

**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO – PUC/SP**  
**ESPECIALIZAÇÃO EM TERAPIA FAMILIAR E DE CASAL**

**Valéria Nicolau Paschoal**

**O USO DE METÁFORAS**  
**EM TERAPIA NARRATIVA:**  
**FACILITANDO A CONSTRUÇÃO DE NOVOS**  
**SIGNIFICADOS**

São Paulo

2012

**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO – PUC/SP**  
**ESPECIALIZAÇÃO EM TERAPIA FAMILIAR E DE CASAL**

**Valéria Nicolau Paschoal**

**O USO DE METÁFORAS**  
**EM TERAPIA NARRATIVA:**  
**FACILITANDO A CONSTRUÇÃO DE NOVOS**  
**SIGNIFICADOS**

Monografia apresentada como parte dos requisitos para obtenção do título de especialista em Terapia de Família e Casal da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo sob orientação da Profa. Dra. Marilene A. Grandesso.

São Paulo

2012

Dedico esse estudo à todos que fazem uso das metáforas para trazerem leveza às duras histórias.

## AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer a todos os colegas da turma “Terapia Familiar 2012”, pois cada um teve uma participação especial e fundamental na minha construção profissional e afetiva.

À professora Doutora Marilene A. Grandesso, que sempre esteve disposta a me auxiliar de maneira brilhante na orientação desta monografia, com uma tranquilidade e sabedoria fascinantes.

À Mathilde Neder, por ter me ajudado a confiar no meu coração, permitindo que eu que eu atentasse também à mim durante os atendimentos com a família na clínica da PUC/SP.

Agradeço a belíssima contribuição dos terapeutas narrativos com suas vozes e versões sobre o uso das metáforas em terapia, possibilitando o enriquecimento deste trabalho.

Aos diversos professores que passaram pela minha formação em terapia familiar e de casal no decorrer desses três anos e me deram base para chegar até aqui.

Por último, agradeço à minha família e amigos, por acreditarem em meu potencial, me incentivando sempre e apoiando nos momentos difíceis.

Vocês foram e são fundamentais na construção da minha identidade pessoal e profissional. Cada um faz parte de maneira significativa no clube da minha vida!

## **Metáfora**

**Gilberto Gil**

Uma lata existe para conter algo  
Mas quando o poeta diz: "Lata"  
Pode estar querendo dizer o incontível

Uma meta existe para ser um alvo  
Mas quando o poeta diz: "Meta"  
Pode estar querendo dizer o inatingível

Por isso, não se meta a exigir do poeta  
Que determine o conteúdo em sua lata

Na lata do poeta tudo nada cabe

Pois ao poeta cabe fazer

Com que na lata venha caber

O incabível

Deixe a meta do poeta, não discuta

Deixe a sua meta fora da disputa

Meta dentro e fora, lata absoluta

Deixe-a simplesmente metáfora

PASCHOAL, Valéria Nicolau. **O uso de metáforas em terapia narrativa: facilitando a construção de novos significados**. Monografia apresentada ao curso de Especialização em Terapia Familiar e de Casal da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. NUFAC – Núcleo de Família e Comunidade da PUC – São Paulo, 2012. 144 p.

## RESUMO

O presente estudo tem por finalidade verificar como as metáforas estão sendo utilizadas em conversações terapêuticas de base narrativa e quais as vantagens desse uso. Tratando-se de uma pesquisa qualitativa, utilizou-se como instrumento de pesquisa entrevistas semi-dirigidas de base dialógica com quatro terapeutas narrativos. A partir destas entrevistas, que foram gravadas e transcritas, realizou-se uma análise do discurso com ênfase na poética social (na busca de momentos marcantes). Nas entrevistas realizadas, assim como na teoria estudada (terapia narrativa), foi percebido que as metáforas se fazem presentes nas sessões de terapia narrativa, em todos os seus momentos, como nas conversações de externalização, de reautoria, de lembrança e nas cerimônias de definição. A metáfora foi considerada um elemento essencial no processo terapêutico por todos os terapeutas entrevistados pois, entre outras coisas: possibilita que o cliente explique o que está vivenciando à sua própria maneira; facilita a compreensão do terapeuta, pois pode transportar-se para o contexto da pessoa por meio das metáforas; facilita que o cliente fale de coisas difíceis; e amplia as possibilidades existenciais.

**Palavras-chave:** metáfora, terapia narrativa, mudança de significado, histórias, conversação terapêutica.

PASCHOAL, Valéria Nicolau. **The use of metaphor in narrative therapy: making easy the construction of new meanings**. Monograph presented for the specialization course in Family and Couple Therapy of Pontifical Catholic University of São Paulo. NUFAC – Core of Family and Community of PUC – São Paulo, 2012. 144 p.

### **ABSTRACT**

The current study has the purpose of verify how the metaphors are being used in narrative therapeutic conversations and which are the benefits of these use. In case of a qualitative research, it were used as research instrument semi-guided interview in a dialogical basis with four narrative therapists. Based on these interviews, that were recorded and transcribed, it was made an discourse analysis with emphasis in the social poetic (in seeking of arresting moments). In the interviews that were done, as well in the studied theory (narrative therapy), it was seen that metaphors are inside the narrative therapy sections, in all their moments, as well in the externalising conversations, in re-authoring conversations, in re-remembering conversations and in the definitional ceremonies. The metaphor was considered an essential element in the therapeutic process for all the interviewed therapists because, among other thing: it enable the cliente to explain what he or she is living as your own way; it makes easy the therapist comprehension, because he can be transported to the context of the person by the use of metaphors; makes easy the client to speak of difficulties things; and extend existencial possibilities.

**Key-words:** metaphor, narrative therapy, changing meaning, histories, therapeutic conversation.

## SUMÁRIO

RESUMO

ABSTRACT

1 – INTRODUÇÃO	9
2 – METÁFORAS	13
3 – TERAPIA NARRATIVA	23
3.1. Conversações de externalização	26
3.2. Conversações de reautoria	31
3.3. Conversações de lembrança ou re-associação	36
3.4. Cerimônias de definição	37
4 – O USO DE METÁFORAS EM PSICOTERAPIA	41
5 – O USO DE METÁFORAS EM TERAPIA NARRATIVA	49
6 – METODOLOGIA	56
6.1. Participantes	56
6.2. Instrumentos	58
6.3. Procedimento	59
6.4. Análise dos dados	59
7 – COMPREENDENDO AS METÁFORAS NA PRÁTICA DOS TERAPEUTAS	61
7.1. Facilitando a conversa terapêutica por meio de metáforas	61
7.2. Tornando a conversa mais lúdica e facilitando que se fale de coisas difíceis	63

7.3. Possibilitando a nomeação das experiências vividas e dos sentimentos	66
7.4. Compreendendo o contexto do cliente	70
7.5. Facilitando a mudança e a construção de novos significados – sendo autor da própria história	75
7.6. Trabalhando com a metáfora que faça sentido para o cliente	79
7.7. Postura do terapeuta narrativo	82
8 – CONSIDERAÇÕES FINAIS	86
EPÍLOGO	89
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	90
ANEXOS	94
Anexo A – Modelo do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	94
Anexo B – Entrevista com Adriana Müller	96
Anexo C – Entrevista com Ana Luiza Novis e Lucia Helena Abdalla	116
Anexo D – Entrevista com João Laurentino dos Santos	133

## 1 – INTRODUÇÃO

*“Meu pai me ensinou a pensar por metáforas. Porque o mundo da vida em evolução também pensa através de metáforas. A metáfora é às vezes um outro nome para a poesia possível nesse mundo: a família é um jardim; uma pessoa é um planeta – similitudes de formas e processos que nos ajudam a falar de nós mesmos.”*  
(Mary Catherine Bateson)

Quando precisei determinar um tema para a produção desta monografia, tive muitas dúvidas sobre o que estudar, já que me interessava por diversos temas, como o uso de jogos, o lugar do corpo, e de histórias em terapia de família. Percebi que a metáfora era algo em comum que eu gostaria de investigar em cada um destes temas e também era algo muito presente em minha história, desde criança, em que eu ficava aficionada quando os adultos me explicavam ou ensinavam alguma coisa por meio de metáforas.

Nunca me esqueço do meu pai, sem saber o que fazer para que eu me alimentasse. Quando eu era criança, recusava qualquer tipo de comida e tinha anemias constantes. Preocupado, ele decidiu colocar várias maçãs dentro de uma sacola de plástico e pediu para que eu observasse muito bem aquela sacola. Ela ficava em pé. Ele solicitou então, que eu as retirasse uma por uma, e verificasse o que ocorreria com a sacola... eu pude perceber que ela não mais parava em pé e era levada pelo vento... Ele concluiu seu “experimento” com a frase: *“viu só? Saco vazio não para em pé”*. A partir desse dia, tive um novo entendimento dos motivos por que devíamos nos alimentar bem e sobre o poder de uma metáfora.

Metáforas e psicoterapia têm andado juntas desde muito tempo. Nos primórdios da terapia familiar, Andolfi (1989), apoiava o uso de metáforas em

sessões terapêuticas de diferentes formas, como: o terapeuta se apropriar de alguma metáfora trazida pela família; tornar o sintoma da família em uma metáfora; o terapeuta empregar imagens que lhe vêm à mente; ou mesmo fazer uso de objetos metafóricos em sessão. É interessante notar que nesta fase, a metáfora era usada estruturalmente. Ao longo do tempo, com a pós-modernidade, o uso de metáforas no campo da terapia familiar foi se modificando.

As terapias baseadas nas ideias pós-modernas, não estão preocupadas em buscar uma estrutura universal para a família, mas sim, em uma pluralidade de ideias e vozes. De acordo com o movimento pós-moderno, a realidade é construída, e há uma infinidade de realidades possíveis, tantas quantos forem os observadores. Terapeutas não são considerados “experts” em seu fazer terapêutico. Terapeuta e clientes navegam juntos no mesmo barco, buscando alcançar realidades alternativas (novas narrativas) àquelas realidades que trazem sofrimento.

