

Profa. Ede Lanir Ferreira Paiva .
Presidente da Banca
Coordenador do Curso



Profa. Dra. ANA LUCIA RIBEIRO DE OLIVEIRA
Professor de Metodologia do Curso



De acordo:

Prof. Dr. FERNANDO ANTÔNIO LEITE DE OLIVEIRA
Professor Convidado

FACULDADE JK DE TECNOLOGIA

UNIÃO NACIONAL DE ANALISTAS TRANSACIONAIS-BRASIL

UNAT-BRASIL

POS-GRADUAÇÃO EM ANÁLISE TRANSACIONAL

SAUDÁVEL DO INDIVÍDUO – UM EXEMPLO CLÍNICO

**A IMPORTÂNCIA DE CARÍCIAS PARA O DESENVOLVIMENTO
SAUDÁVEL DO INDIVÍDUO – UM EXEMPLO CLÍNICO**

Aniângelis Cardoso Ribeiro Guimarães

Uberlândia – MG

2013

**A IMPORTÂNCIA DE CARÍCIAS PARA O DESENVOLVIMENTO
SAUDÁVEL DO INDIVÍDUO – UM EXEMPLO CLÍNICO**

Aniângelis Cardoso Ribeiro Guimarães

**A IMPORTÂNCIA DE CARÍCIAS PARA O DESENVOLVIMENTO
SAUDÁVEL DO INDIVÍDUO – UM EXEMPLO CLÍNICO**

RESUMO

Este artigo apresenta a importância das carícias para o desenvolvimento saudável do indivíduo. A carícia é definida como uma expressão de amor, carinho e proteção, sendo uma necessidade básica para o bem-estar emocional e físico. O artigo discute a importância das carícias para o desenvolvimento saudável do indivíduo, especialmente em relação à formação da identidade e à regulação emocional. A carícia é apresentada como uma ferramenta essencial para o desenvolvimento saudável do indivíduo, sendo uma necessidade básica para o bem-estar emocional e físico.

Palavras-chave: Ser Humano, Amor

Artigo de conclusão de curso apresentado à Faculdade JK de Tecnologia e à União Nacional de Analistas Transacionais-Brasil, como requisito parcial do curso de Pós-Graduação em Análise Transacional, para obtenção do título de Especialista em Análise Transacional.

ABSTRACT

This article presents the importance of caricias for the healthy development of the individual. Caricia is defined as an expression of love, affection and protection, being a basic need for emotional and physical well-being. The article discusses the importance of caricias for the healthy development of the individual, especially in relation to the formation of identity and emotional regulation. Caricia is presented as an essential tool for the healthy development of the individual, being a basic need for emotional and physical well-being.

Keywords: Human Being, Health, Affection, Relationship, Love

Uberlândia – MG

2013

A IMPORTÂNCIA DE CARÍCIAS PARA O DESENVOLVIMENTO SAUDÁVEL DO INDIVÍDUO – UM EXEMPLO CLÍNICO

Aniângelis Cardoso Ribeiro Guimarães

Faculdade JK de Tecnologia

UNAT-BRASIL-União Nacional de Analistas Transacionais do Brasil

RESUMO

Os seres humanos possuem necessidades vitais e indispensáveis à sobrevivência, e a satisfação é de suma importância para o desenvolvimento saudável do indivíduo. Sabe-se que a família assume um importante papel no desenvolvimento afetivo e cognitivo da criança, direcionando-a nessa satisfação, a fim de se tornar pessoa saudável e segura. O objetivo deste estudo foi avaliar a efetividade das Carícias quanto uma das necessidades fundamentais na vida do indivíduo. A abordagem teórica da Análise Transacional e a aliança terapêutica positiva entre terapeuta e cliente foram essenciais para o processo de mudança no padrão de Carícias na vida da cliente.

Palavras-chave: Ser Humano. Adulto Saudável. Reconhecimento. Análise Transacional.

ABSTRACT

Humans possess vital necessities and essential for survival and satisfaction is of paramount importance to the healthy development of the individual. It is known that the family plays an important role in developing affective and cognitive development, directing the satisfaction that in order to become healthy and safe person. The aim of this study was to evaluate the effectiveness of Caresses as one of the fundamental necessities in one's life. The theoretical approach of Transactional Analysis and positive therapeutic alliance between therapist and client were essential to the process of change in the pattern of the life of the customer Caresses.

Keywords: Human Being. Healthy adult. Recognition. Transactional Analysis

INTRODUÇÃO

Para iniciar as reflexões deste artigo, fazem-se relevante alguns questionamentos diante de diversas insatisfações humanas na vida adulta com que tenho me deparado no consultório. A motivação de pesquisar sobre a vivência de uma cliente no processo psicoterapêutico decorre da minha história prática como psicoterapeuta na abordagem Análise Transacional.

