

**FACULDADE DE TECNOLOGIA JK**  
**UNIÃO NACIONAL DOS ANALISTAS TRANSACIONAIS**

**PÓS-GRADUAÇÃO EM ANÁLISE TRANSACIONAL**

**EXISTENCIALISMO, FENOMENOLOGIA E HUMANISMO NA  
CONSTRUÇÃO DOS PRINCÍPIOS FILOSÓFICOS E EPISTÊMICOS DA  
TEORIA DA ANÁLISE TRANSACIONAL**

**MARÍLIA MÁRCIA PEREIRA**

Brasília  
2012

MARÍLIA MÁRCIA PEREIRA

**EXISTENCIALISMO, FENOMENOLOGIA E HUMANISMO NA  
CONSTRUÇÃO DOS PRINCÍPIOS FILOSÓFICOS E EPISTÊMICOS DA  
TEORIA DA ANÁLISE TRANSACIONAL**

Artigo de conclusão do curso apresentado à Faculdade de Tecnologia Paulo Freire e à União Nacional dos Analistas Transacionais, como requisito parcial do curso de Pós-Graduação em Análise Transacional e Competência nas Relações, para obtenção do título de Especialista em Análise Transacional

Orientador: Profa. Ms Miriam Cibeiros

Brasília  
2012

EXISTENCIALISMO, FENOMENOLOGIA E HUMANISMO NA  
CONSTRUÇÃO DOS PRINCÍPIOS FILOSÓFICOS E EPISTÊMICOS DA  
TEORIA DA ANÁLISE TRANSACIONAL

Marília Pereira  
[marilialibrare@gmail.com](mailto:marilialibrare@gmail.com)

**RESUMO:** O presente trabalho tem como proposta realizar um estudo sobre os princípios filosóficos e epistêmicos da Análise Transacional – AT, perpassando pela fenomenologia, existencialismo, humanismo (base da psicologia humanista) e, finalmente, pelas raízes da teoria da AT. A partir de uma revisão exploratória, pretende-se fornecer conteúdo teórico e metodológico aos estudantes e analistas transacionais para melhor compreensão a respeito das possíveis influências filosóficas que deram sustentação ao pensamento de Eric Berne na construção da teoria da AT. Nessa perspectiva, realizou-se uma discussão sobre a fundamentação filosófica das escolas citadas e buscou-se estabelecer a respectiva correlação com os princípios filosóficos, pressupostos teóricos, metodologia e lemas terapêuticos da AT, além de identificar as bases filosóficas e epistêmicas dos conceitos estruturais da teoria de Berne, principalmente *Script* e Autonomia.

**Palavras-chave:** Análise Transacional, Fenomenologia, Existencialismo, Epistemologia, *Script*, Autonomia.

**ABSTRACT:** This paper aims to conduct a study on the philosophical and epistemological principles of Transactional Analysis - TA, passing through phenomenology, existentialism, humanism (which is the base of humanistic psychology), and finally, the roots of the theory of TA. From an exploratory review, it aims to provide theoretical and methodological content to students and transactional analysts to better understanding about the possible philosophical influences that gave support to the thought of Eric Berne in the construction of the theory of TA. From this perspective, there was a discussion of the philosophical foundation of the schools mentioned and sought to establish their correlation with the philosophical principles, theoretical assumptions, methodology and TA's therapeutic slogans and identify the philosophical and epistemological concepts of structural theory of Berne, mainly *Script* and Autonomy.

**Keywords:** Transactional Analysis, Phenomenology, Existentialism, Epistemology, *Script*, Autonomy.



## Introdução

Para o estudo da Análise Transacional – AT como corpo teórico e prática clínica, faz-se necessário compreender as raízes epistêmicas que sustentam esta abordagem, já que a maioria dos analistas transacionais encontra dificuldade em classificar a própria teoria. Esta situação, de acordo com Novellino (2004), tem contribuído para o insucesso no desenvolvimento de uma identidade clara e de credibilidade profissional da AT como método psicoterapêutico, mesmo sendo amplamente praticada.

O autor refere-se à AT ao mesmo tempo como uma abordagem psicanalista, humanista e integrativa, mostrando uma incerteza epistêmica. Argumenta ainda, que o objetivo de Eric Berne, ao criar a AT, era desenvolver e levar adiante a psicanálise de forma fenomenológica, o que foi modificando-se aos poucos à medida que o corpo de técnicas foi ampliando-se.

Novellino (2004) reivindica uma análise crítica da história de como a AT evoluiu desde a morte de Berne, o que resultou em uma espécie de diluição da identidade da AT original e uma falta desconcertante de reconhecimento da teoria de Berne por outras escolas tradicionais de psicoterapia, como a própria psicanálise, terapia sistêmica e cognitiva. Crema (1984) sugeriu uma urgente reflexão a respeito do fazer psicoterapêutico do analista transacional, apontando essas mesmas questões em relação à prática de uma AT de “receita” para aplicação universal.

Na visão de Novellino (2004), Berne criou a AT em busca de uma tentativa de desenvolver uma fenomenologia sistemática com o objetivo de preencher uma lacuna na teoria social, já que Freud havia se afastado dos problemas fenomenológicos, estando preso a uma visão médico-mecanicista comum no seu século. Diante desta visão de Freud, o que Berne propôs foi um avanço na psicanálise.

Schlegel (1988) considera que a AT como método psicoterapêutico está apoiada em: teoria da personalidade, baseada no modelo de três Estados do Ego; teoria da ação social, construída sob o modelo de Transações; teoria de Jogos Psicológicos; e teoria de *Script* de Vida. Ele ainda descreve a AT como a combinação criativa da Psicoterapia Cognitiva com a Psicoterapia de Orientação

Psicodinâmica, enriquecida por aspectos da terapia da comunicação, a qual se destina a ensinar as pessoas a comunicarem-se construtivamente, sem as distorções dos Jogos Psicológicos.