Gosto de trabalhar com metáforas em terapia, pois me auxiliam enquanto terapeuta. Da mesma forma tenho sido testemunha, durante o meu processo terapêutico, no quanto as metáforas são úteis – tanto quando são utilizadas por mim ou por minha terapeuta. Imagino que temos a facilidade de trabalhar desta forma com clientes de qualquer faixa etária e em sessões individuais e de família. A metáfora pode ser uma forma de brincar com as palavras e objetos e, tornando a sessão mais lúdica, permite que se fale de coisas duras de forma mais leve.

Ao utilizar as metáforas em consultório, percebo que os clientes ampliam o repertório, conseguem explicar de outra forma o que estão vivenciando, possibilitando a ressignificação e construção de novas histórias preferidas.

Geralmente, utilizo metáforas quando alguma imagem ou história me vêm à mente ao escutar meu cliente, ou abro conversações sobre a metáfora trazida por ele. Gostaria de aprender mais como os terapeutas pós-modernos estão utilizando as metáforas em seu trabalho.

Pretendo escrever sobre o uso de metáforas durante as sessões terapêuticas, como um meio de facilitar os processos de externalização do problema, conversas de reautoria, conversas de lembrança, e cerimônias de definição. Meu objetivo é explicitar o uso da metáfora na Terapia Narrativa em geral, em todos os processos conversacionais que esta abordagem proporciona. Penso que ao construir uma

metáfora, ou mesmo citar uma já existente (como contos, anedotas, entre outros), o cliente possa enxergar o problema como externo a si mesmo e visualizar possíveis alternativas para a situação em que se encontra, possibilitando a construção de novos significados.

Metáfora é o emprego de uma palavra no lugar de outra, favorecendo a construção de significados. Em terapia sistêmica de segunda ordem, a problemática do cliente seria substituída por uma palavra carregada de significação, uma história ou outro tipo de metáfora, pela semelhança que tem com a história dominante. De acordo com Grandesso (2000), “A qualidade metafórica é (...) uma qualidade de transportar o significado de um contexto para outro contexto, caracterizando, portanto, um **como se**, mas de forma implícita.” (GRANDESSO, 2000, p. 143), e assim, possibilita a criação de uma nova unidade de sentido.

Trago a ideia de que estas substituições possam ser feitas tanto pelo cliente, quanto pelo terapeuta. Quando feitas pelo último, deverá respeitar sua posição de “não saber”, conferindo com o cliente se o que associou faz sentido e apenas utilizá-la se a resposta for positiva.

Utilizarei a Terapia Narrativa como referencial teórico, por acreditar que esta abordagem amplia as possibilidades de desenvolvimento de novas histórias, da mesma maneira que as metáforas o fazem. A busca de reconstrução de significados é um dos caminhos da Narrativa, e se dá pela criação de histórias alternativas às histórias dominantes (histórias estas, saturadas de problema).

Para desenvolver esta pesquisa, entrevistei terapeutas que se apresentam como trabalhando na abordagem narrativa, para verificar como as metáforas estão sendo usadas por eles, e como acreditam que este uso têm ressoado em seus clientes. Com esta investigação, terei o objetivo de compreender como o uso de metáforas pode facilitar a criação de novos significados em terapia narrativa; verificar como o uso de metáforas auxilia o processo de externalização e conversas de re-autoria; e observar como a metáfora está sendo utilizada em sessões terapêuticas.

Ao longo da pesquisa, tenho a intenção de responder às seguintes perguntas: a metáfora auxilia o terapeuta e cliente na terapia narrativa? Como a metáfora pode facilitar o processo de externalização, reautoria e ressignificação na terapia

narrativa? Como a metáfora pode contribuir para a mudança e construção de novos significados? Quais são os momentos mais apropriados para o uso de metáforas? Podemos utilizá-las com qualquer cliente/problemática?

Este trabalho poderá ser relevante para os terapeutas que trabalham com famílias, casais, crianças, adolescentes e adultos, pois penso que podemos trabalhar com metáforas em qualquer faixa etária. Pretendo contribuir para a área da Terapia Familiar, no sentido de inspirar os terapeutas a utilizarem metáforas (anedotas, histórias, imagens entre outros) no contexto terapêutico, para auxiliar clientes no processo de ressignificação, reautoria e construção de histórias alternativas.

## 2 – METÁFORAS

*“As metáforas são enigmas velados”*

*(Aristóteles)*

Segundo Silva (2010), o termo “metáfora” tem sua origem na palavra grega *metaphorá* e de acordo com o dicionário Aurélio, é o “tropo em que a significação natural duma palavra é substituída por outra com que tem relação de semelhança” (FERREIRA, 1988, p. 336). Silva (2010) nos lembra que a primeira definição da palavra “metáfora” encontra-se nos escritos aristotélicos, na Grécia Antiga. Para Aristóteles, “metáfora é a transferência para uma coisa do nome de outra, ou do gênero para a espécie, ou da espécie para o gênero, ou de uma espécie de uma para o gênero de outra, ou por analogia” (ARISTÓTELES, 1964, p. 304 *apud* SILVA, 2010, p. 80).

No conhecido soneto de Luís de Camões, podemos verificar várias metáforas, que se fazem presentes na busca de conceituar a natureza contraditória do amor:

“Amor é fogo que arde sem se ver;  
É ferida que dói e não se sente;  
É um contentamento descontente;  
É dor que desatina sem doer.

É um não querer mais que bem querer;  
É um andar solitário entre a gente;  
É nunca contentar-se de contente;  
É um cuidar que se ganha em se perder.

É querer estar preso por vontade  
É servir a quem vence o vencedor,  
É ter com quem nos mata lealdade.

Mas como causar pode seu favor  
Nos corações humanos amizade;  
Se tão contrário a si é o mesmo amor?”

(Luís de Camões)

Assim, percebemos a metáfora como uma espécie de comparação de dois termos ou situações, sem o uso de um conectivo (*como*), e temos: “Amor é fogo que arde sem se ver”, e não: “Amor é *como um* fogo que arde sem se ver”. A palavra “fogo” tem o seu sentido literal (desenvolvimento de calor e luz) e sentido figurado (paixão, fervor) e no caso deste soneto, apresenta uma semelhança, uma equivalência com o amor, que é apenas figurada, metafórica. De acordo com Silva (2010), metáfora é o emprego de uma palavra fora do seu sentido habitual, sendo um sentido figurado.

Ouçó com frequência pessoas dizerem que “as palavras têm poderes” e lembro de uma história escrita por Silva Junior (2011) sobre um caso de Freud, que ilustra bem o poder das palavras. Esta história é contada pela sobrinha de uma ex-paciente de Freud que a acompanhou na consulta. No momento da consulta, a paciente tinha 30 anos e era uma mulher muito bonita, que já havia procurado vários médicos para ajudá-la em suas dores de causa desconhecida:

Com relutância, marcou uma consulta com o dr. Freud, controverso especialista em doenças nervosas de Viena. Ao encontrar o psicanalista, declarou com impertinência sua falta de confiança na psicanálise. “Se é verdade que o senhor trata só com palavras, isso será inútil. Não acredito que meras palavras tenham poder sobre minhas dores do corpo.”

O experiente médico teria se mantido imperturbável. Perguntou sobre o que a trazia ali, quando suas dores tinham começado, onde eram, se e quando mudavam de intensidade, quais tratamentos tinha tentado, se tinha outros incômodos e também sobre sua vida em geral. Quando pareceu satisfeito, iniciou um discurso um pouco surpreendente para ambas:

“Vejo que a senhora, apesar dos males que a afligem, é de rara beleza. Isso não deve ter lhe escapado, uma vez que, imagino eu, não devem ser poucas as expressões de admiração e as consequentes investidas dos cavalheiros de nossa cidade. Sua pele é de uma textura extremamente delicada e saudável”. Nisso se levantou, pegou um espelho que mantinha pendurado no ferrolho da janela e o aproximou da dama, oferecendo a imagem da qual falava à jovem senhora, visivelmente lisonjeada. “Observe! Trata-se mesmo de uma beleza pouco comum, algo oriental, com grandes olhos negros e ligeiramente oblíquos... *On dirait la beauté d’une déesse égyptienne*”, disse em francês elegante. Completou o elogio com uma espécie de apoteose ao momento sublime que aquele rosto capturava. “Observe, minha senhora, e não se esqueça jamais desse momento. Ele é a própria imagem do ápice da beleza feminina encarnada em um rosto simplesmente perfeito!” Nisso, com efeito, a expressão da jovem havia se transformado. Seus olhos brilhavam, seu rubor saudável indicava uma felicidade vivaz e satisfeita. Ela estava simplesmente exuberante e delicada com o que via.

“Contudo”, continuou com outro tom de voz, “se examinarmos com cuidado, será possível notar que os primeiros sinais da velhice já se anunciam sutilmente.” “Veja bem”, disse, aproximando o espelho do olhar hesitante da jovem. “Um pequeno mas indisfarçável reticulado se irradia dos cantos das pálpebras e dos lábios...” A angústia da moça ao confirmar aquelas marcas as sulcava um pouco mais. Dr. Freud tinha experiência em detectar os sinais mínimos de perturbação interior. Bastou que indicasse as poucas irregularidades da pele para que as lágrimas brotassem dos olhos baços da infeliz. “Talvez o que vê agora seja meramente fruto de sua aflição diante da verdade: que nosso melhor tempo é como um só dia de sol antes de um longo inverno de decadência contínua.” Nisso, a jovem senhora já contemplava outra imagem. Seu nariz e olhos, inchados com o choro, e a fronte, avermelhada com a tensão, de fato pareciam confirmar a profecia do médico. Foi então que seu tom de voz de novo mudou e assumiu um ar benevolente e carinhoso. “A senhora se recorda do rosto divino que viu há pouco nesse mesmo espelho?” Ela acenou afirmativamente com a cabeça, incapaz de falar. “Pois bem, minha senhora, ele se transformou na imagem que vê agora apenas com o poder das palavras!” (SILVA JUNIOR, 2010, p. 7 – 13).

