflita a falta de critério e uma atração inconsciente ao tipo de atmosfera que ela tinha deixado para trás.

Em muitos encontros sua infância vinha a tona, nunca foi deixada para trás, sempre quis falar muito, às vezes repetindo os mesmos fatos. Nesses momentos, sempre procurava acolhê-los e dizia que seria bom para ela que colocasse todos os sentimentos que vinham para fora, fosse da maneira como ela quisesse, com choro, raiva ou mesmo através de um desenho ou uma pintura.

Apesar de não faltar aos encontros, Marina sempre se esquivava quando lhe sugeria alguma técnica terapêutica. A maior parte do nosso trabalho, nessa fase da terapia, processou-se por meio da escuta, confiando na sua verdade própria, sem interpretações, dando oportunidade para que ela evoluísse no tempo e medida dela própria.

Após algumas sessões perguntei-lhe se aceitaria usar alguns Florais de Saint Germain. O objetivo desses florais era prepará-la para enfrentar seus medos e

desafios. Mencionei que esses florais não mudam as situações da vida, apenas alteram nossas perspectivas, ajustam nossas atitudes e nos conduzem a adotarmos posturas positivas perante a vida.

Foram usados os seguintes:

Goiaba – traz grande força interna, tranqüilidade e equilíbrio;

Aloe – trabalha a auto-estima;

Embaúba – trabalha mágoas. Faz a limpeza dos sentimentos de angústia e ressentimento;

Gerânio – Para depressão, ansiedade e medos. Para os que têm dificuldade de ir pra frente;

Gloxínia – Para novos começos, nos ajuda a transpor obstáculos, sem medo de errar.

Observava a cada encontro que estava mais animada e disposta a lutar por uma vida melhor. Tirou os documentos que faltavam, inclusive a carteira de trabalho. Disse-lhe o quanto isso era importante, era sua inclusão na sociedade como cidadã, com todos os seus direitos, mas também com seus deveres.

Num período onde imaginava que as coisas estavam fluindo na vida de Marina, ela foi espancada pelo companheiro e senti que tudo se desmoronava para ela. Sua ansiedade e medo de outra agressão eram grandes.

Perguntei-lhe o que esperava desse homem, quais seus sentimentos agora em relação a ele? Mostrou-se cheia de ódio, e dizia que não merecia isso. Revelou-me que não foi a primeira vez e não estava disposta a passar por isso novamente.

Percebia sua fragilidade, emagreceu muito, tossia e suava bastante. Recomendei-lhe um médico de urgência, pois se notava que era grave. Depois de alguns exames foi constatada uma tuberculose.

Para Jung (apud Dahlke, 2001, p.25)

Um funcionamento inadequado da psique pode causar tremendos prejuízos ao corpo, da mesma forma que, inversamente, um sofrimento corporal consegue afetar a alma; pois alma e corpo não são separados, mas animados por uma mesma vida. Assim sendo é rara a doença de corpo que não seja de origem psíquica, que não tenha implicações na alma.

Levou o tratamento a sério, afastou-se para cuidar da saúde.

Sugeri que falássemos pelo telefone semanalmente, não queria perder o contato com ela. Era importante que alguém a apoiasse, a ouvisse, tivesse interesse pela sua vida, pela sua saúde.

Foram tempos difíceis, mas nunca deixou de telefonar e conversávamos bastante. Pedi que ficasse atenta aos seus sonhos e se possível os anotasse. Alguns deles foram levados para minha supervisão e ajudou muito no meu trabalho à distância.

Segundo Jung, a consciência é uma parte muito limitada da psique. Os sonhos tem a função de compensar essa limitação. Se a consciência vê só um lado da realidade, os sonhos vão nos permitir enxergar o outro lado.

O inconsciente é aquilo que não se conhece num determinado momento, e por isso não é de surpreender que o sonho venha acrescentar a situação psicológica do momento todos aqueles aspectos que são essenciais para um ponto de vista totalmente diferente (JUNG, CW, 8).

Após alguns meses de tratamento e já curada da tuberculose, Marina voltou aos atendimentos e trouxe o seguinte sonho:

“- Estou subindo uma escada, mas nunca dou conta de chegar ou já estou em cima e não dou conta de descer.”