Esse autor conclui, descrevendo a AT não como método eclético, mas como psicoterapia "inclusiva", que enfatiza a importância do contrato terapêutico e das decisões conscientes como aspectos contidos no processo de mudança, incluindo nessa dinâmica, responsabilidade do paciente pelo seu processo.

Para Passos (2011), a AT está na abordagem da psicologia do *self* e das relações interpessoais, mas suas práticas psicoterápicas foram levadas à academia com o objetivo de adquirir legitimidade, mesmo não tendo nascido neste *setting*.

Na literatura da AT dos autores brasileiros que colaboraram para o avanço da teoria, encontram-se basicamente Crema (1985) e Cohen (s/d), que fazem referência à presença de alguns antecedentes fenomenológico-existencial-humanistas nos alicerces da AT.

Na revisão exploratória realizada, foi possível observar a existência de conteúdo fenomenológico-existencial-humanista nos conceitos de Oqueidade, *Scripts* e Autonomia, o cerne da teoria berniana, além dos princípios filosóficos e lemas terapêuticos propostos por Berne.

Berne, em algumas de suas obras (1974, 1976, 1988), cita o filósofo Sören Kierkegaard, ao falar da necessidade de estruturar o tempo, exprimindo a busca por evitar o tédio, e Fritz Perls, sobre os diálogos dentro da cabeça que foram trazidos à luz pelo criador da Terapia da Gestalt, além dos clássicos psicanalistas Federn (1952), Weiss (1950), Erikson (1964) e Freud, citados em seus livros e textos e dos trabalhos de Penfield (1952; 1954), Spitz (1945) e Levine (1960), autores que são amplamente estudados pelos analistas transacionais com conhecida influência sobre Eric Berne na teoria da AT.

Diante dessa multiplicidade de entendimentos, o presente artigo pretende, a partir de uma pesquisa exploratória, oferecer conteúdo teórico que forneça aos analistas transacionais e aos estudantes dessa abordagem uma compreensão sobre as possíveis influências filosóficas do pensamento de Eric Berne.



Nessa perspectiva, buscou-se fazer uma correlação dessas bases filosóficas com a teoria de AT, no que diz respeito aos princípios filosóficos, pressupostos teóricos e postura terapêutica e ainda identificar a epistemologia dos principais conceitos dessa teoria, como: Oqueidade, *Scripts* de vida e Autonomia.

### **O Humanismo e a Psicologia Humanista**

Humanismo é um termo relativo ao movimento surgido na Europa, mais precisamente na Itália com os filósofos renascentistas, que propõem o antropocentrismo. Esse movimento coloca o homem como o centro de todas as coisas existentes no universo (GREENING, 1975).

Trata-se de uma filosofia moral que se caracterizou como movimento de liberdade de pensamento e atribui importância às aspirações e capacidades humanas, particularmente a racionalidade. De acordo com Crema (1985), o significado filosófico essencial destaca-se pela contraposição ao apelo ao sobrenatural ou a uma autoridade superior, rompendo com a obscuridade imposta pelos filósofos doutrinadores da igreja e com a simbiose religião-ciência. Nessa perspectiva, o homem passa a ser o centro do pensamento filosófico.

Greening (1975) ressalta que Francesco Petrarca é considerado o "pai do Humanismo". De formação religiosa e devoto cristão, não via conflitos entre a realização do potencial humano e a fé religiosa. Era um homem introspectivo, o que fez com que grande parte da forma do nascente movimento humanista expressasse muitos de seus conflitos internos e meditações, que foram sumamente recebidos e rebatidos pelos filósofos humanistas renascentistas. Petrarca lutou, por exemplo, com a própria relação entre a vida ativa e a vida contemplativa. Teve tendência a enfatizar a importância da solidão e do estudo, o que pode ser observado em seus poemas sobre o amor não correspondido por Laura.

Poeta e humanista, Petrarca acreditava no imenso valor prático e moral do estudo da História e da Literatura Antiga, isto é, o estudo do pensamento e da ação humana. Essa crença no poder criativo e na liberdade essencial do homem são valores de dignidade individual, liberdade interior e potencial criativo, precursores do movimento humanista e da psicologia humanista atual. A abordagem da psicologia

humanista está alicerçada na crença do potencial criativo de saúde e também na *vocação para a vida* do ser humano (CREMA, 1985).

Verifica-se aqui um diálogo entre os pensamentos de Petrarca e Berne, pois a teoria da AT revela essa crença no potencial criativo e na liberdade que o indivíduo possui para crescer em direção à saúde.

### **A Fenomenologia**

O movimento fenomenológico nasceu da preocupação de seu mais conhecido iniciador, Edmund Husserl (1859-1938), em fundamentar de forma rigorosa o conhecimento. É uma filosofia e um método que tem como precursor Frans Brentano (1838-1917), mas foi Edmund Husserl quem formulou as linhas e desenvolveu as principais ideias dessa abordagem do real (EWALD, 2008).

Ainda em Ewald (2008), Husserl traz de Brentano a distinção entre fenômenos psíquicos e físicos, sendo que os primeiros comportam uma *intencionalidade*. Esses fenômenos podem ser percebidos e o modo de percepção original que se tem deles, constitui o conhecimento fundamental. O primeiro esforço do movimento filosófico de Husserl foi a crítica ao positivismo, em que faz distinção entre a necessidade de explicar a natureza e compreender a vida psíquica. A crítica é dirigida ao naturalismo positivista, que tenta aplicar métodos das Ciências Naturais, a explicação indutiva e experimentação também na compreensão da vida psíquica, buscando uma explicação das atividades humanas no pensamento causal.