Fico admirada também, ao ver algumas vezes que quando mudamos alguma palavra em uma frase, muda-se o sentido da mesma, como por exemplo: “a manga está furada; a manga está madura...”. Em que só sabemos de que manga se está falando no final da frase: na primeira, a manga de uma blusa e na segunda, a fruta. Ao estudar a Terapia Narrativa, percebi que as palavras têm muitos poderes, e que estas trocas de palavras têm efeitos incríveis. Pensando nisto, iniciei minha pesquisa

sobre a utilização de metáforas, que são estas trocas de uma palavra pela outra, em que o significado é transportado para a nova sentença e contexto, construindo uma nova unidade de sentido

Ao estudar a terapia narrativa, encantei-me com o fato de o terapeuta narrativo ficar atento ao que estava ausente no discurso dominante do cliente e muitas vezes, esse ausente compreendia histórias de superação, habilidades e competências. A partir disto, o terapeuta começa a construir juntamente com seu cliente, uma história alternativa mais rica e libertadora. E assim, de um jeito aparentemente simples, são mudadas as palavras da história do cliente e conseqüentemente, seus significados e senso de identidade.

Com a intenção de ilustrar, acho útil atentar para uma metáfora que vem da teoria da Gestalt, trata-se de uma imagem, em que podemos enxergar a figura e o fundo. Aprecio a imagem que podemos ver uma velha ou uma moça (imagem abaixo) e, a partir do momento em que conseguirmos ver a outra imagem (a velha, para quem viu a moça primeiramente, ou a moça, para quem apenas enxergou a velha), não mais deixaremos de vê-la, pois um elemento novo fez-se presente.



Nesse exemplo, as linhas, os desenhos não se modificam, o olhar que nós temos sobre eles é que mudam. Assim como na terapia narrativa, a história já está escrita, mas podemos passar a ter um novo olhar sobre o que aconteceu, criando uma história mais rica, mais densa, criando uma nova identidade. Quando você muda a história, passa a ser outra história, assim como quando você consegue enxergar o que estava obscuro, negligenciado na imagem, passa a ser outra imagem mais rica e cheia de possibilidades.

O filósofo Mark Johnson, citado por Pearce (1994) afirma que ao nos comunicarmos, compreendemos mutuamente, porque compartilhamos certas metáforas ou imagens comuns. Estas metáforas são comuns a todos nós seres humanos, pois temos características físicas similares e criamos certas metáforas comuns, como por exemplo, a metáfora do equilíbrio. Todos compartilhamos do significado de estar equilibrado e do perder o equilíbrio e cair.

Pearce (1994) nos lembra que, numa perspectiva novo-paradigmática, a linguagem constrói o mundo, e não o representa. Assim, com este “poder” da linguagem, identidades também são construídas de acordo com a linguagem que é utilizada para descrever uma pessoa. Dessa forma, não é possível representar o mundo tal como ele é, pois a linguagem tem um aspecto formativo, ao se falar, também se está construindo a realidade. Pearce afirma que ao dizermos como algo se chama, não estamos simplesmente nomeando ou falando sobre isso, estamos o convocando a ser como foi nomeado.

A função da linguagem, está para além de transmitir mensagens, ela fundamentalmente, constrói mundos. Para Matos (2002, *in* Caram, 2002), a “palavra” é o ponto central tanto do conto quanto da terapia, e “pode produzir narrativas que constroem ou destroem, que libertam ou que oprimem” (MATOS, 2002 *in* CARAM, 2002).

Gordon (1978) nos lembra que desde a época em que as histórias tem sido registradas, as metáforas são utilizadas como um meio para ensinar e mudar ideias: “... as histórias vêm sendo usadas pelos seres humanos, desde os mais remotos tempos, como um meio para transmitir, de geração a geração, importantes informações culturais, sociológicas e morais” (GORDON, 1978, p. 8). Profetas e filósofos aplicam muito o poder das metáforas.

Indivíduos (reais ou imaginários) que vivenciam algum tipo de problema, são descritos em histórias, e se encontram em uma situação em que são obrigados a utilizarem de seus recursos pessoais para superarem o problema apresentado. Heróis lidam com situações que nos são familiares, havendo assim, um paralelo entre as aventuras desse heróis e os problemas que nós humanos enfrentamos. Ao ouvir uma história, Gordon (1978) diz que a pessoa passa a vivenciar as aventuras narradas, como se elas realmente tivessem acontecido.

Você nunca ficou indeciso diante de uma determinada situação, assim como aconteceu com Ulisses, ao enfrentar Scylla, o monstro de seis cabeças? Nunca se sentiu atraído por uma sereia, apesar de saber que ela, de alguma forma, o levaria à destruição? Nunca considerou um dilema que você tenha enfrentado no passado como sendo o seu calcanhar de Aquiles? Tais paralelos entre as fábulas e as experiências humanas são, em geral, tão consistentes e difundidos, que acabam sendo assimilados nas linguagens como expressões idiomáticas. De um modo ou de outro, cada um de nós lida, diariamente, com caixas de Pandora, com Serpentes que nos oferecem maçãs, com Belas Adormecidas e com príncipes encantados... (GORDON, 1978, p. 8).

Algumas formas de metáforas são: contos de fada, fábulas, anedotas, poemas, novelas, filmes, canções, piadas, adivinhas, parábolas, provérbios, palavras carregadas de significados, expressões, e até mesmo histórias sobre a vida do terapeuta ou de outra pessoa. Gordon nos diz sobre uma das possibilidades da metáfora, que é a ampliação do repertório para a pessoa que escuta as histórias, anedotas ou expressões idiomáticas:

... histórias, anedotas e expressões idiomáticas têm um componente em comum: a habilidade de veicular uma mensagem ou um ensinamento sobre um determinado problema. Nelas, *alguém* enfrenta *algum problema*, superando-o (ou sucumbindo a ele) de *alguma forma*. O modo como o protagonista resolve o problema pode servir de parâmetro para a solução procurada por outras pessoas que estejam lidando com dificuldades similares (GORDON, 1978, p. 9).

Em entrevista dada à Elizabeth Hill, Clarissa Pinkola Estés (2002 *in* CARAM) resume que “histórias resgatam e curam o que foi danificado na psiquê, o que passou despercebido na estrada da vida ou simplesmente desgastado pelo modo de se viver” (Estés, 2002 *in* Caram, 2002, p. 22). Estés afirma que utiliza histórias para alimentar, instruir, fortalecer, resgatar o mundo interno das pessoas e utiliza do conceito de “História como Tratamento”.

Para Gordon (1978), todos os enfoques terapêuticos utilizam as metáforas, seja de maneira explícita ou implícita. Ele explica que cada terapia apresenta um conjunto de metáforas como um de seus componentes básicos. Esse conjunto se apresenta sob a forma de um vocabulário, e é capaz de transmitir para algumas pessoas algumas graduações para aquilo com o qual sua experiência de mundo se parece.

O autor nos lembra que essas metáforas não são as experiências propriamente ditas. “As pessoas não possuem, em suas mentes ou corpos, pequenos cães altivos ou seres primitivos que correm por aí, à procura de um ALGO para combater” (GORDON, 1978, p.10). As metáforas são modos de falar sobre uma experiência.

Ao criar um metáfora, por exemplo, quando uma pessoa diz que “seu braço está um chumbo”, ela faz uma representação verbal de uma experiência, já que a experiência real propriamente dita só está disponível para a própria pessoa que a vivencia, e para mais ninguém.

Quando comunicamos verbalmente sobre nossa experiência vivida, há sempre algo que escapa, sendo uma comunicação incompleta, uma representação metafórica. Dessa forma, Gordon (1978) nos alerta para o fato de que quando o terapeuta cria ou narra uma metáfora para seu cliente, este tomará a narrativa escutada como uma referência e representará a metáfora de acordo com sua própria experiência.

Assim, dependemos da linguagem para gerar nossas próprias narrativas, mesmo que canônicas, para conferir um sentido à nossa existência. Como seres humanos, estamos sempre envolvidos em gerar um sentido para nossas vidas, e fazemos isso interpretando a nós mesmos e ao mundo à nossa volta, dentro do nosso sistema de linguagem e dos campos de sentido em que vivemos. Daí a importância da linguagem, uma vez que sentido, compreensão e entendimento só podem se dar no campo definido por ela (GRANDESSO, 2000, p. 187).

White (2012) afirma que geralmente as pessoas atribuem significados aos fatos da vida, por meio de relatos e estas histórias sobre a experiência (relatos) dão forma às vidas e relações das pessoas. As pessoas constroem e dão significado à sua experiência, e as histórias constroem o relato das nossas vidas e nunca estão concluídas.

Assim, para Michael, os significados que são atribuídos aos acontecimentos da vida, construídos continuamente ao longo da existência, decorrem dos mapas de mundo que a própria pessoa elabora. A forma como um acontecimento encaixa-se nos mapas de mundo – ou seja, nas pautas já conhecidas pela pessoa no contexto da experiência vivida – determina a sua compreensão. Da mesma forma, um acontecimento que não se encaixa nos mapas já construídos pela pessoa acaba não tendo existência para ela (GRANDESSO, 2011, p. 102).

Michael White apoia-se no conceito de mapas de Bateson, enquanto Gordon (1978) fala sobre o mesmo conceito, chamando-o de modelo de mundo (um modelo para cada pessoa, estruturado ao longo do tempo pelas experiências pessoais). Cada pessoa possui seu próprio modelo de mundo, que compreende todas as experiências vividas e armazenadas pela pessoa, como também as generalizações que a pessoa fez em decorrência destas experiências.

Assim como White explica as histórias dominantes, como aquelas em que só entram nos relatos, fatos que combinam com a história dominante (e os relatos que evocam superação, habilidades entre outras coisa que contradizem a história dominante, são esquecidos e não historiados), Gordon afirma que: “As informações sensoriais que ‘se encaixam’ em nosso modelo ‘fazem sentido’ (literalmente) para nós; já aquelas que sejam novas ou contrárias ao modelo ‘não nos fazem qualquer sentido’” (GORDON, 1978, p. 17).