Muitas pessoas passam boa parte de suas vidas queixando-se de alguma ação que o outro fez ou deixou de fazer ou por não realizar o que desejavam. Há as que sentem falta de clareza do que realmente querem, a outras falta ação para conquistar o que desejam enquanto algumas ainda têm dificuldade de expressar as suas próprias necessidades. Diante disso, poderíamos nos perguntar de onde vêm estes questionamentos?

Desde a tenra idade, as crianças necessitam de carinho, cuidado e proteção. Essas necessidades são fundamentais e precisam ser satisfeitas. À medida que a criança cresce o toque físico é substituído, em grande parte, pela necessidade de reconhecimento de suas conquistas e do reconhecimento de sua importância ou presença. Casale (1986) afirma que a não satisfação das necessidades fundamentais pode ser a fonte de conflitos psicológicos do ser humano. As crianças que não as têm satisfeitas perdem a espontaneidade, deixam de ter desejos e de serem elas mesmas e passam a agir conforme aceitas pelo ambiente.

Perante isto, a família é uma parcela da sociedade que muito contribui para o desenvolvimento humano. Cabe a ela contribuir na formação dos seus integrantes de maneira saudável fornecendo-lhes estrutura, alimentação, afetividade e valores. No seu interior, o indivíduo desenvolve a capacidade de amar e ser amado, sentir-se útil, valorizado e respeitado. Portanto, cabe a família suprir as necessidades fundamentais dos seus membros.

Permito-me, assim, colocar que se na infância ocorrerem inúmeras insatisfações, levar-se-á essa sensação para as relações futuras e para a vida adulta (CASALE, 1986). Diante das necessidades não satisfeitas procura-se, muitas vezes, na vida adulta que os outros atendam as necessidades mais profundas e apresentem soluções para as dolorosas deficiências na vida. A falta de direção, objetivo e significado na vida acometem muitas pessoas. Partindo disto busquei integrar diferentes autores e a Análise Transacional sobre as necessidades humanas. O objetivo deste estudo foi avaliar a efetividade das Carícias quanto uma das

necessidades fundamentais na vida do indivíduo. Para tanto, será apresentado um exemplo clínico.

A IMPORTÂNCIA DA FAMÍLIA NO DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA

O indivíduo quando nasce chega ao mundo com um aparato biológico e convive na família com um aparato familiar. As crianças possuem necessidades básicas e a intensidade com que são vivenciadas, a disponibilidade e o tempo necessário dos pais e da família para atendê-la proporciona um ambiente ao qual a criança precisará se adaptar. Portanto, a criança se adapta ao ambiente para sua sobrevivência com objetivo de sentir um mínimo de dor, sentir prazer e atingir metas desejadas (MCCLENDON E KADIS, 2007).

O desenvolvimento emocional de uma criança ocorre no começo da sua vida e perdura por toda a infância (WINNICOTT, 1982), (MCCLENDON E KADIS, 2007), (GOLEMAN, 1995). A vida em família é onde inicia a aprendizagem emocional da criança através do modelo que os pais oferecem. Sendo assim, a família contribui na formação da personalidade da criança e da percepção que terá de si mesma e do mundo. A partir disso, molda-se a expectativa emocional da criança a respeito de relacionamentos, perspectivas que irão caracterizar o comportamento em todas as áreas da vida, para melhor ou pior (GOLEMAN, 1995).

Para Goleman (1995), é no berço que as crianças adquirem os ensinamentos emocionais que irão refletir por toda vida. Os bebês que receberam uma boa dose de aprovação e estímulo dos adultos com quem conviveram terão suas expectativas mais bem sucedidas diante quaisquer desafios. Berne (1963) retrata que a presença de outras pessoas é positiva, pois oferece muitas oportunidades de gratificação.

Para Goleman (1995), o sucesso escolar depende em grande parte de características emocionais que foram cultivadas nos anos que antecedem a entrada da criança na escola. Segundo Babcock e Keepers (1976), durante a primeira infância, o bebê está formando os primeiros conceitos importantes a respeito de sua condição de bem estar. A autoimagem que ele apresenta está diretamente relacionada com suas habilidades físicas, capacidade de lidar com o mundo e a maneira como os adultos importantes o tratam.

É importante reconhecer a dependência do bebê como real. Um dos primeiros estudiosos a perceber a grande importância da presença e dos cuidados maternos para o desenvolvimento da criança foi René Spitz. Ele observou que bebês criados com as mães têm

melhor desenvolvimento do que os criados em instituições, mesmo tendo alimentação e higiene adequadas (SPITZ, 1979). O que diferencia é a presença e os cuidados maternos ou de substitutos na vida da criança. Sem o afeto, as consequências poderão ser graves a vida da criança.