Husserl (1965) acreditava ser possível uma filosofia como ciência de rigor e que o ponto de partida deveria ser o retorno às coisas mesmas. Considerava que não era da filosofia que deveria partir o impulso da investigação, mas das coisas e dos problemas.

Em termos etimológicos, *phainomenon* significa "o que aparece", "o que aparecer", ou "aparência". De acordo com o analista transacional Crema (1985), a fenomenologia aborda os objetos do conhecimento tal como aparecem, ou seja, como se apresentam à consciência, a "realidade em si".

A recomendação de Husserl é que se tomem os fenômenos como ponto de partida, pois se o fenômeno é aquilo que aparece, que é manifesto e a consciência é



sempre consciência intencional, então é sempre consciência de alguma coisa. E aqui temos o “princípio de todos os princípios”: tudo o que é fornecido originalmente pela intuição, deve ser tomado tal como se dá apenas dentro dos limites nos quais se dá.

Essa perspectiva conduz Husserl à redução fenomenológica, isto é, pôr em suspensão os pré-juízos e, pré-conceitos para chegar às possibilidades das coisas. E, então, abordar os objetos do conhecimento tais como eles aparecem, isto é, tais como se apresentam imediatamente à consciência, o que implicaria deixar de lado, “colocar entre parênteses”, toda e qualquer pressuposição sobre a natureza das coisas. (HEIDEGGER, 2000).

A redução fenomenológica faz o mundo surgir como fenômeno e é a consciência intencional que apreende o fenômeno nas suas possibilidades. A vivência imediata da emoção, que é tomada como ato intencional e visa um objeto, é adotada por Husserl como ponto de partida para discussão do conhecimento. O psiquismo não é aparência empírica, mas a vivência averiguada na reflexão. A atividade psíquica é atividade intencional e, portanto, reveladora de objetos: um mesmo objeto pode ser percebido por uma multiplicidade de vivências distintas.

A consciência, desta maneira, é condição básica para o conhecimento. Conhecer é um processo de exploração, tendo a consciência como fonte de intencionalidades não só intelectuais, mas afetivas e práticas. O olhar do homem sobre o mundo é o ato como experiencia esse mundo, nas percepções, julgamentos e relações.

A partir dessa ideia, Heidegger (2012) mostra a especificidade do ser do homem, que é a *existência*. Se o homem é lançado no mundo de maneira passiva, pode tomar a decisão de descobrir o sentido de sua própria existência e dirigir suas ações nas diversas direções. Nesse processo, chamado de *transcendência*, o homem tenta compreender seu ser. Dando sentido ao passado e direcionando seu futuro, ele descobre sua temporalidade. Ao realizar esse processo, supera a facticidade e atinge o estágio superior: a *Existenz*.

## O Existencialismo



"A vida só pode ser compreendida olhando-se para trás e só pode ser vivida olhando-se para frente".

S. A. Kierkegaard.

Para Kierkegaard, o existencialismo é a expressão da experiência singular, individual, pois a existência é a tensão entre o que o homem é e o que ele não é. O pensamento de Søren Aabye Kierkegaard, pensador e teólogo dinamarquês, nasce dessa tensão e vem marcar o primeiro momento da história do existencialismo.

De acordo com Ewald (2008), para Kierkegaard, não importa nem interessa falar sobre o sofrimento e sim sobre o sofrimento de alguém em particular. Por mais que se possa dizer ou pensar sobre o sofrimento, ele escapa ao saber, pois é sofrido em si e para si mesmo e o saber permanece incapaz de transformá-lo.

Ao se falar em existencialismo, o que primeiro se acentua é a palavra "existência". Esta implica uma contraposição expressa na palavra "essência", a contraposição direta ao verbo "ser". A palavra "existência" está ligada ao termo *existere*, que significa sair, sair de um domínio, de uma casa, de um esconderijo; nesse sentido, é, portanto, um movimento para fora e por extensão, é mostrar-se. Ewald (2008) refere que o sentido de *ek-stase*, dado por Aristóteles, evidencia que a mudança é existência, é saída de um estado para outro.

De acordo com Pereira (2008), o estudo das coisas nelas e por elas mesmas, na sua manifestação concreta, tais como aparecem no mundo, também está presente no existencialismo sartriano.

"A existência precede a essência" (Sartre, 1987). Essa frase fundamental do existencialismo, mostra que é a existência que faz com que uma coisa seja como ela é e não outra coisa.

A diferença entre o homem e as coisas é que este é livre, já que ele é o projeto de si mesmo. E, sendo consciente, é um "ser-para-si", pois a consciência é autorreflexiva. Ao se perceber "para-si", aberto à construção dele próprio e a sua existência e sendo, de acordo com Sartre (1987), "condenado a ser livre", experimenta a angústia da escolha.

A posição de Sartre (1987), ao afirmar que a existência precede a essência, significa:

Que o homem primeiramente existe, se descobre, surge no mundo; e só depois se define. O homem, tal como concebe o existencialista, se não é definível, é porque primeiramente não é nada. Só depois será alguma coisa e tal como a si próprio se fizer. (...) O homem é, não apenas como ele se concebe, mas como ele quer que seja, como ele se concebe após a existência.... (p. 242).

De acordo com esse raciocínio, o homem é responsável por aquilo que é. O primeiro esforço do existencialista é: colocar o homem como centro e domínio que ele é e lhe atribuir a responsabilidade pela sua existência e por si. Então, se o homem é responsável por si próprio, experimenta a *angústia da escolha*.

