

FATEP – FACULDADE DE TECNOLOGIA PAULO FREIRE
UNAT - BRASIL – UNIÃO NACIONAL DE ANALISTAS TRANSACIONAIS
LUCIANE GUEDES SANTANA DE FARIA

**CONTRATO TERAPÊUTICO:
UMA CONTRIBUIÇÃO DA ANÁLISE TRANSACIONAL
PARA A PSICOTERAPIA**

UBERLÂNDIA-MG

2011

LUCIANE GUEDES SANTANA DE FARIA

**CONTRATO TERAPÊUTICO:
UMA CONTRIBUIÇÃO DA ANÁLISE TRANSACIONAL
PARA A PSICOTERAPIA**

Artigo apresentado ao programa de Pós-graduação em Análise Transacional da UNAT – BRASIL – União Nacional dos Analistas Transacionais – em parceria com a FATEP – Faculdade de tecnologia Paulo Freire, como requisito parcial para obtenção do título de especialista em Análise Transacional.

Área de concentração: Psicologia

Orientadora: Ede Lanir Ferreira Paiva

UBERLÂNDIA-MG

2011

CONTRATO TERAPÊUTICO: UMA CONTRIBUIÇÃO DA ANÁLISE TRANSACIONAL PARA A PSICOTERAPIA

LUCIANE GUEDES SANTANA DE FARIA

UNAT-BRASIL - União Nacional dos Analistas Transacionais
FATEP - Faculdade de Tecnologia Paulo Freire
lucianepsico@gmail.com

RESUMO

O Contrato Terapêutico é uma contribuição e um diferencial da Análise Transacional enquanto modelo terapêutico. Caracteriza-se como um acordo construído entre terapeuta e cliente no início do tratamento e que irá nortear todo o processo. O Contrato apresenta as metas do cliente, determina a direção e o objetivo da Psicoterapia, com base na problemática do cliente, de acordo com o que é possível ser modificado dentro das circunstâncias vivenciadas por ele. O presente trabalho tem como objetivo abordar a visão de alguns teóricos da Análise Transacional sobre a construção, contextualização e importância do Contrato dentro do processo de Psicoterapia. Através da apresentação dos conceitos e exemplos que exploram o uso do Contrato Terapêutico no contexto clínico, foi possível perceber a relevância desse recurso para alcançar bons resultados no tratamento psicoterápico. É possível concluir que esse tipo de recurso contribui para a autoconfiança, autonomia e capacidade de decidir do cliente. Ele se torna consciente e responsável por si e pela sua caminhada.

PALAVRAS-CHAVE: Análise Transacional, Contrato Terapêutico, Psicoterapia.

ABSTRACT

As a therapeutic model, the Therapeutic Contract is a contribution and a differential to the Transactional Analysis. It is characterized by an agreement between therapist and client built at the beginning of the treatment and that will guide the entire process. The Contract sets out the goals of the client, determines the direction and goal of the Psychotherapy, based on the client's problem, according to what can be modified under the circumstances experienced by him. This paper aims to approach the view of some theorists on Transactional Analysis concerning the construction, contextualization and relevance of the Contract within the Psychotherapy process. Through the presentation of the concepts and examples that explore the use of Therapeutic Contract in the clinical setting, it was possible to see the relevance of this feature to achieve good results in Psychotherapy. It is possible to conclude that this type of resource contributes to the

client's self-reliance, autonomy and decision-making capacity. He becomes aware and responsible for himself and his walkway.

KEY WORDS: Transactional Analysis, Therapeutic Contract, Psychotherapy.

INTRODUÇÃO

A caminhada do homem apresenta sempre um ponto de partida, o primeiro passo, o início, onde ele começa ou recomeça e segue em frente. Todos os caminhos estão abertos para os passos do homem. O indivíduo não percorre apenas os caminhos conhecidos, ele cria novos caminhos, tem o poder de criar novas soluções. O homem carrega em si uma história, e mesmo uma insatisfação que o impulsiona a continuar caminhando.

A ambivalência está presente no ser humano e pode ser observada pelos objetivos divergentes, e mesmo opostos, que o indivíduo apresenta em vários momentos de sua vida. Muitas vezes, nos assustamos quando alguém dá um passo inesperado, pode ser que não seja desejado por nós, mas estava contido na ambivalência desse indivíduo. Ele pode usá-la a seu favor, uma vez que ela carrega em si, principalmente, grandes possibilidades e novos valores, sendo uma boa opção de ponto de partida. Portanto, o ideal seria converter essa ambivalência em movimentos construtivos de crescimento, em poder de solução do homem que supera os problemas do seu dia-a-dia.