Com a finalidade de exemplificar o conceito de modelo de mundo exclusivo e suas implicações, pego emprestado um exemplo do próprio Gordon:

Vejamos um exemplo prático para o que está sendo dito. Eu tenho um carro importado (um Peugeot), cujo mecanismo de fechamento das portas funciona da seguinte maneira: para que as portas sejam trancadas, as travas devem ser *puxadas* e, para que sejam abertas, devem ser *empurradas* (ou seja, exatamente o contrário do que acontece com os automóveis nacionais). Um certo dia, ao sair do trabalho, encontrei com um de meus amigos e resolvi dar-lhe carona. Ao se aproximar de meu carro, ele notou que a trava estava levantada e, com a confiança de quem está acostumado a lidar com automóveis, tentou abrir a porta. Depois de algumas frustradas tentativas, ele desistiu, dando-me a “má notícia” de que a porta estava “quebrada”. Familiarizado apenas com carros nacionais, ele havia “assimilado”, como modelo de travamento de portas, o mecanismo adotado nesses veículos e, por isso, sequer tentou empurrar a trava (o seu modelo de mundo, construído a partir de sua experiência, não comportava a possibilidade de um

mecanismo diferente daquele com o qual estava habituado). (GORDON, 1978, p. 17).

Esse exemplo simples, nos mostra o poder do nosso modelo de mundo individual sobre nosso comportamento, em que temos a tendência de perceber a experiência e resolver a contradição de uma forma que seja coerente com o próprio modelo de mundo. Essa história também nos mostra que um modelo preexistente pode tanto nos ajudar, pois não teremos que testar e retestar nosso ambiente; quanto nos atrapalhar, pois esses modelos tendem a ser rígidos e limitantes.

Essa história também pode ser entendida pelo conceito de “descrição estreita” explicado por Morgan (2007), em que há pouco espaço para as contradições e complexidades, limitando as pessoas de articularem seus próprios significados aos eventos, deixando pouco espaço para a novidade e mudança e obscurecendo outros significados possíveis (como um modelo de travamento de portas diferente – no caso do exemplo).

Os eventos que se encaixam com a história dominante são lembrados e selecionados em detrimento de outros eventos que não se encaixam. Quando uma história é recontada, há sempre eventos não selecionados por não se encaixarem com a história dominante. Histórias dominantes influenciam o momento presente e as ações futuras.

O conceito de modelo de mundo, de acordo com Gordon, é um dos mais importantes para podermos utilizarmos bem a metáfora e iniciarmos a pesquisa transderivacional, que é o processo de iniciarmos uma busca de parâmetros em nosso modelo de mundo, para poder dar sentido às experiências. Em resposta a uma palavra, evocamos sons, cheiros e imagens que serão exclusivos, pois serão evocados a partir de nosso modelo de mundo.

Esse processo de correlacionar dados sensoriais com o modelo de mundo de uma pessoa é exatamente o que torna as metáforas tão poderosas enquanto agentes de mudança. Quando um terapeuta narra uma história para seu cliente, este inicia uma série de pesquisas transderivacionais, a fim de dar um sentido àquilo que está sendo dito. Além disso, como a história está sendo contada em um contexto de “sessão terapêutica”, o cliente – alguém que está, efetivamente, *procurando* alívio para algum tipo de dor – tenderá a estabelecer o maior número possível de correlações entre o que está sendo dito e a sua própria situação problemática (GORDON, 1978, p. 19).

Para White (2012), diferentes mapas de mundo trazem diferentes interpretações da realidade. O autor compreende que os problemas das pessoas são decorrentes da maneira como atribuem significados aos fatos da vida. Atentou-se ao fato de como as pessoas organizam suas vidas em torno dos significados que atribuem às experiências. Grandesso (2011) nos lembra que o autor também afirma que os significados atribuídos aos acontecimentos da vida são derivados de como “os lemos” e também de como fazemos as diferenças entre o que nos é apresentado como significados privilegiados e o que é deixado de fora, entendido como significados subjugados.

A questão da busca dos sentidos para o que nos acontece está muito presente em nós, seres humanos. Tentamos dar algum sentido às experiências vividas, tentamos organizá-las de uma maneira que seja significativo para nós.

Quando alguém descreve sua situação, de acordo com Gordon (1978), o faz por meio de um conjunto de metáforas. Quando isto se dá em sessão terapêutica, cabe ao terapeuta dar o melhor sentido que puder a esse conjunto de metáforas. Contudo, o sentido que uma pessoa dá à metáfora, nunca será idêntico à experiência vivida por quem a narrou, e assim, a reação do ouvinte à metáfora também poderá ser, como nos alerta Gordon, mal compreendida por quem narrou a metáfora.

O mesmo autor nos lembra que um sistema de comunicação por meio de metáforas (em que o significado metafórico não é único para uma palavra ou expressão), pode gerar mal entendidos e confusão. Isto ocorre porque, assim como entendido no paradigma da pós-modernidade, cada ser humano desenvolve para si mesmo, um modelo de mundo que lhe é próprio e exclusivo, baseado em experiências vivenciadas nos seus contextos de relações. Dessa forma, não há modelos de mundo iguais, pois são construídos pela somatória das experiências de cada ser humano, estando sempre em aberto para revisões. Gordon (1978) afirma que toda comunicação é baseada em experiências individuais e é metafórica, assim sendo, a comunicação é incompleta e o ouvinte preenche suas lacunas.

### 3 – TERAPIA NARRATIVA

Penso que o trabalho com metáforas em terapia pós moderna se dá facilmente por meio de práticas narrativas, em que terapeuta e clientes trabalham juntos na construção de uma história alternativa à história dominante (saturada de problemas). A terapia narrativa fala em histórias que são construídas pelos significados que as pessoas atribuem às experiências vividas.

Grandesso (1997) faz um recorte sobre as teorias da terapia familiar que compreendem a modernidade e a pós modernidade. O Paradigma da pós-modernidade traz a ênfase no relacional, na diversidade e na linguagem como o meio da experiência, em contraste com o paradigma da modernidade, em que se acreditava ser possível observar e descrever objetivamente a realidade.

O pensamento pós-moderno novo paradigmático postula que as pessoas constroem seus mundos em interação umas com as outras. Dessa forma, nos lembra Grandesso (1997), o ato de conhecer envolve uma contínua construção e reconstrução de significados e sentidos para a experiência vivida. Não vamos conhecer “verdadeiramente”, mas sim, construir significados que permitam a organização da experiência e conseqüentemente, a constituição de nós mesmos.

A terapia narrativa desenvolvida por Michael White e David Epston é uma prática construcionista social, em que a realidade é construída pela linguagem. Está baseada na ideia de que contamos histórias carregadas de significados que moldam nossa história passada, nosso presente e futuro, e parte do princípio de que as pessoas constroem sentidos e significados para as experiências vividas. As histórias, segundo Morgan (2007), são eventos ligados em seqüências no tempo, de acordo com um enredo/trama.

Todos nós, seres humanos, procuramos dar sentidos às experiências vividas. Estes sentidos moldam nossa vida e nossos relacionamentos, e selecionamos as experiências que vão dar importância em detrimento de outras, que ficarão

negligenciadas. De acordo com Morgan (2007), o enredo da nossa história é formado por estas formas de sentido e significado que damos aos eventos e assim, estes significados influenciarão nossa vida no futuro. A autora nos diz que todas as histórias dão forma às nossas vidas e, pensando dessa forma, a narrativa então, define a identidade e cria a autoria.

A prática narrativa abarca a busca de elementos novos, destas experiências negligenciadas, para a abertura das histórias, novas perspectivas, eventos alternativos, para a reconstrução dos significados e ampliação das possibilidades existenciais.

Os problemas que as pessoas vivem, de acordo com a terapia narrativa, são organizados em histórias dominantes, sustentados por ideias, crenças, princípios e práticas da cultura mais ampla. Esses problemas são embasados em “verdades” dadas como certas, que são as histórias ralas das vidas das pessoas em que muitas vezes, não se lembram da sua origem e evolução. Esta terapia nos chama atenção para o fato que a vida é multihistoriada, ou seja, vivemos muitas histórias ao mesmo tempo, há várias histórias e nenhuma história está completa. Assim, sempre há a possibilidade de re-escritura das histórias saturadas de problema.

Todas estas histórias podem ocorrer ao mesmo tempo e os fatos, quando ocorrem, serão interpretados de acordo com o significado (tema) que é dominante no momento. Deste modo, o ato de viver exige que estejamos engajados na mediação entre as histórias dominantes e as histórias alternativas de nossas vidas. Nós estamos sempre negociando e interpretando nossas experiências (MORGAN, 2007, p. 20)

Diferentes versões de histórias sobre os mesmos eventos são possíveis, e nenhuma história está livre de lacunas, ambiguidades e de contradições. Nenhuma história pode dar conta de todos os eventos da vida e sempre há algo que escapa, que contradiz a história dominante. Novas interpretações e significados para as histórias, podem levar a uma nova versão da mesma história. É exatamente isso que escapa, que entra em contradição com a história dominante que o terapeuta narrativo busca encontrar na jornada com o seu cliente.

Geralmente, as pessoas têm descrições estreitas sobre suas identidades, mas podem abrir outras possibilidades com as descrições alternativas. Terapeuta e cliente trabalharão para a conversação terapêutica abrir possibilidades de desenvolver histórias alternativas ricamente descritas. Com a desconstrução da

história dominante e a construção de uma história de reautoria, constrói-se possibilidades, empoderando a pessoa e abrindo perspectivas.

Dentre os pressupostos da terapia narrativa, destacamos: as pessoas vivem suas vidas de acordo com as histórias que constroem sobre a experiência vivida; as histórias modelam a vida das pessoas e têm efeitos reais sobre suas vidas; histórias determinam o significado que as pessoas atribuem à experiência, e também determinam que aspectos da experiência as pessoas elegem para expressar.

O trabalho com a terapia narrativa traz a ideia de libertar as pessoas da influência limitante de histórias dominantes, estreitas e ralas que constroem visões negativas de si mesmas, em que aparecem inadequadas, frágeis para lidarem com os problemas de suas vidas. Essa terapia objetiva a reescrita de forma “rica”, histórias alternativas com detalhes sobre acontecimentos, motivações, crenças, propósitos, aprendizados e valores das pessoas.