Esse movimento de responsabilizar-se conduz à ação transformadora do homem, a partir da consciência de sua existência, e o transforma em ser atuante e não mero expectador passivo dos acontecimentos no mundo. Essa ação é a liberdade. Sendo livre, como consequência, é responsável por tudo o que escolhe e faz.

A liberdade só possui sentido na capacidade de impor modificação, ou seja, na ação. A *transcendência* é a ação em que o homem executa o movimento de ultrapassar a si mesmo na sua dimensão de liberdade.

### **Ansiedade e Angústia em Kierkegaard**

Para Kierkegaard, ansiedade e angústia é medo fora de foco e disperso. Ele utiliza o exemplo de um homem na beira de um precipício. Quando olha para baixo, experimenta um medo focado de cair, mas, ao mesmo tempo, o homem sente um grande impulso de se atirar intencionalmente para o precipício. Essa experiência de dupla sensação é a ansiedade devido à completa liberdade para escolher saltar ou não saltar. O mero fato de alguém ter a possibilidade e liberdade de fazer algo, mesmo as mais aterrorizantes possibilidades, dispara um imenso sentimento de angústia. Kierkegaard denomina este sentimento de "vertigem de liberdade".

Kierkegaard (2011) menciona, ainda, que a angústia é um modo de a humanidade ganhar salvação, pois informa o homem das possibilidades de escolha,



do autoconhecimento e da responsabilidade pessoal, levando-o de um estado de imediatismo não autoconsciente a uma reflexão autoconsciente. Um indivíduo torna-se verdadeiramente consciente do seu potencial por meio da experiência de ansiedade e angústia. Assim, a angústia pode ser uma oportunidade para a estagnação, mas pode também ser o caminho para o reconhecimento ou realização da identidade e liberdades de cada um.

O existencialismo é uma moral da ação, pois considera que a única coisa que define o homem é sua ação no mundo, ato livre por excelência, mesmo que este esteja colocado em um determinado tempo ou espaço. "Não importa o que as circunstâncias fazem do homem, mas o que ele faz do que fizeram dele". (SARTRE, apud ARANHA E MARTINS, 1992, p.330).

## **Discussão**

### **Análise Transacional, Fenomenologia e Psicologia Humanista**

Da fenomenologia, Berne herda sua capacidade de observação e descrição no lugar de estabelecer rótulos, pois aborda os objetos da situação tais como eles aparecem ou como se apresentam à consciência. Como na fenomenologia, Berne tem a preocupação de descrever a realidade e encontrar o que realmente está presente na experiência, já que a fenomenologia é uma filosofia da vivência. A própria definição de Estados do Ego é uma descrição fenomenológica e leva ao que Berne chamou de "pensamento ou ponto de vista marciano" – "quadro mental o mais ingênuo possível para observar os acontecimentos terrenos", (Berne, 1988, p.356) ou, ainda, observação e descrição ingênua e óbvia dos fenômenos, livre de pressupostos e de transformações (CREMA, 1985).

Quando Eric Berne (2008) apresenta os estudos sobre intuição, está, na verdade, mostrando aos leitores de sua teoria os estudos e dados surgidos na consciência da percepção que ele teve dos eventos. Ele se refere à maneira de intuir as essências da coisa intuída, já que a fenomenologia não se destina à explicação do mundo e das coisas, mas a colocar o homem na direção da atenção de sua consciência. Essa noção fica bastante expressiva nos seus artigos sobre "Intuição e



Estados do Ego", ao realizar o exame dos soldados em um centro de triagem do exército americano, no final de 1945:

Para entender a intuição, parece necessário evitar a crença de que, para conhecer alguma coisa, o indivíduo precisa ser capaz de traduzir em palavras o que ele sabe e como ele sabe isso... O verdadeiro conhecimento é saber como agir, em vez de saber usar palavras (BERNE, 2008, p.30).

Berne (2008) afirma, ainda, que aprendemos mais e verdadeiramente na vida cotidiana com a intuição do que pela observação verbalizada e lógica. Portanto, há um momento para métodos científicos e um para a intuição, pois o primeiro traz mais a certeza e o segundo fornece outras muitas possibilidades. A aliança dos dois métodos é a base para o pensamento criativo.

Quando Berne (2008) realiza, além dos exames clínicos, diagnósticos com os soldados no serviço militar, estabelecendo as diversas categorias, está utilizando um processo de observação fenomenológica livre de pressupostos a respeito desses indivíduos, a partir da possibilidade de observar a personalidade sem a intervenção de filtros.

A diagnose dos Estados do Ego é realizada a partir da observação fenomenológica, pois, durante uma única sessão de terapia, é possível identificar os quatro diagnósticos:

1) O Comportamental revela o Estado do Ego por meio das expressões corporais, faciais e tom de voz. O paciente diz em tom de voz meloso ao psicoterapeuta: "Será que você pode me explicar por que não consigo colocar limites no meu filho"? (Estado do Ego Criança).

2) O Social é observado se o psicoterapeuta responde de maneira parental.

3) No Histórico, o indivíduo identifica a figura parental que lhe forneceu aquele comportamento infantil, por exemplo.

4) O Fenomológico é observado pela experiência revivida pelo paciente de alguma situação da época em que assimilou o Estado do Ego.

A diagnose dos Estados do Ego, ancorada na fenomenologia, auxilia e direciona o analista transacional durante todo o processo terapêutico.