No sonho, quando aparece o símbolo da escada pode significar o nosso caminhar na vida. Está implícito que ela tem desejos que quer atingir, mas, os meios que dispõe, ou os que está usando, não estão sendo eficazes e isso a faz se sentir incapaz ou inadequada, o que acaba criando um processo contínuo de frustração

pessoal. Diante de uma situação em que precise ser firme, fazer uma escolha, tomar uma providência, talvez se sinta impedida ou amedrontada.

Disse-lhe que era preciso acreditar mais na sua força interior, pois só valendo-se dela poderia atingir seus objetivos.

4 TÉCNICAS TERAPÊUTICAS

O terapeuta transpessoal tem a função de compreender o desenvolvimento do ser humano, reconhecer o outro, ou seja, favorecer o seu crescimento interior.

A abordagem transpessoal rompe com os limites da racionalidade e compreende que cuidar do ser humano em sua inteireza, “[...] não é apenas cuidar do seu corpo, mas respeitar sua alma (LELOUP, 2001, p. 15, apud FERREIRA et al. 2005, p. 52).

As técnicas transpessoais buscam construir uma ponte entre o inconsciente e o consciente, realizam a exploração do nosso mundo interno através da criação orientada, ou não, de imagens que facilitam a cura.

Quando recomeçamos os atendimentos, Marina estava disposta a participar das técnicas que eram usadas e isso facilitava muito. A questão com o ex-companheiro ainda a incomodava muito, estava disposta a manter seu propósito de não aceitá-lo de volta.

Numa sessão onde percebi muita fragilidade e baixa auto-estima, fizemos a técnica de auto-validação. Esta técnica teve grande efeito sobre Marina. Pedi que fechasse os olhos, relaxasse e respirasse como sempre lhe pedia, devagar e sem pressa através do controle da respiração, prendendo e soltando bem devagar ia percebendo sensação de alívio, no final pedi que repetisse palavras de validação

com voz alta e firme: sou saudável, não tenho medo da vida, sou vencedora, estou pronta para os desafios.

Palavras ditas em volume alto, tem o poder de abrir a consciência para a auto aceitação, fortifica o Eu Superior e eleva sua auto estima. O paciente introduz o que deseja e isso faz grande diferença em seu emocional.

Disse-lhe como é difícil confrontar os medos, os problemas diários, mas o confronto é necessário, exige trabalho, disciplina, pois nosso ego só permite vir à tona aquilo que suportamos e o que estejamos preparados para ser confrontados.

Muitas coisas foram lembradas e percebi que estava preparada para aceitar alguns fatos de sua história. Enfatizei como tensões emocionais prolongadas comprometem o sistema imunológico, aumentando o risco de doenças reais, isso tinha acontecido com ela.

Novamente recorreremos aos Florais de Saint Germain. Porém, nessa fase utilizamos os seguintes:

Melissa – trabalha a energia da alegria, da felicidade;

Laurus Nobilis – atua purificando e removendo os medos;

Lírio da Paz – equilibra todos os chakras;

Vitória – trabalha a autenticidade, aos que carregam os sentimentos de inferioridade, inadequação e auto anulação.

Pectus – para os que vivenciam relacionamentos humilhantes e inaceitáveis e não conseguem se desvencilhar.

Observei a partir dos novos encontros que o seu medo de enfrentar as dificuldades diminuía, fazia planos para o futuro, procurava um emprego que lhe desse maior estabilidade.

Uma técnica usada com resposta satisfatória foi a Linha da Vida.

Pedi que traçasse uma linha numa cartolina e fosse construindo sua história de vida a partir dos anos, meses ou semanas, como preferisse. Isso poderia ser feito com desenhos, escrevendo frases ou só com palavras. Começou pelo ano que chegou aqui e ela escreveu as seguintes palavras: sofrimento e decepção. Em seguida, colocou o ano do nascimento dos filhos e desenhou duas crianças e as palavras “amor e proteção”. Saltou para o ano de 2008, quando começou a terapia e escreveu: mudança, transformação, doença e desenhou uma casa e um grande sol.