De acordo com Michael White, sempre há coisas que a pessoa não historia, não conta, por não se encaixar na narrativa dominante, são as exceções. O terapeuta deve escutar o que a pessoa diz como tema e escutar também o que não se encaixa, para favorecer que o cliente historie aquilo que não foi historiado.

Durante a conversação terapêutica, a construção do diálogo é sempre um recorte, diferente do fato ocorrido. Assim como quando empregamos uma metáfora para caracterizar uma situação vivida, a linguagem é sempre diferente daquilo que a pessoa experienciou. Partimos da linguagem do outro para construir novos significados e ressignificamos as palavras. As metáforas são ótimas aliadas nesse processo de construção e ressignificação.

Para caracterizar as práticas terapêuticas, Michael White (2012) utiliza-se das metáforas do “mapa” e da “jornada”, explicando que o cliente (com suas dificuldades e problemas em sua vida) e terapeuta embarcam em uma jornada rumo a um destino que não é conhecido e por rotas que não podem ser predeterminadas. Estes mapas nos auxiliam nessas jornadas.

De acordo com o autor, há uma variedade de caminhos possíveis nesta jornada, que levarão a destinos preferenciais. Estes caminhos podem ser traçados durante o processo terapêutico e tornarem-se familiares.

Os mapas, de acordo com Michael White,

... me auxiliam a responder às pessoas no sentido de desencadear oportunidades para que elas possam explorar aspectos negligenciados de territórios de sua própria vida. Isso propicia a elas vias de possibilidade para abordar as dificuldades e os problemas de sua vida de uma maneira que elas não teriam imaginado (WHITE, 2012, p.14).

Acredito que as metáforas possam ampliar o campo de visão nesta jornada e facilitar que os clientes compreendam de maneira diferente (não antes imaginado) seus problemas e dificuldades.

White (2012) nos ensina que, ao sermos guiados pelos mapas de investigação terapêutica, iniciam-se a curiosidade nos clientes sobre aspectos de sua vida que foram abandonados, e o interesse em obter novos entendimentos dos acontecimentos de suas vidas: “fascinadas por territórios negligenciados de suas identidades e por vezes, pasmas ou admiradas com as próprias respostas frente às dificuldades de sua existência”. (WHITE, 2012, p. 14)

A terapia narrativa compreende algumas formas especiais de conversação, nas quais podemos observar a utilização e eficácia do uso de metáforas:

- 1 - Conversações de externalização
- 2 - Conversações de reautoria
- 3 - Conversações de lembrança
- 4 - Cerimônias de definição

### **3.1. Conversações de externalização**

White (2012) diz que geralmente as pessoas que procuram ajuda terapêutica, acreditam que os problemas em suas vidas são internos, que elas ou outros são o problema. Justificam seus problemas, como sendo um reflexo de “verdades” sobre a natureza e caráter próprios (identidade), dos outros ou de seus relacionamentos. “Quando esse é o caso, seus esforços na tentativa de resolver os problemas geralmente tem o efeito de exacerbá-los” (WHITE, 2012, p. 35).

Dessa forma, ocorre a objetificação da identidade das pessoas, e o autor defende a ideia de objetificarmos os problemas (o problema é o problema, o problema não é a pessoa). “Conversações de externalização também possibilitam que as pessoas desenredem algumas das conclusões negativas a que, geralmente, chegaram sobre a identidade sob a influência do problema” (WHITE, 2012, p. 36).

Por meio das conversações de externalização, ocorre a objetificação do problema ao invés da objetificação das pessoas, permitindo que a pessoa experiencie uma identidade que está separada do problema. Assim, o problema deixa de representar a “verdade” sobre a identidade da pessoa e novas opções para uma resolução do problema se tornam visíveis e acessíveis.

Quando o problema se torna uma entidade que é separada da pessoa, e quando as pessoas não ficam atadas às “verdades” restritivas em relação à sua identidade e “certezas” negativas sobre sua vida, novas opções de ação para lidar com as dificuldades de suas vidas tornam-se disponíveis. (WHITE, 2012, p. 36).

Essa separação entre a identidade da pessoa e a do problema possibilita que a pessoa assuma a responsabilidade de enfrentar os problemas que encontra. White cita que algumas metáforas são empregadas para auxiliar as pessoas a lidarem com os problemas de sua vida. Geralmente, os clientes empregam metáforas para caracterizar a influência dos problemas sobre suas vidas. Há uma diversidade enorme destas metáforas usadas pelos clientes.

O autor afirma que a utilização da metáfora em conversações de externalização é muito significativa, já que as metáforas escolhidas pelos clientes, são emprestadas de discursos que trazem entendimentos específicos de vida e identidade das pessoas. Tais discursos que, já vimos, modelam a vida das pessoas de um modo geral e influenciam as ações das pessoas para resolverem seus problemas.

White (2012) seleciona algumas metáforas usadas pelos clientes para definirem as ações que praticaram ao revisar seu relacionamento com os problemas de suas vidas. Alguns exemplos, são: afastar-se do problema, desencantar-se do problema, educar o problema, retirar poder do problema, sair da sombra projetada pelo problema, tirar sua vida da mão do problema.

O autor não apoia o uso de metáforas que estimulem a batalha e disputa da pessoa com seus problemas, a fim de derrotar ou superar o problema, pois acha importante evitar a totalização do problema, ou seja devemos evitar considerar o problema como totalmente negativo. É importante que seja adotada uma metáfora que abarque a descrição das ações da pessoa no relacionamento com seu problema.

Durante as conversas de externalização, define-se a relação da pessoa com o problema. Nessas conversas, o cliente também começa a expressar intenções e valores que contradizem aos que estão associados ao problema e inicia uma ação para diminuir a influência dos problemas sobre sua vida.

White (2012) fala sobre o processo de desenredamento, que revela a história dos problemas que trouxeram as pessoas à terapia. Histórias sobre as relações de poder do problema sobre as pessoas são reveladas, sendo que este poder têm moldado as conclusões negativas que as pessoas têm sobre suas vidas e identidades.

Esse processo destitui essas conclusões negativas sobre sua vida e sua identidade (de seu *status* de "verdade") e as conclama para um questionamento. Como resultado, as pessoas descobrem que sua vida não mais se encontra presa a essas conclusões negativas, e isso as coloca em posição de explorar outros territórios em suas vidas. Nessas explorações, invariavelmente, chegam a conclusões mais positivas sobre sua identidade. Descobri que esse desembaraçamento ou desconstrução das conclusões negativas acerca da própria vida é um aspecto de grande ajuda nas conversações de externalização (WHITE, 2012, p. 37 e 38).

Conversas externalizadoras é uma forma de ajudar as pessoas a perceberem os discursos tomados como "verdades", que contribuiu para a construção de estreitas visões de identidade e histórias ralas da experiência vivida.

White (2012) nos apresenta os estágios no desenvolvimento das conversações de externalização, compreendidas em quatro categorias de investigação do mapa de declaração de posição:

- A) negociar uma definição particular do problema e próxima da experiência
- B) mapear os efeitos do problema
- C) avaliar os efeitos das atividades do problema
- D) justificar a avaliação

Estas quatro categorias são percorridas por White, como se fossem mapas mentais, e permite criar um contexto em que qualquer pessoa, inclusive crianças, podem ser consultadas sobre o que é importante nas suas vidas.

... pode ajudar na condução da investigação terapêutica, e é particularmente relevante em situações nas quais as pessoas apresentam relatos de vida saturados de problemas ou tenham formulado conclusões altamente negativas sobre sua identidade ou as de seus relacionamentos (WHITE, 2012, p. 50, 51).

O terapeuta narrativo tem um papel descentrado e influente. Dessa forma, o terapeuta não é o autor das posições que as pessoas tomam diante de seus problemas, mas ele tem uma influência, pois permite uma possibilidade para as pessoas definirem suas posições em relação aos problemas e expressar o que fundamenta essa posição, por meio destas categorias de investigação.

A seguir, resumirei cada uma das quatro categorias de investigação do mapa de declaração de posição:

A) Negociar uma definição particular do problema e próxima da experiência

Nesta fase, o terapeuta incentiva seus clientes a caracterizarem detalhadamente as dificuldades e problemas de vida que os fizeram buscar a terapia. Por meio dessa caracterização, baseada no entendimento de vida do cliente, as experiências se tornam “próximas da experiência” e “particulares”, e não mais “distantes da experiência” e “globais”.

É na caracterização detalhada dos problemas que os conhecimentos e as habilidades singulares das pessoas se tornam relevantes e centrais para exercer uma ação e lidar com suas preocupações. Durante esse processo, as pessoas tomam consciência do fato de que elas possuem um certo conhecimento que pode ser desenvolvido de forma mais aprofundada e usado para direcioná-las em seus esforços para lidar com os problemas e as dificuldades.” (WHITE, 2012, p. 54, 55).

B) Mapear os efeitos do problema

Terapeuta e clientes investigam os efeitos e influências do problema na vida do cliente, em que este relata as principais consequências das atividades do problema.

C) Avaliar os efeitos das atividades do problema

Nesta etapa, ocorre uma avaliação das atividades do problema, em que o cliente é ajudado pelo terapeuta a identificar os efeitos das atividades do problema em sua vida. Aqui, cabem perguntas para convidar a pessoa a refletir sobre desenvolvimentos específicos em sua vida, como: “Para você, está tudo bem estas atividades?”.

D) Justificar a avaliação

Pesquisa sobre os motivos das avaliações das pessoas (investigação sobre o “por quê”). O terapeuta deve fazer perguntas que ajudem as pessoas a dar voz e a desenvolver concepções de vida importantes. Assim, as pessoas também são auxiliadas a terem conclusões de identidade mais positivas, ao invés daquelas conclusões de identidade associadas com os problemas de suas vidas.