Berne (1988) considera, em alguns pressupostos da AT, a essência saudável

– OK do indivíduo na sua metáfora do "Príncipe ou Princesa", presente no

nascimento, e que é enfeitado de acordo com o processo de socialização, transformando-se em sapo ou rã infeliz. Porém, seu potencial saudável e de realeza permanece, apenas aguardando uma abordagem adequada para despertá-lo.

Esse é um pressuposto humanista (Hamachek, 1978), uma atitude de confiança na natureza humana e sua vocação para a saúde. Desde que haja um terreno fértil, nutrição, amor, confiança e aceitação, o indivíduo assume naturalmente sua posição "Eu sou OK; você é OK", o que significa *ter fé* em si e nos outros.

Esse pressuposto é observado no processo psicoterapêutico, inclusive quando são utilizadas as Oito Operações Terapêuticas e a Transação da Permissão (Berne, 1965, 1988), com a Potência e Proteção. Com essas intervenções, trabalha-se a descontaminação do Estado do Ego Adulto e abre espaço para que a pessoa possa decidir abandonar as proibições do *Script*. A Confrontação, por exemplo, é bastante utilizada como maneira de lidar com os Jogos Psicológicos. Portanto, após a Confrontação, o psicoterapeuta, muitas vezes, necessita fornecer Permissão e Proteção ao Estado do Ego Criança para as novas decisões.

Utilizando essas técnicas básicas, o psicoterapeuta realiza uma de suas tarefas principais na psicoterapia: remover as obstruções para que a pessoa possa dar voz a sua natureza saudável.

### **A Análise Transacional e o Existencialismo**

Para os existencialistas, a filosofia e a psicologia têm em comum considerar a existência humana, sua condição trágica e o desespero refletido nas experiências que constituirão a essência do homem, que, por sua vez, requer *escolha e decisão*. Sartre afirma que é trágico e absurdo o fato das escolhas e decisões do homem ocorrerem sem conhecimento adequado de suas consequências para si e para os outros, além da tomada precoce de decisões básicas que afetarão a vida do indivíduo, quando ainda não possui dados suficientes sobre a realidade e nem discernimento (CREMA, 1985).

Nesse sentido, Berne coincide com os existencialistas ao postular que o destino humano, ou melhor, seu *Script* é produto de suas escolhas infantis, porém



realizadas pela necessidade da criança de adaptação ao ambiente. O tom de tragicidade ou mesmo de comédia dessas escolhas e decisões é que são tomadas por uma criança com idade pré-escolar, que tem conhecimento limitado do mundo, sem um Adulto suficientemente desenvolvido para fazer opções e escolhas (BERNE, 1988).

De acordo com Sartre (1987), o homem é sua própria escolha, um projeto que vive subjetivamente e totalmente responsável por si mesmo. Nessa direção, o modelo decisional da AT também é existencialista, considerando que a doença é um desdobramento de decisões vitais tomadas precocemente na infância. Essas decisões, por mais negativas que sejam, são tomadas por uma necessidade do pequeno indivíduo de adaptação ao meio. Com esse modelo decisional da psicopatologia e demonstrando que, pressionada pelo contexto disfuncional, a pessoa decide pela não okeidade (Eu não estou OK), portanto, diante de um ambiente nutritivo que promove a saúde, ela pode *redecidir* estar OK, ou melhor, realizar a superação das decisões restritivas de sobrevivência.

A afirmação de Sartre está muito mais no sentido de que o homem é *nada* ao nascer e vai se construindo na medida em que existe, levando-se sempre em conta o poder de decidir e assumir responsabilidade por suas escolhas. Porém, muitas vezes, o homem prefere não escolher para evitar a angústia presente nessa atitude, que pode levá-lo à degradação e à despersonalização. Nesse sentido, talvez não sejam também tão diferentes os pensamentos dos dois teóricos, pois Berne considera a posição existencial OK/OK presente no nascimento, mas também concorda com Sartre ao considerar que, à medida que o indivíduo vai crescendo e se socializando, ou seja, existindo no mundo, é levado a fazer escolhas devido à necessidade de adaptação a cada nova situação ou à realidade. Nessa situação, o indivíduo acaba tornando-se um sapo ou rã infeliz, momento em que realiza as decisões do *Script*. Nesse aspecto, Berne é mais existencialista ao fornecer um modelo decisional à teoria.

Os conceitos de liberdade de escolha e responsabilidade estão contidos na teoria da Análise Transacional. Essa visão aponta para o que Berne (1965) chamou de "Cura-te Primeiro, Analisa-te Depois" ou "preparando o paciente para que a cura



se dê hoje". A responsabilidade é do indivíduo em escolher por entender suas dificuldades e assumir a responsabilidade por resolvê-las ou continuar apenas falando delas e se justificando por não conseguir atingir seus objetivos de vida. É importante lembrar que é função primeira do psicoterapeuta auxiliar o paciente em seu processo de recuperação da Autonomia, e, nesse contexto, saber realizar o acolhimento e estabelecer ambiente nutritivo necessários para que ele tome posse de sua liberdade e responsabilidade para fazer novas decisões em relação às suas dificuldades.

Este aspecto se relaciona ao que Berne relata em sua última aparição em público (Steiner, 1976), quando os psicoterapeutas escapam de fazer o que é necessário para que a mudança efetivamente ocorra, utilizando a falácia sobre os distúrbios que envolvem toda a personalidade. Objetivamente, falar o quanto toda a personalidade e o corpo do indivíduo estão envolvidos nos distúrbios emocionais e o consequente sofrimento psíquico lhe oferece informações, mas o mantém incapaz de transformá-los.

É possível verificar no processo terapêutico como o sofrimento é idiossincrático em cada paciente e a maneira como este vai ressignificá-lo, considerando a individualidade e subjetividade.