No início do tratamento a cliente não demonstrou contente diante sua vida e da relação de seus pais. Apresentou dificuldade de amar, de desfrutar e de acreditar em suas potencialidades. Para Winnicott, uma criança é sensível à relação que existe entre seus pais. Se dentro do lar, as coisas correm bem a criança é a primeira a mostrar seu apreço pela vida e manifesta-se mais dócil e sente contente de conduzi-la (WINNICOTT, 1982). Segundo Berne “uma criança ao nascer possui capacidades para desenvolver suas potencialidades para trabalhar, amar, desfrutar e ser livre de patologia. Experiências precoces e influências parentais limitam esta liberdade” (BERNE, 1966, p.259).

Segundo Papalia e Olds (2000), a forma como os cuidadores agem com a criança influência no seu desenvolvimento cognitivo e motor. Quando elas são bem alimentadas e cuidadas, adquirem liberdade física e oportunidades para praticar suas habilidades, assim, o seu desenvolvimento provavelmente será normal. Winnicott (1982) parte da idéia que nem todos os bebês bem alimentados e orientados por uma mãe dedicada necessariamente desenvolverão uma completa saúde mental. Para o autor, mesmo quando as experiências iniciais foram boas, tudo o que foi conquistado precisa ser concretizado com o decorrer do tempo.

Viorst (1986, p.222) entende que:

“Por mais que os pais devam sua vida aos filhos, os resultados sempre fogem ao seu controle. Pois o que acontece aos filhos depende também do mundo fora do âmbito familiar, depende do mundo que eles têm dentro da cabeça. Depende da natureza inata de cada um. E, desde o começo, dependerá do tipo de conexão que se estabelece entre mãe e bebê como indivíduo”.

O que Viorst retrata percebi nos meus atendimentos na clínica. Nas minhas sessões trabalho no sentido de buscar informações sobre o que tem dentro das cabeças de cada cliente e a minha percepção como terapeuta é a de que muitas vezes o que acontece aos filhos depende de como internalizaram cada experiência de vida.

A partir das ideias de diferentes autores sobre o cuidado de uma recepção adequada da família, cabe ressaltar uma das tarefas cruciais dos pais na educação dos filhos é definir a realidade da criança. É a de transformar crianças em pessoas capazes de agir de maneira independente na sociedade. De acordo com Schiff (1975), a primeira responsabilidade dos pais é proteger seus filhos frente ameaças físicas que colocam riscos à sua sobrevivência ou desenvolvimento saudável e a outra é facilitar a função social de seus filhos. Portanto, a função dos pais é criar uma criança saudável para que se torne um indivíduo adulto com maturidade e independência.

Diante o referencial teórico apresentado sobre a importância da família no desenvolvimento evolutivo da criança, encontra-se na literatura, um instrumento valioso da Análise Transacional, que contribui para compreensão do sujeito. Este refere-se a Carícias, uma fonte poderosa de reconhecimento humano, considerada uma das necessidades essenciais do indivíduo.

CARÍCIAS

A capacidade de amar do ser humano começa no início da vida a partir da relação que se estabelece com a mãe ou com qualquer pessoa que esteja envolvida no cuidado e estimulação da criança. É indispensável, a quem cuida da criança sentir afeto. Tal sensação proporciona segurança, autoestima e autoconfiança. A sensação que o afeto proporciona oferece condições para a pessoa construir sua vida e enfrentar as dificuldades, por isso, nesse trabalho foi destacada a importância de Carícias para a sobrevivência, bem estar e construção de adulto saudável.

Berne (1988) contribuiu consideravelmente ao ressaltar a importância do afeto, da estimulação sensorial e do reconhecimento para o desenvolvimento do potencial humano. Ele conceituou Carícias como sendo unidade de reconhecimento humano. Segundo Krausz (1999), Berne desenvolveu a teoria das Carícias a partir de experimentos e estudos realizados por Spitz e Harlow e Levine. Esses estudiosos foram pioneiros sobre os efeitos devastadores da carência de contato e de estimulação física e sensorial para o desenvolvimento dos seres humanos e mamíferos.

Kertész (1987) comenta que, por detrás da aparente simplicidade sobre o tema Carícias, está a essência das relações humanas. O autor definiu esse conceito como sendo os “Estímulos Sociais dirigidos de um ser vivo a outro, o qual, por sua vez, reconhece a existência daquele.” (KERTÉSZ, 1987, p.71). Berne (1988) considera que receber Carícias é

uma necessidade básica e vital do ser humano e, quando, satisfeitas, promovem o desenvolvimento físico e mental. Nessa condição, essas necessidades proporcionam na vida do indivíduo prazer e facilitam a permissão para desfrutar do afeto e de ser saudável (CASALE, 1986).