Para Arduini (1977), mais importante que partir ou chegar, é a estrada. Nossa estrada vai definindo cada um de nós. *"Caminhar é tornar-se mais consciente e mais livre. Caminhar é assumir a vida, e crescer historicamente"* (ARDUINI, 1977, p. 177). O caminhar pode elaborar a resposta buscada, dar significado a vida. Não é um simples caminhar, sem saber aonde vai, mas caminhar com direção, traçando seu rumo, enfrentando os desafios, saltando as barreiras, elaborando seus medos, e se definindo enquanto pessoa vencedora e feliz.

Cada um determina o sentido de sua vida, de sua caminhada, dá direção aos seus passos, é responsável pelas suas escolhas, pelo seu crescimento ou pelas suas frustrações. A autonomia e o poder de decisão são os fundamentos do homem que caminha consciente de suas escolhas, traçando seu destino, sabendo o que quer e aonde pretende chegar. *"Ao decidir, o homem se define"* (ARDUINI, 1977, p. 191). Nessa caminhada, o autor pontua sobre a coragem que o indivíduo precisa ter para reconhecer os problemas que existem e juntar forças para resolvê-los. Reconhecer deficiências reais

não é aceitar passivamente a situação, é visualizar as falhas no seu esquema de vida em busca de uma solução adequada. É perceber a necessidade de decidir e agir, rumo ao seu objetivo. Dessa forma, o homem precisa de um objetivo, uma meta de vida, um destino para sua caminhada.

Os desafios podem encurralar, podem frustrar, mas o homem tem capacidade de solucioná-los, de abrir novos caminhos, mesmo que no momento não esteja consciente disso. Aparece, dessa forma, a importância do papel do psicólogo, em potencializar essa pessoa, em conduzir o processo de autoconhecimento e de fortalecimento do *self* daquele cliente que lhe procura. A atitude de perguntar, presente no trabalho dos psicoterapeutas, vai descobrindo o que falta, o que não foi percebido ou encontrado e, portanto, o que não foi solucionado.

Muitas vezes, ao prosseguir o indivíduo rompe com amarras e ligações enrijecidas que o sufocam, que podem estar impedindo sua vida. A ruptura é benéfica, embora muitas vezes dolorosa. Ela promove um novo sentido, novos pensamentos, sentimentos e ações, uma nova compreensão de si mesmo e do mundo que o cerca.

Podemos relacionar essa visão do homem e sua caminhada com a postura dos autores da teoria da Análise Transacional. Uma vez que o psicoterapeuta, embasado por essa abordagem de trabalho, apresenta uma atitude de acolhimento, presença, compreensão, apoio, colaboração, que acredita no ser humano, que tem uma postura de otimismo, potência e firmeza na contribuição para o desenvolvimento da autonomia do homem. O processo terapêutico pela Análise Transacional se assemelha ao caminhar consciente do homem descrito aqui. Um dos recursos utilizados por essa abordagem é o Contrato Terapêutico empregado como início do tratamento, como ponto de partida e orientação para o processo em Psicoterapia.

Assim, o presente trabalho tem como objetivo discutir a visão de alguns teóricos da Análise Transacional sobre a construção, contextualização e importância do Contrato dentro do processo de Psicoterapia. Apontar formas de utilização e demonstrar sua importância para o sucesso do tratamento psicoterápico.

O CONTRATO TERAPÊUTICO SEGUNDO AUTORES DA ANÁLISE TRANSACIONAL

A Análise Transacional, criada por Eric Berne no final dos anos 50, é uma abordagem psicológica que reconhece o valor e a capacidade de cada pessoa. Berne se interessava pelo que acontecia entre as pessoas e com elas. Para Berne (1961), todos os indivíduos nascem *ok*, isto é, com capacidade para obter sucesso e satisfação das suas necessidades, o que seria o *princípio da okeidade* "Eu estou ok e você está ok". Salvo exceção quando o indivíduo sofre de alguma afecção orgânica grave.

Berne (1961) defendia que cada pessoa pode estabelecer relacionamentos saudáveis em sua vida, através da auto estima e da cooperação entre indivíduos e grupos. Baseado na sua concepção de que as pessoas são capazes de decidir o que desejam para suas vidas, o autor pontuou como um dos postulados da Análise Transacional o *trabalho contratado*, definindo que a prática da Análise Transacional é fundamentada pelo Contrato de mudança.