Berne (1995 e 1976) revela em seu discurso um aspecto existencialista ou, mais precisamente, Kierkegaardiano significativo ao comentar sobre a necessidade de estruturação do tempo em suas formas de ação social, tendo como objetivo evitar o tédio do tempo não estruturado. Acrescenta que Kierkegaard apontou os males da fome de estrutura e, se prolongado o tédio, torna-se sinônimo de inanição emocional, podendo ter consequências semelhantes às da inanição biológica. Na tentativa de evitar tal situação, o indivíduo pode criar incidente como forma de suprir a fome de estrutura.

### **Conceito de Autonomia, Bases Epistêmicas e Princípios Filosóficos da AT**

Dito isso e retomando que o objetivo primeiro da psicoterapia em Análise Transacional é devolver ao indivíduo o poder de dirigir a própria vida, este ato reside na possibilidade de crescimento rumo à Autonomia (BERNE, 1995).

A obtenção de Autonomia é manifestada pela liberação ou recuperação de três capacidades fundamentais ao empoderamento do indivíduo, que são: consciência, espontaneidade e intimidade. Ainda em Berne:

Consciência significa a capacidade de ver um bule de café e ouvir o canto dos pássaros de uma maneira própria, e não do modo como se foi obrigado. (...) O garotinho vê e ouve os pássaros com deleite. Vem então o pai e muito naturalmente acha que deve ajudar seu filho a 'progredir'. Diz ele: 'este aqui é um tico-tico; aquele é um pardal'. Quando o garotinho passa a se preocupar em saber qual é o tico-tico e qual é o pardal, já não pode mais ver ou ouvir pássaros como antes. Tem que vê-los e ouvi-los do jeito que o pai quer. (BERNE, 1995, p.155).

Para Berne (1995), a descrição de consciência dessa forma requer a vida no aqui e agora e não em qualquer outro lugar do passado ou do futuro. A pessoa consciente está viva porque sabe o que pensa e quer, o que sente e onde está no momento em que vive. Ou seja, escolhe ver e ouvir os pássaros à sua maneira e não como os padrões lhe ensinaram.

A **Espontaneidade** significa a liberdade de escolher e optar por expressar os sentimentos nas possibilidades que cada indivíduo possui disponível nos Estados do Ego Pai, Adulto e Criança e não apenas aqueles sentimentos que aprendeu e obteve permissão para expressar (BERNE, 1995).

**Intimidade** é um relacionamento cândido, livre de Jogos ou exploração oculta, de dar e receber sem explorações de uma pessoa consciente, liberando a Criança perceptiva em toda sua ingenuidade, se expressando no aqui e agora, com reciprocidade da expressão emocional (BERNE, 1965, 1988, 1995).

Contudo, quando as crianças nascem, os pais as ensinam a como se comportar, pensar, sentir e ver o mundo. Essa programação e influências são necessárias à sobrevivência biológica e social. Mas não se pode deixar de considerar que todo indivíduo inicia a vida com potencialidade para desenvolver capacidade de consciência, espontaneidade e intimidade. Consequentemente, possui capacidade de decidir quais ensinamentos dos pais vai aceitar e levar pela vida afora. Em um dado momento, o indivíduo decide como se adaptará a essas influências e, considerando que tal adaptação tem como origem decisões tomadas na infância, significa que podem ser modificadas na busca de atingir a Autonomia.



O próprio conceito de Autonomia traz em si a coragem de assumir responsabilidade pelas decisões, que significa a habilidade de responder, isto é, pensar, sentir e agir. Esse conceito se relaciona à liberdade e à responsabilidade do existencialismo. O homem deixa de seguir seu *Script* para realizar uma vida autodirigida, guiada apenas pelo seu mestre interior.

É também tarefa do psicoterapeuta realizar a facilitação para que a pessoa encontre esse mestre interno sem, portanto, esquecer que o indivíduo é o principal agente de sua "cura". O psicoterapeuta não cura ninguém, simplesmente utiliza seu conhecimento terapeuticamente para a natureza realizar seu trabalho. Quando e se o paciente se recupera, o tratamento psicoterapêutico simplesmente auxiliou a natureza. (BERNE, 1965).

Uma pessoa não é capaz de curar a outra e ninguém se cura sozinho, a cura se dá no encontro. É esse encontro com o outro que devolve o indivíduo a si mesmo (CREMA, 1985). Essa é a magia da psicoterapia: o espaço "sagrado" oferecido pelo *setting* terapêutico, que propicia esse encontro em que ambos, paciente e psicoterapeuta, têm a oportunidade de se renovarem. De outra maneira, não pode haver esperança.

A situação do *setting* "sagrado" da psicoterapia ocorre na expressão da Autonomia, lugar no qual paciente e psicoterapeuta estão dispostos a entrarem em contato com suas capacidades de serem conscientes da relação entre eles, espontâneos para o que surgir e íntimos para compreenderem os limites de cada um.

### **Princípios Filosóficos e Lemas Terapêuticos**

Realizada essa explanação, torna-se possível discorrer sobre os chamados princípios filosóficos ou *slogans* terapêuticos da Análise Transacional propostos por Eric Berne (1965).