As Carícias ou afagos provocam reações bioquímicas e, por conseguinte provocam respostas comportamentais. As Carícias podem ser positivas e negativas. Tanto as Carícias positivas quanto as negativas se caracterizam por toque e reconhecimento. As Carícias negativas, como as positivas, despertam a criança e possibilitam o crescimento. A diferença é o resultado, ou seja, os positivos tendem a elevar a pessoa numa posição mais madura frente a ela mesma e o outro. O mesmo não acontece com os afagos negativos (). Assim, que a cliente começou a se conhecer e dar Carícias a ela mesma começou a dar Carícias a outras pessoas, como por exemplo, a mãe. Ela conseguiu através do processo de mudança pedir as Carícias positivas que desejava de sua mãe e de outras pessoas e assim trabalhamos também a dificuldade de pedir o carinho que tanto desejava.

O sistema nervoso humano é construído de maneira que o reconhecimento verbal pode parcialmente substituir o contato físico ou o carinho. E mesmo que a pessoa reprima o contato físico, esta fome de contato físico permanece (BERNE, 1988).

Quando os bebês são acariciados de maneira adequada aprendem que podem enfrentar a vida, confiar nos adultos e ser ativos. Essa confiança geralmente se desenvolve na relação entre a mãe biológica ou substituta e o bebê. À medida que a criança cresce passa a aceitar outros tipos de Carícias como um sorriso, palavras elogiosas ou punição (BABCOCK E KEEPERS, 1976). Nos casos atendidos no meu consultório percebi que pessoas acariciadas muitas vezes de maneira inadequada tendem a ser mais passivos diante sua própria vida.

A maneira como a criança é cuidada influencia na própria percepção que possui de si mesmo e do tipo de Carícias que reconhece como familiar e aceitável. Bebês que são acariciados por uma pessoa adquirem confiança na sua própria competência e valor e desenvolvem relações muito intensas. Aprendem a confiar numa pessoa profundamente e podem vir a confiar ou não em outros (BABCOCK E KEEPERS, 1976). Os reconhecimentos positivos constituem-se como base importante para aquelas famílias que operam num funcionamento saudável (MCCLENDON E KADIS, 2007).

Para Steiner (2001), o ser humano muitas vezes sofre uma redução na quantidade de Carícias trocadas, e como consequência torna-se sedento de carinho. Para ele, esse é um dos efeitos importantes e prejudiciais, em decorrência dessa carência, as pessoas começam a aceitar ou até mesmo a buscar as Carícias negativas porque não conseguem as positivas. Pude perceber isto com a cliente do exemplo clínico e outros atendimentos no consultório. A pessoa que não busca oferecer e estar aberta a receber as Carícias positivas tende a buscar as negativas. E com isto, aceitam qualquer estímulo, mesmo que perverso, para a sua sobrevivência.

A cliente desde o início demonstrou carente de afeto, insegurança e não sincera com seus próprios desejos e sentimentos. Segundo Casale (1986), as pessoas carentes de afeto são consideradas inseguras e insinceras. Uma pessoa com uma formação interna adequada não pedirá Carícias a quem não sabe dá-las. Em contrapartida, pessoas acostumadas a viver na ausência de Carícias ou a recebê-las de maneira negativa, pedirão a quem não sabe dar ou dá mal, para reforçar seu aspecto negativo.

As crianças pequenas sabem instintivamente como obter as Carícias que desejam em diferentes idades. Essa capacidade está relacionada ao seu instinto de sobrevivência. A cada idade, as crianças têm a capacidade de pedir o tipo de Carícias de que precisam e cabe aos pais responder abertamente a solicitação. O tipo de Carícias que aprendemos a preferir na nossa infância é o que procuramos durante toda a vida, a não ser que queiramos alterar as preferências (BABCOCK E KEEPERS, 1976). Neste referido caso, a cliente aprendeu a receber e dar mais as Carícias negativas e com isto buscou muitas vezes Carícias negativas nas relações e muito punitiva consigo mesma e com o outro.

A cliente desde o início do tratamento demonstrou ter recebido muitos gestos negativos de pessoas próximas a ela e dificuldade nos relacionamentos. Segundo James e Jongeward (1975), as crianças precisam de toque e gestos positivos para crescer, pois estimulam a crescerem como vencedoras. Já as crianças que recebem pouco caso ou são ignoradas ou que recebem gestos negativos são estimuladas a se tornarem perdedoras e a sua capacidade de intimidade ficará comprometida.