Mapa de conversações de externalização (White, 2012):

---

- Justificando a avaliação

- Avaliando os efeitos das atividades do problema

- Mapeando os efeitos do problema

- Negociando uma definição particular do problema e próxima da experiência

---

Podemos ver que as conversas externalizadoras são formas de se abrir portas para o desenvolvimento enriquecido de histórias e conclusões de identidade mais positivas. As conversas de externalização possibilitam que as pessoas redefinam suas identidades, vivenciem as próprias vidas de uma nova maneira e busquem o que valorizam. Ao entender as intenções das pessoas e aquilo que elas valorizam, podemos partir para as conversações de reautoria.

### **3.2. Conversações de reautoria**

As pessoas procuram um terapeuta quando estão enfrentando dificuldade, problemas ou dilemas, e contam histórias sobre eles na terapia. Por meio dessas histórias, ligam os fatos de suas vidas em sequências através do tempo, com um tema ou enredo. Nesses temas, geralmente as pessoas identificam figuras que fazem parte da história e fazem conclusões sobre a identidade dessas figuras.

As conversações de reautoria convidam as pessoas a continuar a desenvolver e contar histórias sobre suas vidas, mas também as ajudam a incluir alguns dos eventos e experiências mais negligenciados, porém potencialmente significativos, que estão 'em desvantagem' em relação às histórias dominantes. Esses eventos e experiências podem ser considerados 'acontecimentos singulares' ou 'exceções' (WHITE, 2012, p. 75).

O ponto de partida para as conversações de reautoria, são esse acontecimentos singulares ou exceções, já que, por meio deles, pode ser encontrada uma "fresta", uma abertura para enredos alternativos da vida das pessoas.

Quando o terapeuta faz perguntas que estimulam os clientes a resgatar a experiência, ampliar suas ideias, imaginar e usar seus recursos de produção de significado, está facilitando o desenvolvimento desses enredos alternativos. White (2012) nos explica que as pessoas ficam curiosas e fascinadas por aspectos de suas vidas e relacionamentos que antes eram negligenciados e ao longo das

conversações de reautoria, as narrativas alternativas vão ficando mais densas e mais enraizadas ao lidarem com os problemas e dilemas da sua vida.

As conversações de reautoria se estruturam pelo mapa de conversação de reautoria. White percebeu que havia semelhanças entre a atividade da escrita de narrativas literárias e a prática terapêutica. Observou, pelos estudos de Bruner (1986) que uma grande história deve ser contada de forma que permita que seja reescrita pelo leitor, de forma que permita que a imaginação do leitor brinque.

Pensando dessa forma, enfatiza que para ser eficaz, a terapia deve envolver as pessoas na reautoria de tramas de suas vidas que provoquem a curiosidade e criatividade sobre a possibilidade humana.

White criou o mapa de conversações de reautoria baseado na ideias de Jerome Bruner (1986) sobre as metáforas da narrativa, em que refere-se a metáfora da “jornada” e à analogia da “construção de mapas”. Dessa forma, enfatiza uma participação ativa dos leitores na construção da narrativa do texto, já que há um elemento de indeterminância nos textos literários, repleto de lacunas.

No contexto terapêutico, o modo narrativo abre espaços para “perspectivas variáveis que podem ser construídas para tornar a experiência compreensível” (WHITE, 2012, p. 91) e sua prática pode ajudar as pessoas a serem autoras na construção das histórias sobre suas próprias vidas.

Bruner (1986, citado por White, 2012) diz sobre o panorama de ação e o panorama da consciência nos textos literários. Por panorama da consciência, o autor explica que o leitor é convidado a preencher as lacunas com sua imaginação e experiência vivida, atribuindo uma série de intenções às ações do personagem e conclusões sobre sua identidade e caráter.

White (2012) traçou alguns paralelos entre a estrutura de textos literários e a estrutura da produção de significado na vida diária. Ele afirma que os conceitos de panorama de ação e panorama de consciência são úteis para a compreensão das atividades de produção de significado das pessoas, da construção de narrativas e da constituição da identidade das pessoas por meio dos fatos vividos. O autor declara que estes conceitos são relevantes para a tarefa terapêutica, que trata-se, principalmente, da reescrita de narrativas pessoais e da reconstrução da identidade.

White (2012) interessou-se por essa concepção de dois panoramas na estrutura da história, pelo seu empenho em compreender a metáfora narrativa e a produção de significado.

Meu interesse na metáfora da narrativa se fundamenta na suposição de que as pessoas dão significado às suas experiências dos eventos da vida ao levá-los a enquadramentos de inteligibilidade e na conclusão que é a estrutura da narrativa que proporciona o enquadramento inicial de inteligibilidade para atos de produção de significado na vida diária. Essa suposição está associada com uma premissa de que é no desenrolar de histórias sobre nossas próprias vidas e as de outros que a identidade é construída. Os conceitos de panorama de ação e de panorama de consciência trazem especificidade ao entendimento da participação das pessoas na produção de significado, dentro do contexto de enquadramentos narrativos (WHITE, 2012, p. 94).

Ao escrever textos literários, os autores deixam algumas lacunas na história, que são preenchidas pelo leitor. Assim, permite-se que o leitor estimule sua criatividade e resgate experiências vividas. Da mesma forma, uma história sobre a experiência vivida também apresenta lacunas e contradições, estando aberta a reformulações e mudanças ao preencher as lacunas e dar-lhes sentido. White acredita que toda história está aberta a novas versões, conforme surgem aspectos não-historiados que contrastam com a história dominante. Analogamente ao texto literário, na terapia narrativa, ao se reescrever uma história, a pessoa reescreve sua própria vida, e ocorre o desenvolvimento rico da história.

O terapeuta narrativo fica atento para as lacunas nas histórias das pessoas, estimulando-as a preencherem, resgatando a experiência vivida e exercitando a imaginação. Como resultado, as pessoas ficam envolvidas com os eventos negligenciados de suas vidas, e a vida das pessoas ficam multi-historiadas, na medida em que estas lacunas são preenchidas.

Para Bruner (citado por White, 2012), as histórias são compostas por dois cenários: o da ação e o da consciência. No cenário da ação, estão descritas os fatos, os acontecimentos da vida organizados em sequências, que se desenrolam no tempo, de acordo com um enredo. Já o cenário da consciência, abarca as interpretações, as significações construídas pelos personagens e pelo leitor.

Os conceitos do panorama de ação e do panorama de consciência são muito significativos na modelagem destas conversações de reautoria. White (2012) substui

o termo panorama de consciência de Bruner, por panorama de identidade, enfatizando a ideia de que renegociações de histórias das vidas das pessoas também são renegociações da identidade.

... nas conversações terapêuticas orientadas por conversações de reautoria, os conceitos de panorama de ação e panorama de identidade auxiliam o terapeuta a construir um contexto no qual se possibilita que as pessoas atribuam significado e tragam para dentro de uma narrativa muitos dos fatos subestimados, porém significativos de sua vida. Esses conceitos também direcionam o terapeuta a apoiar as pessoas para que cheguem a novas conclusões sobre sua vida, muitas das quais irão contradizer conclusões atuais focadas nas deficiências associadas às narrativas dominantes e que têm limitado suas vidas (WHITE, 2012, p. 97).

Por meio das conversas de reautoria, são construídas histórias alternativas, novas narrativas, que contribuem para a mudança. O terapeuta faz perguntas nos cenários da ação (eventos, circunstâncias, sequência, tempo e enredo) e no cenário da identidade (compreensões sobre as intenções, sobre os valores, realizações, aprendizagens e compromissos), e então, possibilita que o cliente perceba diferenças que façam diferença na sua libertação dos “domínios” do problema sobre sua vida e identidade.

Os relatos que contradizem os enredos das narrativas dominantes oferecem pistas para as histórias alternativas da vida das pessoas. Estes relatos produzem um contraenredo, conforme White (2012), gerando outras conclusões de identidade que emergem no desenvolvimento da narrativa alternativa.

... quando as pessoas se envolvem pela primeira vez em conversações terapêuticas nas quais reconstróem as histórias de suas vidas, parece que, com frequência, estão se afastando do familiar e embarcando em jornadas rumo a novos destinos, mas sem mapas. E ainda assim, à medida que essa reconstrução vai tomando ritmo, fica claro rapidamente que essas pessoas estão se baseando em um estoque de mapas relevantes a jornadas já percorridas e que sabem muito sobre a construção de mapas. No decorrer dessas conversações, a ‘nova jornada’ se torna uma ‘coisa em si mesma, no entanto, muito de sua forma inicial foi emprestada do passado’ (WHITE, 2012, p. 90).

## Mapa de conversações de reautoria (White, 2012):

---

### Panorama de identidade

- Compreensão das intenções
- Compreensão sobre o que é dado como valor
- Compreensões internas
- Percepções, aprendizados, conhecimentos

---

História remota	História distante	História recente	Presente	Futuro próximo
-----------------	-------------------	------------------	----------	----------------

---

### Panorama de ação

- Eventos
  - Circunstâncias
  - Sequência
  - Tempo
  - Enredo
- 

As conversações de reautoria são caracterizadas pelas idas e vindas, numa espécie de movimento em ziguezague entre as perguntas no panorama de ação e no panorama de identidade. Durante estas conversações, as narrativas alternativas tornam-se mais densas, pois são enraizadas na história, e começam a ofuscar o relato dominante da vida da pessoa. No narrar e renarrar da experiência, facilitadas pelas perguntas do terapeuta, as pessoas revisitam suas histórias e reescrevem suas vidas e relações.

### 3.3. Conversações de lembrança ou re-associação

As conversações de lembrança são derivadas da metáfora da vida como se fosse um clube com vários membros. A ideia de lembrar as pessoas que participam da vida da pessoa (tornar alguém membro novamente no clube da vida da pessoa) é importante, pois White (2012) acredita que a identidade das pessoas está baseada em uma “associação de vida”, e não de um *self* central.

Os membros desse “clube da vida” são aqueles que fazem parte das histórias significativas das pessoas, aqueles cujas vozes são importantes para a forma como a pessoa constrói sua identidade. Estas pessoas podem ter sido significativas no passado, presente ou futuro projetado.