Para Berne (1966), o terapeuta de grupo está sujeito a dois tipos de Contrato, um que se refere à prática organizacional e o outro relacionado ao contexto clínico particular. O autor pontua que um Contrato entre psicoterapeuta e cliente terá os mesmos aspectos que um Contrato organizacional, ou seja, aspectos administrativo, profissional e psicológico.

No nível administrativo, é fundamental a compreensão dos procedimentos e finalidades do projeto, nele são delineadas e explicitadas as questões práticas da situação, apontando as diretrizes de trabalho da organização em questão. Dentro desse aspecto, em se tratando de clínica particular, são definidas as questões administrativas como horário, duração e dia de atendimento, como proceder em caso de faltas ou desmarcações de sessões, questões financeiras como honorários e formas de pagamento.

No nível profissional, é definida a meta da terapia e quais as possibilidades de tratamento a oferecer. Já o nível psicológico engloba as necessidades pessoais de todos os envolvidos, seja dentro da organização ou em contexto clínico particular. É importante entender a visão de cada um dentro desse processo, definir qual é o compromisso de cada pessoa, o que cada integrante espera do trabalho e o que pode realmente oferecer ao grupo.

Steiner (1976) também pontua que o primeiro passo indispensável da Análise Transacional de Scripts é estabelecer um Contrato. Para o autor, uma diferença básica entre os grupos de Análise Transacional e outras atividades grupais é a existência de um Contrato. Também relaciona os Contratos Terapêuticos aos contratos legais,

identificando os aspectos que são comuns aos dois. Tais características básicas seriam: o Consentimento Mútuo, a Compensação, a Competência e o Objeto Legal.

Segundo Steiner (1976), o *Consentimento Mútuo* ocorre quando uma proposta de tratamento é aceita pelo cliente e psicoterapeuta. Para tanto, a proposta deve ser comunicada de forma clara, embasada com os termos específicos, comportamentais e observáveis expostos pelo cliente acerca do seu problema. Pessoas encaminhadas para a Psicoterapia através de terceiros ou pressionadas por familiares ou amigos, precisam se conscientizar das etapas importantes das transações de um Consentimento Mútuo, que seriam: pedido, proposta e aceitação de terapia. Dessa forma, os dois firmam um acordo pelo qual desejam ser responsáveis.

A pessoa que recebe o auxílio precisa contribuir para o processo terapêutico com todos os recursos que possui. Esse sistema de troca, no qual cada um, cliente e psicoterapeuta, dão algo de si e recebem algo do outro, se chama *Compensação*. Uma pessoa que ajuda dá algo de si mesma para o outro; em contrapartida, a pessoa que recebe o auxílio deve dar algo em troca. Esses benefícios conferidos pelo psicoterapeuta e pelo cliente podem ser negociados em comum acordo. Quando a Compensação deixar de existir, isto é, se um dos dois cessar sua contribuição na Psicoterapia, não será mais um esforço mútuo, e sim um movimento de Salvação.

De acordo com o aspecto da *Competência*, o Contrato deve respeitar algumas limitações, ou seja, menores de idade – nesse caso, o mais satisfatório é um Contrato firmado com o menor e seus pais, aceitando um pedido de interrupção do tratamento somente com o consentimento dos pais juntamente com o filho; Incompetência – pessoas cujas faculdades mentais estão muito prejudicadas a ponto de não entenderem a consequência de um acordo, não podendo participar de um Contrato dessa forma; Pessoas intoxicadas – são pessoas que o Estado de Ego Adulto tem seu funcionamento prejudicado pela influência de drogas, logo, também não aderem bem ao Contrato. Assim, as pessoas que são impedidas de assumirem um Contrato por motivo de Competência, poderão ser beneficiadas com outras formas terapêuticas.

As metas do Contrato, de acordo com Steiner (1976), não devem violar a lei nem serem contra a política e a moral pública, tal como um *objeto legal*, aspecto fundamental dos Contratos legais.

De acordo com Goulding e Goulding (1979), para fazer um Contrato claro e consciente, o psicoterapeuta precisa entender o que se passa com o cliente. Tanto um

quanto o outro precisam de maiores informações. Para compreender melhor a queixa, é interessante pedir que o cliente dê exemplos, traga situações que vivenciou, as emoções e as dificuldades que ele está enfrentando. Para os autores, o Contrato Terapêutico determina o rumo do tratamento. Cliente e psicoterapeuta trabalham juntos para definir qual será o Contrato, e depois o cliente firma consigo mesmo esse acordo, servindo o psicoterapeuta como uma testemunha e ajudante.