Para Grizzle e Proctor (1991), o que leva uma criança a tornar-se um adulto bem ajustado e emocionalmente equilibrado é o senso de segurança pessoal, de ter seu próprio lugar e senso de capacidade. O apoio, a atenção, a orientação, o estímulo proveniente dos adultos contribui para que ela se torne capaz de encontrar seu lugar, tomar atitudes positivas e

concretizar suas potencialidades. Assim, os pais precisam aprender a demonstrar verdadeiro amor a seus filhos para auxiliar no seu desenvolvimento pessoal. No caso da cliente, ela não sentiu amada verdadeiramente pelos pais e comentou que não gosta de lembrar a falta de residência fixa em sua vida.

Segundo Schiff (1975), nos primeiros meses de vida da criança, a coisa mais importante que ocorre, nesta fase, é que ela descobre que existe. As condutas futuras frente a várias áreas da vida estão intimamente ligadas às experiências dos primeiros anos de vida. Portanto, se a experiência for positiva, ou seja, se consegue obter do meio o que precisa para suprir suas necessidades essenciais, a criança, quando crescer, não terá dificuldades para enfrentar a vida. A cliente chegou às sessões, com poucos cuidados básicos com ela mesma. Através da escuta pude perceber que a mesma teve experiências precoces muito dolorosas e com aliança terapêutica positiva entre cliente e terapeuta ajudou a mesma no processo de resignificação e mudança dos comportamentos negativos e autodestrutivos.

EXEMPLO CLÍNICO

Realizei atendimento psicoterapêutico com uma pessoa em idade adulta, solteira, de uma criança pequena. Atualmente reside com a mãe, irmã e a criança. Na primeira sessão, relatou que sua infância foi vivida na residência dos avós maternos e, em períodos intercalados, com os pais e, às vezes, com os tios. Sendo assim, durante sua infância não se percebeu tendo residência fixa. Neste período e em sua adolescência, apresentou dificuldades na escola e problemas principalmente com o pai. Reclamava que era obrigada a fazer determinadas ações sem vontade, como comer algo de que não gostava.

Ao iniciar os atendimentos, constatei que a cliente apresentava comportamentos autoritários nas suas relações e alguns comportamentos agressivos com ela mesma e com o outro. E ainda, demonstrou ser perfeccionista, crítica, rígida, introspectiva e de pouco contato social. Apresentava também alguns problemas de saúde e poucos cuidados básicos e problemas de ordem financeira. Demonstrou também dificuldades de relacionamento, dificuldade de dar e receber carinho e apresentava sentimentos de rejeição e de abandono. E ainda, demonstrou falta de confiança com ela mesma e com o outro.

Além disso, apresentava dificuldade de desfrutar e de ter clareza no que estudar e/ou trabalhar, e de pedir ajuda ao outro, quando necessário, e apresentava muitos pensamentos negativos. Relatava bastante cansada, devido carga de trabalho excessiva e reclamava que não

encontrava tempo para lazer e para alguns de seus cuidados básicos. O tempo que tinha disponível realizava as atividades domésticas e dos cuidados com a criança. Queixava-se ainda de dificuldades com relação a autoridade, limites, do seu tempo como mãe e ausência do pai da criança. Percebeu também dificuldades no seu papel de mulher.

DISCUSSÃO DO EXEMPLO CLÍNICO

Conforme o referencial teórico, as Carícias físicas são necessárias nos primeiros anos de vida. A quantidade de Carícias e a maneira como as crianças são acariciadas auxiliam-nas na percepção sobre si mesmo, os outros, o mundo e como se posiciona na vida. (BABCOCK E KEEPERS, 1976). No exemplo clínico, a pessoa percebeu ter recebido muitas Carícias inadequadas de adultos próximos. Relatou sentir-se cuidada por um adulto em alguns momentos, mas o modo como foi acariciada foi inadequado, de maneira abusiva, o que acarretou sentimentos de confusão com relação ao toque que seu pai fazia em seu corpo. Essa pessoa demonstrou um posicionamento pouco ativo frente sua vida.

Características humanas de confiança e competência começam a se formar desde a tenra idade. O sujeito desse exemplo clínico também demonstrou desconfiança diante de outros adultos e sentimento de inferioridade. Segundo Babcock e Keepers (1976), as crianças na companhia de adultos que fornecem Carícias afetuosas aprendem a confiar em outras pessoas e sentem mais competentes.

Além das Carícias físicas, existem outras necessidades básicas e vitais para o ser humano, como já destacado nesse trabalho. A pessoa referida chegou às primeiras sessões com poucos cuidados básicos atendidos por ela mesma, como, por exemplo, alimentação inadequada, bebia pouca água, não tomava banhos prazerosos e dormia pouco. Na sua infância, relatou poucos cuidados da mãe para com ela e não aceitação e reconhecimento do pai. Na vida adulta, os reflexos já citados: dificuldade em desfrutar do prazer como afeto, alimentação adequada, sono adequado e banhos prazerosos.