Conversações de lembrança fornecem uma oportunidade para que as pessoas revisem a condição de membro de seus associados na vida: atualizar alguns e retirar outro; reverenciar alguns e revogar outros; conceder autoridade a alguns e vozes a respeito da própria identidade pessoal e desqualificar outras (WHITE, 2012, p. 145).

Por meio de conversações de lembrança, o cliente pode começar a ter entendimentos bem diferentes sobre si mesmo e pode dar sentido a aspectos de sua vida que negligenciava.

Ao falar sobre essas conversações, White (2012) nos ensina uma metáfora brilhante, ao retomar seu trabalho com pessoas enlutadas, em que apoia o uso da metáfora do “dizendo olá”, em detrimento a do “dizer adeus”. A metáfora do “dizer olá” fazia mais sentido com seus clientes, pois estava claro que eles haviam perdido pessoas significativas na construção de sua identidade, e era como se estivessem perdendo também, uma parte do próprio senso de *self*. Dessa forma, White (2012) estimulava as pessoas a incorporar a relação perdida, e não seu abandono (como o “dizer adeus”).

White (2012) diz que quando estão com problemas, geralmente as pessoas se vêem num beco sem saída, pois justificam os eventos problemáticos pela “natureza humana”, não promovendo assim, um desdobramento enriquecido de história. Esses becos sem saída devem ser evitados para que seja aberto o caminho

para as conversações de lembrança, abrindo relatos sobre o acontecimento significativo da vida da pessoa, associando com sua história social e relacional.

Com este propósito, o terapeuta narrativo faz perguntas para criar apreciação dos eventos da vida das pessoas que não sejam mais justificados como “natural” (pelo entendimento naturalista) e que promovam fundamento para as conversações de lembrança.

Considerar a vida uma associação com um grupo de membros e introduzir práticas especificamente moldadas pelo reconhecimento de que a identidade é processada por figuras importantes do passado e do presente de uma pessoa abrem diversas possibilidades para a reconstrução da identidade no contexto de conversações terapêuticas (WHITE, 2012, p. 179).

Mapa de conversações de lembrança (White, 2012):

- 
- Implicações dessa contribuição para a figura identificada
  
  - Contribuição da pessoa à vida da figura identificada
  
  - Identidade da pessoa pelos olhos da figura
  
  - Contribuição da figura à vida da pessoa
- 

### **3.4. Cerimônias de definição**

De acordo com White (2012), a sessão terapêutica pode ser estruturada como cerimônias de definição, em que as pessoas que vieram buscar ajuda terapêutica, contam ou encenam histórias das suas vidas, diante de outras pessoas

escolhidas cuidadosamente pelo terapeuta, que configuram uma audiência de testemunhas externas. O uso de testemunhas externas propicia um contexto para o desenvolvimento rico da história do cliente.

As testemunhas externas respondem às histórias ouvidas num recontar da história, não dão opiniões ou conselhos, mas contam sobre o que lhes chamou atenção, suas histórias pessoais que tiveram ressonância com a história ouvida, sobre como foi tocado pelo relato e sobre as imagens que lhe vieram à mente enquanto escutavam o relato.

A prática da testemunha externa é justificável, no sentido de que a vida das pessoas é moldada pelas suas narrativas pessoais e estas narrativas são construídas em coautoria com pessoas significativas de sua vida. Assim, a audiência colabora para o desenvolvimento enriquecido da história, para a construção de conclusões mais densas sobre a identidade, e para a permanência e ampliação dos resultados preferidos da vida das pessoas.

Há três estágios da cerimônia de definição na prática terapêutica:

- 1 – o contar – a pessoa consultada em terapia narra sua história
- 2 – o recontar – a testemunha externa renarra o que ouviu, estimulada também pelas perguntas do terapeuta
- 3 – o recontar do recontar – a pessoa em terapia reconta sobre o que ouviu da testemunha externa

O recontar da testemunha externa, envolve um envolvimento pessoal, em que poderá expor o que a tocou na história que ouviu ou o que chamou sua atenção. Nesse momento, a testemunha poderá relatar sobre metáforas, imagens e ressonâncias do que ouviu com sua própria história. A testemunha externa é convidada a relatar sobre: as palavras e expressões que mais lhe chamaram atenção daquilo que ouviu; as imagens ou metáforas que lhe vieram à mente; as

ressonâncias pessoais; sobre o lugar que foi transportada enquanto ouvia a pessoa em terapia.

No momento do recontar, o terapeuta entrevista as testemunhas externas, guiado por quatro categorias de investigação proposto por White (2012):

a) o terapeuta pede para a testemunha externa falar sobre o que mais lhe atraiu. O foco aqui, está no relato da pessoa no centro da cerimônia de definição, e o que a testemunha externa percebe e sente sobre seus valores.

b) o terapeuta pede para descrever imagens que lhe vieram à mente enquanto ouvia o narrar da pessoa em terapia. Aqui, podem surgir metáforas ou figuras mentais sobre a vida da pessoa. O terapeuta estimula com perguntas, o desenvolvimento sobre o que essas metáforas ou imagens mentais podem estar dizendo sobre a vida e identidade da pessoa (sobre os valores, crenças, esperanças, sonhos e compromissos).

c) no terceiro momento, o foco está na ressonância pessoal, de como o que ouviu tocou na sua história pessoal. O terapeuta pede à testemunha externa para relatar o motivo que sentiu-se tão atraída por algumas expressões ditas pela pessoa do centro da cerimônia, perguntando sobre que experiências pessoais vieram à memória ao ouvir o relato.

d) o terapeuta convida a testemunha externa a pensar e falar sobre os lugares que essa experiência a levou. Nesse momento, aparecem relatos de como a vida da testemunha foi tocada, e de como essa experiência contribuiu para que se tornasse uma pessoa diferente do que era antes de ser testemunhas e ter respondido à estes relatos.

### Mapas de renarrações de testemunhas externas (White, 2012):

---

- Transporte

- Ressonância

- A imagem e reflexão sobre o que isto reflete com relação a entendimentos das intenções e ao que é valorizado

- Particularidades do relato

---

De acordo com White (2012), a cerimônia de definição na prática terapêutica contribui para o desenvolvimento rico de história e para a ampliação do senso de agenciamento pessoal, propiciando uma base para as pessoas continuarem lidando com suas preocupações e dificuldades.

## 4 – O USO DE METÁFORAS EM PSICOTERAPIA

*“O mapa não é o território”*

*(Alfred Korzybski)*

De acordo com Gordon (1978), os terapeutas têm utilizado as metáforas como uma parte importante do processo de terapia, mesmo que não percebam. Caram (2002), afirma que as metáforas ou contos podem ser utilizadas em todas as fases do processo de psicoterapia (como diagnóstico, intervenção ou finalização) e em qualquer tipo de psicoterapia, sem contraindicações.

A autora afirma que o uso de metáforas, em qualquer uma de suas formas, será bastante útil e propõe algumas maneiras de usarmos a criatividade ao trabalharmos com a metáfora:

- recorrer a um conto do “arquivo” universal das diversas tradições e culturas
- criar um conto para cada cliente em particular, utilizando elementos da própria história do cliente
- começar um conto conhecido ou criado pelo terapeuta e pedir que o cliente de um término, sendo co-autor
- contar histórias do cotidiano e dar exemplos de acontecimentos em geral (incluindo as alternativas de soluções encontradas para resolver seus impasses, dilemas e desafios)
- valer-se de pequenos contos no formato “anedota”

O uso de metáforas em psicoterapia, consiste no emprego de uma música, palavra, desenho, história e outros para representar uma outra coisa. Alves (1999) apoia o uso de metáforas em terapia, afirmando que as metáforas “São ferramentas

que contém mensagens poderosas para auxiliar o paciente a encontrar novas perspectivas e alternativas para sua vida” (ALVES, 1999, p. 64). Essa autora enaltece a comunicação metafórica, afirmando que um significado pode ser transmitido de maneira mais fácil do que pela comunicação direta.

Contos de fadas, anedotas, histórias de nossa própria criação, referências a situações de relacionamento entre os membros da família ou entre o terapeuta e a família, rituais, tarefas, são armas poderosas, que, quando utilizadas adequadamente, oferecem alternativas ao paciente e/ou à família, e promovem mudanças significativas (ALVES, 1999, p.68).

Gordon (1978) nos diz que quando alguém procura terapia, para ser ajudado a lidar com alguns problemas, chega com um modelo de mundo próprio, com suas ideias específicas sobre diversos aspectos da vida (como o amor, o ódio...). Faço aqui, um paralelo deste modelo de mundo próprio, com o que White afirma sobre a narrativa dominante saturada de problema, e a “verdade” sobre a identidade das pessoas.

As pessoas vivenciam suas experiências de diferentes formas, e assim, o terapeuta precisa fazer um esforço para compreender o modelo de mundo do cliente, pedindo para este descrever em detalhes suas experiências em relação ao problema relatado.

Gordon (1978) afirma que para ajudar seu cliente, o terapeuta deve compreender como este vê, escuta e percebe o mundo e completa dizendo que as metáforas são importantes no processo de obter as informações. Mas as informações metafóricas relatadas pelo cliente, é entendida pelo terapeuta em termos do seu próprio modelo de mundo, por isso, o terapeuta precisa checar sua interpretação com frequência com o cliente, para certificarem de que terapeuta e cliente estão falando sobre a mesma coisa.

Esse processo de comparação de modelos permite que o terapeuta chegue a uma compreensão da situação do cliente mais próxima do modo como este a vivencia. Geralmente, é difícil para o cliente encontrar palavras para explicar seu problema. O terapeuta pode ajudar o cliente a encontrar uma palavra que descreva metaforicamente como tem vivenciado uma situação.

Se, como vimos, ao construirmos significados para as experiências, partimos dos nosso modelo de mundo já instituído, de nossas teorias prévias, as metáforas

criadas pelos clientes refletem também este modelo de mundo e seus valores. Daí a importância das metáforas trazidas pelos clientes, pois elas serão uma forma valiosa de representação de seu modelo de mundo, da forma como percebe o mundo e a si mesmo.