Para Holloway (1977), o Contrato para ser eficiente na Psicoterapia, precisa definir a relação de trabalho entre psicoterapeuta e cliente, pontuando uma meta de mudança para ser atingida pelo cliente, compatível com sua decisão futura. O autor relaciona estágios do Contrato dentro do tratamento em Psicoterapia, tais como: negociação, especificação, execução, conclusão e afirmação do Contrato. O primeiro dos estágios seria o da *negociação do Contrato*, no qual fica evidente a importância da escolha, pelo próprio cliente, de suas metas desejadas, não cabendo ao psicoterapeuta a definição das mesmas, para evitar uma frustração no tratamento. O estágio da negociação tem início no primeiro contato psicoterapeuta-cliente e vai até a finalização comportamental específica. Nesse processo são usadas técnicas com o intuito de clarificar e identificar as questões relevantes.

O cliente identifica, comportamentalmente, como será possível observar que foi atingido seu objetivo na Psicoterapia. Nesse estágio, o psicoterapeuta auxilia o cliente para que objetivos impossíveis de serem alcançados não sejam negociados. Um contrato bem especificado ajuda o cliente e o psicoterapeuta a terem conhecimento por onde vão caminhar e como juntos chegarão ao objetivo utilizando das suas habilidades. Aqui observamos o segundo estágio, que seria a *especificação do Contrato*.

O autor comenta que após a especificação do Contrato, inicia-se o estágio de *execução*, o qual busca explorar as questões vivenciadas pelo cliente, confrontando pensamentos, comportamentos e sentimentos que são divergentes do que ele deseja viver. A confrontação e a clarificação do processo do cliente estão diretamente ligadas ao Script de vida do mesmo, mantido pelo padrão de comportamentos, Transações e Carícias ao qual esse indivíduo está habituado. Para que a mudança aconteça, é fundamental a conscientização do cliente acerca dos padrões que seu Script mantém, e a que propósito eles servem. A percepção de que outros caminhos podem ser mais efetivos, leva a uma decisão de vida acompanhada da mudança, desconfundindo o Estado de Ego Criança.

Para que os estágios de *conclusão e afirmação do Contrato* aconteçam, as mudanças decisórias precisam satisfazer as necessidades do Estado de Ego Criança. O novo sistema precisa ser tão efetivo como o antigo sistema era dentro dos Estados de Ego do cliente, senão a efetividade do Contrato, após sua conclusão, fica prejudicada. Uma relação saudável, acolhedora e potente do psicoterapeuta com o cliente é importante, enquanto este constrói uma nova rede social que apóie e compartilhe com ele dos seus novos objetivos de vida, caracterizando a *afirmação do Contrato*. A relação psicoterapêutica terminará quando a autonomia do cliente estiver firmemente estabelecida (HOLLOWAY, 1977).

Segundo Gellert e Wilson (1978), a Análise Transacional se caracteriza como um método de Psicoterapia de Contrato. Quando um cliente estabelece um Contrato com o psicoterapeuta, ele está afirmando a sua intenção, ou seja, decidindo um objetivo para ele no tratamento.

Para Allen e Allen (1998; 2002), o Contrato Terapêutico precisa ser um acordo de mudança, com um objetivo significativo e possível para o cliente, para que intervenções psicoterápicas possam ser realizadas. O Contrato é expresso verbalmente, em termos comportamentais e vivenciais, para que tanto o psicoterapeuta quanto o cliente percebam quando a meta for atingida. O psicólogo atuará com cautela para que o cliente não eleja objetivos que não sejam a seu favor. Os autores apontam a importância do psicoterapeuta não focar apenas no aspecto administrativo do Contrato, como honorários, frequência e horários do tratamento, uma vez que as metas e objetivos de mudança estão na parte psicológica do Contrato.

Dessa forma, o Contrato Terapêutico na abordagem da Análise Transacional tem sua essência no estabelecimento de um acordo entre psicoterapeuta e cliente, pautado na significação do problema que está sendo vivenciado, na possibilidade do cliente vislumbrar um objetivo, aonde quer chegar ao final do processo terapêutico e como deseja estar nesse momento.