De acordo com o autor, ao preparar-se para a sessão, o psicoterapeuta deve limpar sua mente de todo o ocorrido até o momento, de tudo o que sabe sobre os pacientes, de todos os seus problemas e de tudo o que aprendeu sobre



psicoterapia, psiquiatria e psicologia. Na *tábula rasa* da mente desobstruída, devem surgir três antigos slogans (BERNE, 1965):

1) **Primum non nocere – Primeiro não fazer mal.** A preocupação maior de todos que trabalham com a cura é não lesar, cortar somente quando e onde é necessário. Considerando que a intervenção terapêutica é “uma cirurgia sem anestesia”, o terapeuta deve utilizar a lâmina da intervenção terapêutica de maneira firme e resoluto, porém com extrema suavidade, evitando áreas sequestradas pela psicose, até que o paciente esteja preparado para entrar em contato com o que foi isolado e sentir-se seguro de que conseguirá resistir e sobreviver ao “procedimento”.

2) **Vis medicatrix naturae – A força curativa da natureza.** Este slogan indica que o paciente tem impulso inato para a saúde, física e mental. O desenvolvimento emocional desse indivíduo está obstruído e a tarefa do psicoterapeuta é somente remover essas obstruções para que cresça em sua própria direção. Tal lema terapêutico revela, entre outras coisas, que não existe o que comumente é chamado de “ego fraco”, mas apenas um Adulto com pouca catexia. Se a primeira tarefa do terapeuta é localizar as áreas obstruídas, a segunda é localizar as áreas saudáveis na personalidade do paciente, para, então, nutri-las e fortalecê-las.

3) **Je le pensais, et Dieu le guérit – Eu trato, e Deus o cura.** O psicoterapeuta não trata ninguém, mas oferece os recursos e trabalha da melhor maneira, com o cuidado de não lesar, apenas aguardando a natureza seguir seu curso, mostrando que: “eu trato, mas Deus é quem cura”. Objetivamente, esta é a referência do que Berne (1965) demonstrou sobre curar pacientes, que significa “preparando o paciente para que a cura ocorra hoje”. Com esse slogan, Berne transmite a permissão para os psiquiatras e psicoterapeutas poderem “curar” os severos transtornos emocionais das pessoas com as quais trabalham.

### Considerações Finais

Esta pesquisa exploratória possibilita inferir que Eric Berne muito provavelmente “bebeu” nas fontes filosóficas da Fenomenologia, do Existencialismo e da Psicologia Humanista.

Observa-se uma presença mais humanista em seu pensamento no que diz respeito ao pressuposto de que as pessoas nascem “Príncipes e Princesas” ou com a Oquidade presente no nascimento. Neste ponto de seu pensamento, Berne sustenta uma valorização da ressignificação da experiência de bem-estar do homem, ao considerar a capacidade de redecidir sobre seu passado. Nesse aspecto, há concordância com o existencialismo, em que a existência sim é que precede a essência.

Partindo da fé na natureza humana e com essa convicção de que as pessoas nascem OK, Berne revisa as premissas básicas sustentadas pela psiquiatria até o momento ao construir os pressupostos e lemas terapêuticos, demonstrando uma profunda crença no núcleo de saúde do homem e na possibilidade da cura produzida no encontro da relação terapêutica, mostrando-se também profundamente humanista.

Outro exemplo da expressão existencial na teoria da AT é a presença do pensamento de Kierkegaard nos relatos sobre necessidade de estruturação do tempo citados por Berne (1995), proporcionando pensar que este existencialista tenha sido parte das leituras e estudos do autor. O criador da Análise Transacional refere-se ao existencialista para mostrar que as descobertas da psicologia moderna e, principalmente, suas ideias expressas sobre a capacidade da psique humana de manter Estados do Ego coerentes dependem de fluxo mutável de estímulos e da necessidade de estruturação do tempo, que tem origens nas reflexões de Kierkegaard, sobre o “tédio”. Além disso, Berne mostra que o controle social, que é a meta inicial da psicoterapia em AT, encontra-se sustentado por essas reflexões.

O *Ponto de Vista Marciano*, citando Berne (1965), revela a visão fenomenológica presente na AT em relação à atitude terapêutica. As próprias descrição e definição de Estados do Ego estão ancoradas na fenomenologia. Berne estava mais interessado nos fenômenos humanos do que nas longas descrições sobre as patologias dos pacientes. Isto é evidenciado na forma como elabora e define cada conceito de sua teoria: ao observar as pessoas agirem em três maneiras distintas, denominou esses modos de Pai, Adulto e Criança. Para falar sobre a necessidade de reconhecimento humano, chamou-a de *Afagos*. Definiu os



problemas que as pessoas vivem repetidamente entre si de *Jogos*, ao invés de “padrões de conflitos”. E denominou a forma compulsiva com a qual as pessoas vivem suas vidas baseadas em antigas decisões, de *Script*, ao invés de “compulsão de repetição de vida” (STEINER, 1976).

Ao utilizar linguagem com esse tipo de terminologia e conceitos, faz a escolha de apelar para os pacientes e não para os profissionais da saúde mental, fornecendo uma forma de comunicação com a qual pudessem trabalhar juntos. Dessa comunicação surge o conceito de Contrato Terapêutico, que deposita responsabilidade sobre as partes envolvidas no processo de tratamento (STEINER, 1976).

Este ponto de vista se baseou na crença humanista de que todos, inclusive aqueles que estão passando por dificuldades emocionais importantes, têm à disposição um Estado do Ego Adulto, que funciona e apenas necessita ser retomada a catexia.

Diante disso, conclui-se que os três Princípios, Conceitos ou Permissões básicas que Berne deixou como legado em sua teoria encontram-se ancorados na Fenomenologia, no Existencialismo e na Psicologia Humanista. São eles:

**As pessoas estão OK** – Pessoas nascem Príncipes e Princesas, até seus pais transformarem-nas em sapos.

**Comunicação e Contrato Terapêutico** – Comunicação clara com o Contrato Terapêutico.

**Curabilidade** – As pessoas com dificuldades de caráter psiquiátrico podem ser curadas, desde que se propicie o tratamento adequado e a abordagem apropriada.