Finalmente colocou o ano de 2009. Escreveu que respirou aliviada, estava curada da tuberculose, disse que a doença ensinou-lhe muitas coisas, inclusive a ser tolerante com o sofrimento. Daqui pra frente seria mais cuidadosa com seu corpo, com sua saúde, a vida estava lhe dando oportunidade para mudar.

Lembrei-lhe que sofrimentos existem, são normais, mas não precisamos mantê-los, é normal querer eliminá-los. Precisamos reconhecer os sentimentos positivos que podem servir como suporte nos momentos difíceis da vida. Todos nós temos uma grande força interior é só acreditar nela e abriremos mão de sentimentos que já não fazem mais sentido a nossa vida.

As mudanças eram visíveis nas suas atitudes, no seu visual, suas roupas eram mais coloridas, soltou o cabelo, ganhou peso, sua aparência era saudável. A questão do relacionamento com o ex-companheiro ainda a incomodava, ele sempre a procurava, mas ela estava firme na sua decisão de não aceitá-lo de volta.

As técnicas com desenho nessa fase ganharam cores vivas e extravagantes. Seu último desenho foi uma linda flor com muitas pétalas, que associei a uma flor de lótus. A imagem da flor de lótus simboliza elevação e expansão espiritual. Ela emerge de águas lodosas para a superfície e quando desabrocha mostra toda sua beleza e força. É como a mente se desdobrando para atingir a perfeita felicidade e sabedoria.

Pude perceber que apesar das dificuldades, ela parecia ter adquirido pela experiência e pelo sofrimento, uma força dentro de si mesma que vejo como masculina (animus), ou seja, a força de afirmar suas escolhas, fazer planos realistas, desvincular-se do companheiro, procurar experiências benéficas e pensar em todos os seus aspectos em vez de deixar-se levar apenas pelos desejos do coração.

5 CONCLUSÃO

Através do meu trabalho com Marina pude concluir que a Psicologia Transpessoal é uma abordagem de transformação. É o processo de despertar de uma identidade inferior para uma superior (não no sentido valorativo) e que essa relação terapêutica é também um processo de despertar para o terapeuta.

Após um ano de atendimento nossos encontros foram suspensos, ficou difícil conciliar com seu novo trabalho. Sugeri que se caso sentisse necessidade de um retorno, poderíamos flexibilizar os horários. Disse-me que sua maior vitória foi ter se curado da doença, pois pensou muito na morte e teve muito medo de deixar os filhos. Eles agora estão com orientação psicológica. Fui informada pelas suas professoras que seus desempenhos melhoraram e estão menos agressivos e ansiosos.

Marina já está com emprego fixo e pôde se mudar para um lugar onde se acomodaria melhor com os filhos.

No nosso último encontro, preferiu falar sobre a viagem que faria para visitar sua mãe. E estava visivelmente preocupada, pois não sabia como seria o encontro.

Claro que muitas coisas ainda a afligem, é normal. Expliquei-lhe que a humanidade está vivendo um momento de grande caos, vivemos amedrontados e

intimidados. Paralelamente um grande anseio de espiritualidade invade nossa alma. Uma necessidade de superação e de transcendência às vezes nos impele para o escape através das drogas e outros desvios. As primeiras frustram essa busca e deixam um saldo negativo na saúde, e a segunda escapatória nem sempre atende aos nossos desejos mais profundos. É necessário exercitar nosso campo emocional, desbloquear nossa energia amorosa, transmutando nossos sentimentos, abrindo nosso coração, pois é o AMOR a única via direta de acesso a nossa dimensão espiritual.

BIBLIOGRAFIA

DAHLKE, Rudiger. **A doença como símbolo: pequena enciclopédia psicossomática – sintomas, significados, tratamento e remiss.** 2. ed. Cultrix: São Paulo, 2001.

FERREIRA, Aurino Lima; BRANDÃO, Eliége Cavalcanti; MENEZES, Salete. **Psicologia e psicoterapia transpessoal: caminhos de transformação.** Comunigraf: Recife, 2005.

JUNG, Carl Gustav. **Memória, sonhos e reflexões.** Nova Fronteira: Rio de Janeiro, 1984.