TIPOS DE CONTRATOS TERAPÊUTICOS

Para Gellert e Wilson (1978), se o cliente sente sucesso, o Contrato foi terapêutico, no entanto, se o cliente sente fracasso, o Contrato não foi terapêutico. Pensando nisso, os autores pontuam que existem Contratos Menores, Intermediários e

Maiores, de acordo com a situação de cada cliente. Os Menores e Intermediários envolvem a aceitação de um Contrato feito para o aqui e agora ou para um futuro imediato, envolvendo mudanças de comportamento que não resultam em mudanças de Script. Aqui o cliente recebe Carícias positivas sempre que relata sucesso ou tem um comportamento no aqui-e-agora que seja compatível com sua meta de Contrato Intermediário. Esses dois tipos de Contrato fortalecem as chances de sucesso.

Já os Contratos Maiores envolvem mudanças de comportamento e sentimento sem limitações, são transformações mais profundas, que podem envolver uma Redecisão (Goulding e Goulding, 1979), que ocorre no Estado de Ego Criança, sobre algo decidido prematuramente no passado. Sendo assim, a validade de um Contrato está relacionada à significação do cliente. O sucesso é julgado pela própria estrutura interna de cada um. Logo, o Contrato deve ser definido pelo cliente.

Goulding e Goulding (1979) também comentam a importância de um Contrato ser elaborado envolvendo o Estado de Ego Criança do cliente. Contratos de Pai, ou seja, elaborado pelo Estado de Ego Pai, provavelmente não serão cumpridos: é apenas o que o cliente gostaria de cumprir e não o que realmente irá fazer. O psicoterapeuta precisa motivar o cliente a mudar algo começando por hoje, demonstrando que ele está encarregado da sua modificação. Contratos impossíveis de trabalhar são aqueles que envolvem a modificação de outras pessoas. Para funcionar tem que partir da vontade do cliente, ele tem que acreditar que é capaz disso. O psicoterapeuta, também, deve ficar atento ao Contrato de Jogo. O cliente não tem consciência que está envolvido pelo Jogo na elaboração do Contrato, mas o resultado o deixará infeliz. Se suspeitar de um Jogo, o psicoterapeuta poderá escolher expor o Jogo para o cliente ou sugerir que ele imagine o pior e o melhor resultado que experimentará no futuro no final dessa situação, com base no seu conhecimento do cliente.

É fundamental se resguardar de um Contrato Ulterior, que se caracteriza por um acordo entre cliente e terapeuta que vai impedir que as metas sejam atingidas. Para evitar pactos desse tipo, os dois devem ficar atentos as palavras que utilizam que negam a autonomia. Palavras como: "tentar" – palavra que adia o esforço, conduz a falhas em conseguir algo. A pessoa acaba sabotando sua mudança quando utiliza o *tentar* no lugar do *fazer*; "não consigo" – substituto para *não quero*, muitas tarefas deixarão de ser feitas quando o cliente acredita no *não consigo*; "fazer sentir" – o outro não pode ser responsável pelo que sinto, eu tenho escolha; "eu-ele/ela" – *ele/ela* em lugar de *eu* nega

autonomia e a responsabilidade do cliente, quando o cliente usa “eu” experimenta importância, entusiasmo, poder e autonomia; “eu-você” – essa mudança para o uso de *você* no lugar de *eu* conota mudança do Estado de Ego Criança para Pai, implicando em frases familiares, instruções parentais, crenças, mitos; “eu-nós” – o uso de *nós* pode significar que estou sendo porta-voz de outros; “talvez” – esse tipo de palavra demanda questionamentos do psicoterapeuta com o cliente; “primeira isca” – cuidado com a primeira isca lançada na primeira sessão, ela precisa ser confrontada para não atrapalhar todo o processo. Exemplo: cliente diz “eu nunca faço o que digo que vou fazer”; “riso da força” – cuidado com o humor patológico, pessoas que riem de suas próprias limitações e desgraças e levam os outros a rirem junto, estão reforçando sua patologia. Esse riso precisa ser confrontado para que o cliente se conscientize do que está por trás; a linguagem corporal – observar se o corpo do cliente tem uma linguagem congruente com o que ele está dizendo. Peça ao cliente para sentir seu corpo e buscar a congruência entre o que fala e o que sente (GOULDING & GOULDING, 1979).