As necessidades básicas, no período da infância, estão relacionadas com a aceitação e o reconhecimento como ser vivo: Carícias físicas, alimentação, higiene e todos os cuidados físicos em geral. Todas elas promovem o prazer, a permissão para desfrutar do afeto, de alimentação adequada e para ser saudável (CASALE, 1986).

Muitas vezes, a cliente não foi sincera consigo mesma e com outras pessoas. Apresentou dificuldades de pedir e dar as Carícias positivas que desejava ficando sensibilizada às Carícias

negativas dos outros e também de si mesma. Como fica claro nos atendimentos, a cliente recebeu muitas Carícias negativas dos pais na sua infância, apresentando assim, dificuldades em desenvolver autoconfiança e amor próprio. Buscou muita Carícia negativa nas relações, atraindo ambientes e relações disfuncionais.

A solidão aparece como uma questão importante na vida da cliente. Foi uma menina que sentiu ausência dos pais e falta de uma residência fixa durante todo seu desenvolvimento, sendo que houve um investimento da avó como figura materna substituta, com o aumento da sensação de vazio após a perda desta.

Segundo Casale (1986), as pessoas carentes de afeto são inseguras e insinceras. Uma pessoa com um modelo interno adequado de si mesmo pedirá Carícias a quem sabe dá-las. E do contrário, estarão sensibilizadas às Carícias negativas e, com isso, reforçará seu aspecto negativo. Babcock e Keepers (1976) acrescentam que o tipo de Carícias que aprendemos a preferir na infância é o que vamos procurar por toda a vida, a não ser que queiramos modificar as nossas preferências.

A cliente relatou, nas sessões, que sentiu raiva de seus pais por agirem de maneira inadequada com ela. Relatou também, que faltou, na sua vida, o colo de sua mãe e aceitação por parte de seu pai. Segundo Schiff (1975), nos primeiros meses de vida, a criança descobre que existe e que uma parte do mundo são eles e outra parte que não são. Aprendem a reconhecer que é um ser e que agirá para receber mais de seu ambiente e começam a descobrir limitações impostas pelas fontes externas em sua atividade e ficam ofendidos.

A cliente chegou às primeiras sessões com pensamentos negativos e com posicionamento de vitimização. Em geral, ela sente menos valorizada em relação à mãe e outras pessoas. E, segundo Viorst (1986), o que acontece aos filhos depende do âmbito familiar e do mundo que eles têm dentro da cabeça e da natureza inata de cada um. E, desde o começo, dependerá do tipo de conexão que se formou entre mãe e bebê como indivíduo.

A cliente queixou de sua mãe trabalhar muito e de tê-la levado para seu trabalho na época de sua infância. Na vida adulta, percebeu que trabalha muito como a mãe e, assim, sente cansada e sem tempo para outras coisas em sua vida. Demonstrou dificuldade de expressar seus sentimentos. Como já foi mencionado nesse trabalho, as crianças possuem necessidades básicas e a intensidade com que são vivenciadas, a disponibilidade e o tempo necessário dos pais e da família para atendê-la proporciona um ambiente ao qual a criança precisará se

adaptar. Portanto, o processo de adaptação ocorre para resguardar sua sobrevivência e, com isso sentir um mínimo de dor (MCCLENDON E KADIS, 2007).

Segundo Berne, “uma criança ao nascer possui capacidades para desenvolver suas potencialidades para trabalhar, amar, desfrutar e ser livre de patologia. Experiências precoces e influências parentais limitam esta liberdade” (BERNE, 1966, p.259). Isto foi percebido na vida dessa cliente, porque muitos de seus sentimentos, pensamentos e comportamentos limitaram sua liberdade de desfrutar da vida.

As necessidades humanas são instintos que acompanham o sujeito desde seu nascimento. A responsabilidade por satisfazê-las, na vida adulta, advém do próprio indivíduo. Enquanto que, nos primeiros anos de vida, a criança pequena necessita do meio em que vive, ou seja, depende das respostas dos adultos para satisfazer suas necessidades. Diante disso, pode-se perceber, no caso apresentado nesse trabalho, que a cliente não sentiu apoio dos pais. E Schiff (1975) defendeu que é importante que o ambiente ofereça apoio suficiente para que o indivíduo se desenvolva saudável. A falta de apoio nas necessidades dessa cliente, enquanto era criança, proporcionou dificuldades em reconhecer suas necessidades e a expressão delas de maneira adequada na vida adulta.

Nesse exemplo clínico, trabalhei com um dos instrumentos mais potentes da Análise Transacional que são as Carícias. O foco da terapia se deu em oferecer informações importantes sobre os instrumentos utilizados nesta abordagem, em especial Carícias, que contribuíram para o processo de tomada de consciência e fortalecimento dela. A partir do conceito e dos exemplos sobre Carícias positivas e negativas, das autocarícias, a cliente se mostrou interessada e foi tomando consciência dos pensamentos, sentimentos e comportamentos inadequados que a impediam de desfrutar de relações mais sinceras e mais satisfatórias.