O propósito dessa discussão a respeito das abordagens filosóficas e sua interlocução com os conceitos centrais da AT direciona-se à construção de uma abordagem do conhecimento de caráter científico e sistematizado e, com isso, contribuir para o desenvolvimento de uma identidade clara e uma credibilidade profissional da AT como corpo teórico, de técnicas e método psicoterapêutico.

Para atingir essa finalidade, é necessário reconhecer a importância da evolução da teoria, até mesmo para sua sobrevivência. Portanto, é igualmente



importante o cuidado para não perder sua identidade original durante esse caminho, o que pode resultar na falta de reconhecimento do valor teórico, técnico e terapêutico dessa abordagem, não apenas pela comunidade científica, mas principalmente pelas pessoas que podem beneficiar-se da AT como ferramenta potente de resolução de conflitos e intervenção no sofrimento psíquico do homem.

### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ARANHA, A. Maria Lúcia & MARTINS, P. Maria Helena. ***Filosofando, Introdução á Filosofia***. São Paulo: Editora Moderna, 1992.
- BERNE, Eric. *Intuição e estados de ego*. São Paulo: Publicação de circulação restrita da União Nacional dos Analistas Transacionais – UNA–Br, 2008., tradução dos artigos *The Nature of Intuition*. Pp. 203–226. In Berliner, B. (1950). *Psychiatric Quarterly*. XXIII, 1949. *Psychoanal Q.*, 19:611-612.e *Concerning the Nature of Diagnosis*. In: *The Internacional Record of Medicine*, 165, 283,-292, 1952.
- \_\_\_\_\_. *Os Jogos da Vida: Análise Transacional e o relacionamento entre as pessoas*. São Paulo: Nobel, 1995.
- \_\_\_\_\_. *O Que Você Diz Depois de Dizer Olá*. São Paulo: Ágora, 1988.
- \_\_\_\_\_. *Análise Transacional em Psicoterapia*. São Paulo: Summus editorial, 1985.
- \_\_\_\_\_. *Sexo e Amor*. Rio de Janeiro: José Olímpio Editora, 1976.
- \_\_\_\_\_. *Princípios do Tratamento de Grupo*. 1965.
- COHEN, Anamaria, C. A. ***Fenomenologia, Existencialismo e Análise Transacional***. In: **site da UNAT**. <http://www.unat.com.br/publicview.asp?cod=233>.
- CREMA, Roberto. ***Análise Transacional centrada na pessoa... e mais além***. São Paulo: Ágora, 1985.
- EWALD, Ariane P. ***Fenomenologia e Existencialismo: articulando nexos, costurando sentidos***. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, UERJ. Rio de Janeiro, Ano 8, n. 2, P. 149-165, 1º semestre de 2008. In: <http://www.revispsi.uerj.br/v8n2/artigos/pdf/v8n2a02.pdf>. 149 , acessado em: 03 out. 2012.
- GREENING, Thomas C. *Psicologia Existencial-Humanista*. Rio de Janeiro, Zahar Editores: 1975.
- HAMACHEK, Don E. ***Encontros com o Self***. Rio de Janeiro, Interamericana: 1978.
- HEIDEGGER, Martin. ***Ser e Tempo***. Rio de Janeiro: Editora Vozes, 2012.
- \_\_\_\_\_. ***Coleção Os Pensadores: Heidegger – Vida e Obra***. São Paulo: Editora Nova Cultural, 2000.



- HUSSERL, Edmund. *A Filosofia como Ciência de Rigor*. Coimbra, Portugal: Atlântida, 1965.
- KIERKEGAARD, Soren. *O Conceito de Angústia*. Rio de Janeiro, Editora Vozes, 2011.
- NOVELLINO, Michele. *Psicanálise Transacional*. *Revista Brasileira de Análise Transacional*, ano 14, n.1, jun. 2004.
- PASSOS, José S. *Epistemologia e Crise dos Saberes: Por Que (Não) Uma Análise Transacional “Científica”?* *Revista Brasileira de Análise Transacional*, ano 21, n.1, abr. 2011.
- PEREIRA, Deise Q. *Sartre Fenomenológico*. Estudos e Pesquisas em Psicologia, UERJ. Rio de Janeiro, Ano 8, n. 2, P. 277-288, 1º semestre de 2008.
- SARTRE, Jean-Paul & FERREIRA, Vergílio. *O Humanismo é um Existencialismo*. Editora Nova Cultural, Lisboa, 1987.
- \_\_\_\_\_. *O ser e o nada: Ensaio de Ontologia Fenomenológica*. Editora Vozes. Rio de Janeiro, 1997.
- SCHLEGEL, Leonhard. *O que é Análise Transacional*. *Revista Brasileira de Análise Transacional*, ano 7, n.1, jun. 1997, ano 8, n.1, jun. 1998.
- STEINER, Claude. *Os Papéis Que Vivemos Na Vida: Análise Transacional de nossas Interpretações Cotidianas*. Rio de Janeiro: Editora Artenova LTDA, 1976.

#### MINI CURRÍCULUM

**Marília Márcia Santos Pereira** é psicóloga clínica especialista em Psicologia Organizacional e do Trabalho (CRP 1ª Região), especialista em Psicodrama Clínico (UCG-INTERPSI), formada em intervenção em crise, formação em Dançaterapia com Maria Fux. Especialista em Análise Transacional (JK/UNAT-BRASIL) e Membro Didata em Formação (UNAT-BRASIL). Diretora Presidente da Librare Psicologia – Brasília, DF. Contato: librare.psicologia@gmail.com