Com clientes muito deprimidos, uma sugestão apontada pelo Goulding e Goulding (1985) seria utilizar Contratos Terapêuticos de curto prazo, para evitar que ele se afaste ou se desvie do objetivo principal que seria a sua própria vida. Sempre que o cliente se apresentar como muito triste, deprimido ou solitário com falta de interesse na vida, é interessante perguntar se o cliente apresenta tendências suicidas. Se sim, buscamos que ele planeje com antecedência com quem ele poderá contar se precisar de apoio para manter-se vivo e o que fará se não encontrar essa ajuda. Para reforçar o Contrato ou testar o desejo da pessoa em mantê-lo, o psicoterapeuta indaga o cliente se existe algo que poderia acontecer que o faria mudar de idéia em relação ao Contrato estabelecido.

Nesses casos de clientes muito deprimidos clinicamente e com pensamentos contrários à vida, os autores pontuam os chamados Contratos de não-suicídio, não-homicídio e não-psicose. Os Contratos de não-suicídio ou não-homicídio devem ter precedência em relação aos outros tipos de Contrato. É necessário preservar a vida, em primeiro lugar, para depois trabalhar as demais inquietações e problemas vivenciados. Inicialmente, o cliente precisa redecidir a viver, isto é, manter-se vivo. Os Contratos de não-suicídio e não-homicídio devem ser feitos pelo Estado de Ego Adulto do cliente, indicando que ele se compromete a se controlar de modo a não matar a si mesmo ou os outros, a preservar sua vida e a integridade dos outros independente do que aconteça. Os

Contratos de não-psicose podem ajudar clientes com queixa de episódios psicóticos breves e agudos, como uma forma de prevenção de um novo episódio psicótico, trabalhando formas de resolução de seus problemas atuais de modo a permanecer fora do hospital.

Goulding e Goulding (1979) comentam sobre a importância de fechar as três válvulas de escape do cliente, ou seja, firmar os três Contratos – não-suicídio, não-homicídio e não-psicose. Isso é de fundamental importância visto que o indivíduo que passa por um elevado estresse e conflito, na luta por manter-se vivo, pode deslocar a tensão e matar outra pessoa ou mesmo enlouquecer. Fechando as três possíveis saídas – matar-se, matar alguém ou enlouquecer – por intermédio de Contratos cliente-terapeuta como os descritos pelos autores, é possível caminhar com o processo terapêutico para benefício do cliente.

Os Contratos de preservação da vida não são importantes apenas para pessoas clinicamente deprimidas, mas se apresentam como válidos para pessoas com tendência para acidentes, que se envolvem demasiadamente em situações perigosas, descuidados, que agem violentamente ou fantasiam assassinatos. Podem, portanto, representar perigo para si mesmos ou para os demais (GOULDING & GOULDING, 1979).

Uma dificuldade apontada pelos autores, em termos de Contrato, diz respeito aos clientes involuntários ou relutantes. Eles acreditam que o Contrato é dever das pessoas que são responsáveis por eles ou que exerçam algum controle sobre eles, como no caso dos pais, ou dos serviços de liberdade condicional ou hospitalares. Nesse caso, é relevante esclarecer para o indivíduo que o acordo de tratamento é direcionado ao que *ele* – e não os outros – deseja mudar em *si mesmo*, qual mudança *o* agradaria. Isso deve ser feito levando em consideração o que é possível de ser mudado dentro das circunstâncias vivenciadas pelo cliente.

Nesse sentido, é importante pontuar a contribuição de Fanita (1975) sobre o Contrato de Três Pontas. Para exemplificar o conceito, a autora expõe uma situação sobre o Contrato entre participantes, profissionais e organizadores em caso de seminários, congressos ou apresentações. Ela explica essa relação desenhando um triângulo onde no vértice ela coloca os organizadores; os participantes e os profissionais ficam nas outras duas pontas. De forma geral, cada participante e cada profissional tem um Contrato com os organizadores, mas não existe um Contrato selado entre participante e profissional. Pontua que em suas apresentações, como Analista

Transacional, ela esclarece a importância de um Contrato bilateral realizado entre ela e os participantes que estão ali presentes, além do Contrato já selado entre participante e organizadores e entre profissional e organizadores.

Assim, ela pontua seu entendimento sobre o que foi solicitado a ela e lista as expectativas realistas dos participantes e as expectativas que se mostram fantasiosas, indicando que estas não serão atendidas e definem um Contrato para o que será realizado naquele contexto. Esclarece, então, que um Contrato como o de Três Pontas poderá levar a uma sequência de papéis em que um dos lados se sentirá vitimizado. O que pode ser evitado com um Contrato bilateral claro para todos os envolvidos em uma parceria.