Assim, no decorrer do processo terapêutico, a cliente foi se mostrando mais interessada pelos temas da Análise Transacional e começou a buscar as Carícias que desejava. Foi um aprendizado novo em sua vida. Começou a dar mais atenção ao que desejava como beber mais água, tomar um bom café da manhã, dormir melhor, a se interessar pela literatura e exercício físico. A cliente principiou a cultivar melhores momentos com ela mesma e com outras pessoas, comportando-se de maneira mais saudável.

Nesse exemplo clínico, muitas experiências infantis não foram vivenciadas de maneira positiva. E mesmo que tenha lhe faltado cuidados, a cliente percebeu que ela pode cuidar dela mesma. E assim vem fazendo, por exemplo, frequentando a psicoterapia, buscando cuidados médicos, dentre outros. Atualmente vem refletindo e organizando-se melhor para realizar alguns de seus desejos.

Por meio desse caso e outros atendimentos no consultório, pude perceber a importância de uma recepção adequada da criança nos primeiros anos de vida. O sentimento de valia, de amor que a pessoa poderá sentir ou não está intimamente relacionado com o aprendizado que obteve na relação familiar. Isso reflete também na dificuldade do mundo adulto em aceitar e amar a criança que a cliente foi e olhar para suas necessidades e atendê-las de maneira adequada (CASALE, 1986).

Na psicoterapia, a cliente obteve muitas informações e começou a refletir sobre sua vida e o que a incomodava. Isso a ajudou no processo de autoconhecimento e numa consequente autoavaliação e transformação interna que, em seguida, refletiu nas suas relações sociais. Ela ainda continua em processo psicoterapêutico. É uma cliente que vem crescendo no seu tempo e trazendo gratificações e crescimento para o meu trabalho.

Pelo relato da cliente, os pais apresentaram dificuldade de serem pais. Esta relação acarretou frustração na vida da cliente devido ao desgaste da relação que viveu com eles. Essa relação apresentou uma falta de sintonia e cooperação entre membros da família. A cliente apresentou dificuldade de dar e receber Carícias e de sentir merecedora do afeto nas relações.

Portanto, com o conceito de Carícias da Análise Transacional apresentado as sessões à cliente a mesma aprendeu a dar carinho a si mesma, por exemplo, abraçar e fazer uma massagem nela mesma. E ainda, aprendeu a diferença entre as Carícias positivas e negativas, de reconhecer a Carícia positiva que necessita e saber a quem pedir e rejeitar aqueles carinhos que não quer. Percebeu a dificuldade de ser mãe e de ser mulher e do pouco tempo disponível com a filha advém da sua experiência de vida que teve na relação com os pais.

É importante ressaltar a importância da interação e da sintonia da família com as necessidades da criança, fundamentalmente em referência, a questão das Carícias necessárias para um bom desenvolvimento humano.

As minhas intervenções como psicoterapeuta proporcionava a cliente condições de ressignificação e reintegração cognitiva e emocional, devolvendo-lhe a capacidade de pensar

e de sentir e assim perceber o que ela precisava buscar para satisfazer suas necessidades, tais como, as Carícias positivas. A cliente em muitos dos seus relatos na sessão comentou que sentia vazia de sentimentos e reagia muitas das situações do seu dia a dia sem pensar.

A cliente deste estudo apresentou ser uma pessoa tímida, com medo de se expor em situações sociais, de comportamento inibido, sensível a críticas e com frequência sentia ser alvo de avaliação negativa. Estes comportamentos estiveram associados com a baixa auto-estima. Ela evitava o contato, pois sentia insegura e com pouca habilidade em estabelecer a ligação afetiva. E com a psicoterapia, a cliente começou a conhecer suas qualidades e limitações, e a partir daí começamos um trabalho de melhorar sua auto-estima através dos conceitos da Análise Transacional e de um bom vínculo terapêutico. Em muitas sessões com a cliente, como terapeuta reforçava os comportamentos positivos e a cada conquista dela, pois a mesma não costumava valorizar suas mudanças e suas habilidades.

Portanto, desde o início, a cliente demonstrou interesse pela psicoterapia, pelos conceitos da Análise Transacional e motivação para mudança, apesar de algumas resistências.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do exemplo clínico e da revisão bibliográfica, pode-se afirmar que o tema deste estudo é repleto de reflexões, pois as Carícias é um dos conceitos de grande importância da Análise Transacional e que muito contribui para o desenvolvimento e crescimento do indivíduo, assim como também para modificação de condutas.