Dessa forma, o Contrato de Três Pontas de Fanita (1975) pode ser utilizado quando envolver mais um indivíduo na parceria do tratamento, como no caso de adolescente/pais, hospitais, instituições. Nesse caso, além do cliente, também, existe a presença de uma terceira pessoa ou instituição.

Portanto, para a construção do Contrato Terapêutico é importante investigar como o cliente chega ao tratamento, qual a sua visão de si mesmo, dos outros e do contexto no qual vive, para que a caminhada na Psicoterapia seja consciente e significativa.

O CONTRATO TERAPÊUTICO NA PRÁTICA CLÍNICA

A partir da prática clínica como Psicoterapeuta, percebo a importância do uso de Contratos Terapêuticos para o sucesso do tratamento. O Contrato é excelente para evitar imprevistos e possíveis problemas entre os indivíduos, uma vez que as pessoas podem não manifestar todos os seus interesses em uma relação de parceria, deixando muitos pontos nas "entre linhas". Muitas vezes a pessoa não diz deliberadamente o que deseja, acreditando que o outro saiba. Com um Contrato bem definido isso pode ser evitado, e tudo fica claro para todos os envolvidos. Isso é percebido quando um cliente chega com uma queixa vaga ou geral para o tratamento. Algo que não seja possível de medir ou observar quando for alcançado pelo cliente, como a meta da felicidade. Esse termo tem sentidos diferenciados, depende do sentido atribuído por cada um de nós.

Sabemos que "ser feliz" para um indivíduo não é o mesmo que para o outro. E se essa for a meta do cliente na Psicoterapia, o psicólogo precisa de mais informações.

Investigar junto ao cliente, esclarecendo o sentido desse termo para ele em específico. E assim, um Contrato de mudança poderá ser realizado, e com ele, saberemos quando o cliente tiver alcançado seu objetivo em termos de ser feliz.

Nos casos clínicos com adolescentes – menores de 18 anos – posso perceber a necessidade de um Contrato firmado com o cliente e com os pais ou responsáveis. Observo que, muitas vezes, o adolescente vem trazido pelos pais, e não apresenta uma queixa ou pedido de terapia que seja seu. E dessa forma, vejo que é difícil prosseguir. Sem o interesse do cliente, não tem como haver um processo terapêutico bem sucedido. E aqui utilizo o recurso do Contrato Terapêutico, através do qual, exploro juntamente com o cliente o que *ele* deseja trabalhar na Psicoterapia.

Ele precisa ter uma queixa, e uma meta de mudança para iniciarmos o tratamento. Também é firmado com os pais um Contrato de trabalho, já que os mesmos são responsáveis pelo filho. Regras são construídas entre psicoterapeuta e responsáveis sobre continuidade do tratamento, participação dos pais em algumas sessões, interrupção da Psicoterapia com consentimento das partes envolvidas – pais e filho – e outras questões que se fizerem importantes em cada caso específico. Essa situação caracteriza um Contrato de Três Pontas como define a Fanita (1975), ou seja, um Contrato bilateral com todos os envolvidos ou responsáveis pela parceria, para que não ocorra insatisfação e problemas para nenhum dos envolvidos.

Outras situações da prática também embasam de forma significativa a importância do Contrato Terapêutico. Vou exemplificar supondo um caso fictício de um cliente que procura o serviço de Psicoterapia encaminhado por orientação médica. Esse encaminhamento baseia-se no princípio da relação do quadro clínico que o cliente está apresentando com repercussões de origem emocional. Esse cliente pode chegar ao Consultório sem uma intenção pessoal para o tratamento, ou pode não ter conhecimento sobre o que seria uma Psicoterapia.

Em casos assim, em que o cliente esteja confuso, não saiba bem o que quer, não tenha intenção pessoal para o tratamento, é imprescindível que o psicoterapeuta trabalhe isso com ele antes de prosseguir. Vejo a necessidade de esclarecer as dúvidas do cliente, desfazendo assim qualquer confusão que possa atrapalhar o tratamento. O seu Estado de Ego Adulto precisa de informações claras e adequadas para que um plano de tratamento possa ser construído entre psicoterapeuta e cliente – Contrato Terapêutico. O cliente precisa descobrir o que deseja trabalhar na Psicoterapia e, junto com o terapeuta irá

compreender seu quadro clínico, sua história de vida, e decidir o que deseja alcançar como seu objetivo pessoal no processo terapêutico. O Contrato traz a orientação, o objetivo e a responsabilidade para os envolvidos, uma vez que todo trabalho precisa de sentido e envolvimento para que o sucesso seja alcançado.