Fica evidenciado neste estudo que ausência de cuidados adequados tem potencial para gerar conflitos no desenvolvimento psicológico da criança. Uma pessoa que não sentiu ou não se satisfaz diante necessidades fundamentais desde a infância, provavelmente sentirá dificuldades de amar e sentir-se amada, satisfeita e reconhecida nas suas relações, acarretando diversos problemas emocionais, como os percebidos em consultório.

No caso clínico ilustrado, o mau desempenho escolar da cliente é um fator marcante de sua vida passada e atual. Teve repetições na escola e segue com dificuldades nessa área. A cliente comentou na sessão que ficava imaginando no que os pais de suas colegas poderiam estar fazendo com elas e não prestava atenção na aula. Nesta época, a cliente vinha sofrendo abuso sexual do pai e temia que os pais das colegas fizessem o mesmo.

Foi levantada a hipótese que de ficar muito doente seria a maneira encontrada pela cliente para chamar atenção da mãe, já que pensa que esta só se preocupa com ela desta forma. Ou seja, ser saudável facilitaria o caminho para ser “deixado de lado” pela mãe, que não teria motivos para estar com ela, pois a mãe trabalhava muito. E a cliente repete este comportamento quando quer obter atenção da mãe. E a filha da cliente aprendeu também que é ficando doente, que ela obtém atenção de sua mãe.

Trabalhei com a cliente para que mesmo diante dessas insatisfações, ela pudesse hoje cuidar de si mesma, valorizar-se e estabelecer uma relação de amor consigo mesma. Assim, a cada sessão, a cliente foi tendo suas descobertas e, com o auxílio da Análise Transacional, foi decidindo o que fazer para obter suas mudanças necessárias, favoráveis ao seu desenvolvimento saudável.

Diante disto, a cliente vem tomando consciência dos seus comportamentos inadequados e o que leva a pensar e a sentir sobre ela, os outros e o mundo e o que contribuía para reforçar seus aspectos negativos. Hoje ela vem aprendendo a reconhecer o que necessita e ter um posicionamento mais ativo nas relações consigo mesma e com os outros.

Entre os fatores que contribuíram para o resultado satisfatório do processo terapêutico estão a motivação da cliente, o estabelecimento de uma aliança terapêutica positiva, supervisão e o treinamento como terapeuta na técnica da psicoterapia Análise Transacional e psicoterapia pessoal.

Portanto, nesse exemplo clínico trabalhei com os conceitos da Análise Transacional, focando em Carícias, o que muito contribuiu para mudanças positivas no comportamento desta cliente.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BABCOCK, Dorothy E.; KEERPS, Terry D. **Pais Ok, filhos Ok**. São Paulo: Círculo do Livro, 1976.

BERNE, Eric. **Structure and dynamics of the organizations and groups**. New York, Ballantine Books, 1963.

_____. **Sexo e Amor**. Rio de Janeiro: José Olympio, 1988.

_____. **Principles of group treatment**. New York: Grove Press, 1966.

CASALE, Del Franco. **Ajuda-me a crescer: desenvolvimento evolutivo do 0 aos 16 anos: Análise Transacional e terapia refocalizadora**. São Paulo: Summus, 1986.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência Emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente**. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995.

GRIZLE Anne F.; PROCTOR, W. **Uma relação de amor e ódio: rompendo os padrões de amor dependente nas relações familiares**. São Paulo: Rosa dos tempos, 1991.

JAMES, M. JONGEWARD, D. **Nascido para vencer: Análise Transacional com experiências Gestalt**. São Paulo: Brasiliense, 1975.

KERTÉSZ, Roberto. **Análise Transacional ao vivo**. São Paulo: Summus, 1987.

KRAUSZ, Rosa R. **Trabalhabilidade**. São Paulo: Nobel, 1999.

MCCLENDON E KADIS. Terapia Familiar: um modelo de Análise Transacional para a saúde. **Revista Brasileira de Análise Transacional**. São Paulo. Ano XVII, n1, junho 2008.

PAPALIA, Diane E; Olds, Sally W. **Desenvolvimento Humano**. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 2000.

SCHIFF, Jacqui Lee. **Cathexis Reader: Transactional Analysis Treatment of Psychosis**. New York: Hardcover & HarperCollins Publishers, 1975.

STEINER, Claude e Perry, Paul. **Educação Emocional: um programa personalizado para desenvolver sua inteligência emocional**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

WINNICOTT, Donald.W. **A criança e o seu mundo**. Rio de Janeiro: LTC, 1982.

VIORST, Judith. **Perdas Necessárias**. São Paulo: Melhoramentos, 1986.

SPITZ, R. A . **O Primeiro ano de Vida: um estudo psicanalítico do desenvolvimento normal e anômalo das relações objetais**. São Paulo: Martins Fontes, 1979.