Através dos exemplos acima e do que vivencio na prática clínica, percebo a relevância dos Contratos dentro do contexto clínico, observando sua repercussão construtiva e os bons resultados em diferentes clientes de tratamento psicoterápico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através desse trabalho podemos perceber o Contrato Terapêutico como uma contribuição marcante da Análise Transacional para a Psicoterapia. Como enfatizei no início desse trabalho, compartilho com a visão de Arduini (1977) sobre a caminhada do homem. O homem ao fazer suas escolhas e tomar decisões sobre sua vida, está se tornando consciente e atuante na sua caminhada de vida. O Contrato assume esse papel dentro da Psicoterapia. A presença do Contrato promove a clareza, a direção e o sentido do processo terapêutico para o cliente e para o psicoterapeuta. O Contrato Terapêutico coloca cliente e psicoterapeuta trabalhando juntos, sendo responsáveis pelo processo terapêutico, conscientes do que estão fazendo e para onde estão caminhando.

Construindo um acordo de tratamento, o Analista Transacional atinge seu objetivo intrínseco, uma vez que se caracteriza como uma terapia bilateral. O processo de tratamento fica claro e conta com a participação dos envolvidos, o Contrato vem para esclarecer qualquer dúvida, aumentar a adesão ao tratamento, uma vez que o principal interessado, o cliente, está lutando e trabalhando em favor da sua causa, do que deseja mudar, do que realmente o incomoda.

Observo que quando um cliente escolhe suas metas, o seu envolvimento no tratamento começa a se firmar; ele está aprendendo a decidir sobre sua vida, desenvolvendo autonomia para vivê-la. Envolvido e com foco através de seus objetivos de Psicoterapia, o cliente apresenta mais chances de sucesso no tratamento. O Contrato Terapêutico desenvolve a confiança do cliente no processo, no terapeuta e em si mesmo, estabelecendo um vínculo de parceria.

Dessa forma, o recurso do Contrato dentro da Psicoterapia contribui para a autoconfiança, autonomia e capacidade de decidir do cliente. Ele se torna consciente e

responsável por si e pela sua caminhada. O processo terapêutico termina quando as metas do Contrato são atingidas e quando o cliente age e decide com autonomia.

Por fim, reconheço que o Contrato é fator decisivo para o bom andamento de um trabalho ou relação que envolva duas ou mais pessoas, evitando problemas de comunicação e promovendo uma relação positiva. As relações que envolvam parcerias entre os indivíduos, são facilitadas pela utilização de Contratos entre os envolvidos no processo. Resultados positivos, mais envolvimento e satisfação são alcançados, uma vez que a relação se torna clara e fortalecida.

REFERÊNCIAS

ALLEN, James R.; ALLEN, Bárbara A. Redecision therapy: Through a narrative lens. In: HOYT, Michael (Ed.) *The handbook of constructive therapies*. San Francisco: Jossey Bass, cap. 1, p. 31-46, 1998.

_____. Redecision Therapy as Brief Therapy. In: TUDOR, Keith. *Transactional Analysis Approaches to Brief Therapy*. London: SAGE Publications, 2002.

ARDUINI, Juvenal. *Estradeiro: Para onde vai o homem?* São Paulo: Ed. Paulinas, 1977.

BERNE, Eric. *Principles of Group Treatment*. New York: Oxford University Press, 1966.

_____. *Transactional Analysis in Psychotherapy*. New York: Grove Press, 1961.

ENGLISH, Fanita. The Three-Cornered Contract. *Transaction Analysis Journal*, v. 5, n. 4, p. 383-384, out. 1975.

GOULDING, Mary; GOULDING, Robert. *Changing Lives Through Redecision Therapy*. New York: Brunner/Mazel, 1979.

HOLLOWAY, William. Transactional Analysis: an integrative view. In: *Transactional Analysis after Eric Berne*. San Francisco: Graham Barnes, Ed. Harper's College Press, 1977.

STEINER, Claude. *Os Papéis que Vivemos na Vida: a análise transacional de nossas interpretações cotidianas*. Rio de Janeiro: Artenova, 1976.

GELLERT, Shepard D.; WILSON, Grace. Contracts. *Transaction Analysis Journal*, v. 8, n. 1, p. 10-16, jan. 1978.