Gordon (1978) enfatiza a importância de se encontrar uma representação metafórica para se falar do problema, porque assim, terapeuta e cliente podem falar sobre este de uma maneira compreensível, em que pelo menos em relação à determinada metáfora, terapeuta e cliente podem sentir-se seguros de que estão falando sobre a mesma experiência.

Este autor nos alerta para a possibilidade do mal uso de metáforas, como no caso em que terapeuta e cliente usarem a mesma palavra, mas não perceberem que esta palavra não representa a mesma experiência para ambos. Por isso, a importância de abrimos o “pacote”, lembrando da ideia de que cada palavra é como um pacote, cheio de significações diferentes para cada pessoa. Se isto ocorrer, o terapeuta pode estar limitando a comunicação e a compreensão do modelo de mundo do seu cliente. Poderá estar utilizando um modelo impreciso e equivocado como um guia para tentar ajudar seu cliente. Contudo, a experiência que o cliente vive e conta na sessão terapêutica, dificilmente será compreendida inteiramente pelo terapeuta, pois há lacunas no discurso.

Compreender *completamente* uma comunicação feita por uma outra pessoa é então, na verdade, uma tarefa impossível de ser realizada, pois, para fazê-lo, seria preciso que o ouvinte “incorporasse” aquela outra pessoa, passando a vivenciar as experiências narradas *exatamente* da mesma forma que ela o faz (GORDON, 1978, p. 16 e 17).

O mesmo autor nos tranquiliza, ao dizer que quando temos o objetivo de ajudar outra pessoa em seu processo de mudança, não é preciso chegarmos a um nível tão complexo de comunicação. Contudo, um passo em direção a um nível mais profundo de comunicação pode ser dado pelo reconhecimento de que o modelo de mundo de uma pessoa é diferente do modelo de mundo de qualquer outra pessoa.

A metáfora tem por característica, transportar o significado de uma situação para outra, assinalando um *como se*, não uma coisa em si. Sluzki (1992) ilustra o risco que se corre quando o terapeuta trata uma metáfora como uma coisa em si, e não como o ato criativo de representação da realidade. Este autor afirma que os

terapeutas tendem a estruturar o diálogo com seus clientes de acordo com o livro de cabeceira que estiver lendo na época. A teoria serve então, como moldura para a forma como o terapeuta percebe e compreende seu cliente, podendo também, nesse sentido, ser compreendida como metafórica.

Com as metáforas podem acontecer a mesma coisa, como aconteceu no Grupo de Milão em que, de acordo com Grandesso (1997), as metáforas da psicanálise dos problemas individuais foi substituída pelas metáforas comunicacionais, enfatizadas pelas metáforas dos jogos (provenientes da linguagem bélica: armadilhas, ataque, estratégia etc). Os terapeutas eram guiados pela ideia de descobrir qual era o jogo que a família estava jogando, levando-os a verem grandes competições até mesmo quando a família estava tranquila. Estas metáforas construíram um campo de sentido e guiaram o olhar do terapeuta para seus clientes (o que se olhar e como olhar).

Percebe-se que a metáfora não deve ser usada deliberadamente, mas sim com muita responsabilidade. O terapeuta pode enxergar o cliente pela moldura de uma metáfora, ou teoria, e mudando a metáfora, muda-se o olhar que se tem sobre o cliente, e mais, muda-se o próprio sentido de identidade de quem está buscando ajuda.

Anderson e Goolishian (2010) ressaltam que os problemas psicológicos aparecem, mudam e desaparecem, conforme mudam o vocabulário e as descrições do terapeuta. Assim, as teorias funcionam como molduras de construção de significado que estruturam a conversação terapêutica. De acordo com Grandesso (1997), as teorias do terapeuta pós-moderno têm sua utilidade, na medida em que permitem aberturas para novos significados na conversação, e que sejam mais libertadores. A utilização da metáfora é uma forma rica de mudar o vocabulário dos clientes e possibilitar aberturas para novos significados.

As metáforas teóricas, de acordo com Grandesso (1997) fornecem uma moldura para o qual os terapeutas vão conceituar e procurar no trabalho com seus clientes. Cada teoria vai lidar com suas próprias metáforas, que são as linguagens utilizadas para descrever os clientes e seus problemas.

Combs e Freedman (1990) acreditam que muitas das formas pelas quais as metáforas são incluídas na psicoterapia, foram inspiradas pela vida e trabalho de

Milton Erickson e Gregory Bateson. Milton Erickson, psiquiatra americano e especialista em hipnose, interessava-se pelo estudo da mente inconsciente como criativa e criadora de soluções. Erickson foi pioneiro no uso dos símbolos, histórias e cerimônias para atingir metas terapêuticas indiretamente.

Bateson, citado por Combs e Freedman, acreditava que uma evolução de sucesso requer um equilíbrio entre os elementos de objetivo (propósito) e de acaso (aleatoriedade). Para Bateson, a metáfora permite que a psicoterapia seja objetiva, com propósito, enquanto autoriza espaço para “o acaso, o aleatório”. O acaso é importante para possibilitar a criação do novo.

Michael White também foi muito influenciado pelas ideias de Bateson, principalmente pela ideia de “mapas” e pela ideia de que todo conhecimento pode ser entendido como uma ato de interpretação, já que não se pode conhecer a realidade objetiva. Segundo Grandesso (2011), a frase de Korzybski “o mapa não é o território” foi difundida por Bateson e diz muito sobre como os terapeutas narrativos compreendem a experiência vivida. Mapas servem para nos orientar, mas não é o território, com todas as suas particularidades e detalhes, é apenas uma descrição dele, vista por um ângulo, por uma pessoa, num determinado momento.

Erickson e Bateson trabalhavam de uma forma mais estratégica, em que o terapeuta acreditava que sabia quais experiências a pessoa ou família precisavam e tinha como tarefa, desenvolver um plano para ajudar a alcançar aqueles objetivos.

No campo da terapia familiar sistêmica, Andolfi (1989) também nos mostrou enfaticamente a importância do uso das metáforas. Este autor as utilizava principalmente com famílias resistentes a mudanças. Andolfi e Angelo (1989) falam sobre os benefícios de se “brincar” com as palavras, em que o terapeuta pode condensar em uma metáfora, os dados que foram observados no decorrer das sessões, sobre as interações entre os membros do sistema terapêutico. Os mesmos autores nos estimulam a usar “o jogo das metáforas”, para iniciar a curiosidade da família e a motivar na participação de um jogo comum entre ela e o terapeuta, em que a linguagem é recheada de imagens incompletas.

A linguagem cotidiana é rica em metáforas e, por meio de imagens baseadas na similaridade, ela permite-nos reproduzir a realidade e os objetos que nos rodeiam da mesma forma que um mapa reproduz um território (ANDOLFI, 1989, p. 86).

Andolfi (1989) afirma que qualquer objeto pode revelar qualidades diferentes, quando é visto sob diferentes perspectivas, “quando visto sob um raio de luz que explora sua superfície de diferentes ângulos” (ANDOLFI, 1989, p. 86). Devido a este fato, a metáfora é facilmente usada tanto pelos membros da família, para expressarem seus estados da mente ou das relações; quanto pelo terapeuta, para analisar e reestruturar o sistema familiar.

O mesmo autor diz que as metáforas em terapia familiar podem funcionar quando são expressas pelo paciente ou pelo terapeuta e nos apresenta algumas formas para o emprego de metáforas em terapia familiar, como:

- transformar o sintoma trazido pela família em uma metáfora de um problema de relação;
- o terapeuta empregar imagens genéricas, como contar uma história e fazer analogias dos personagens, com a história do paciente;
- o terapeuta pode relatar fantasias que lhe vieram à mente ou histórias sobre outros pacientes, com a ideia implícita de comparação com a história do paciente;
- utilizar objetos para caracterizar uma “fotografia”, uma cristalização da realidade da família. O terapeuta escolhe objetos matérias adequados para a representação de comportamentos, interações, relações e regras da família;
- dramatizações com o uso do objeto metafórico.

Na época em que Andolfi estruturou sua prática terapêutica, o terapeuta tinha uma postura mais ativa, buscava analisar o sistema familiar e reestruturá-lo. Hoje em dia, as práticas pós modernas enfatizam a importância de uma postura de não saber e respeitosa por parte do terapeuta.

Combs e Freedman (1990) dão bastante valor às metáforas e consideram a inclusão de símbolos, histórias e cerimônias em terapia. Por “símbolos”, elas referem às pequenas unidades de metáfora – palavras, objetos, imagens mentais – na qual a riqueza do significado está cristalizada. As autoras consideram uma história como metafórica, quando ela é usada para comunicar algo a mais do que os próprios eventos da história. Afirmam que o terapeuta pode usar qualquer história como metáfora.

Por cerimônia, Combs e Freedman (1990), referem-se à uma série de ações, frequentemente chamadas de ritual, que tem uma importância simbólica para as

peessoas que o fazem. Uma importante função da cerimônia, é marcar mudanças nos relacionamentos. Nós tradicionalmente simbolizamos importantes mudanças de relacionamento com cerimônias como o casamento, batizados e outros. Em terapia, as autoras afirmam que é feito da mesma forma, na construção de cerimônias para simbolizar importante mudanças de relacionamento. Em cerimônias terapêuticas, oferece-se às pessoas, a oportunidade de participar em novos padrões. Quando a cerimônia é bem sucedida, cria-se um contexto em que a mudança pode ocorrer e metaforicamente, marcar a mudança.

O processo terapêutico é facilitado pelo uso das metáforas e, de acordo com Combs e Freedman (1990), existem seis amplas categorias de processos que caracterizam o que acontece entre terapeutas e clientes. Estes processos são sobrepostos e não ocorrem em uma ordem. As metáforas podem ser usadas para facilitar qualquer um destes processos, mas nem todas as relações terapêuticas incluem todos estes processos:

- 1) desenvolvendo um relacionamento
- 2) coletando informações
- 3) acessando e utilizando recursos
- 4) sugerindo ideias
- 5) recompondo
- 6) facilitando novos padrões de pensamentos, sentimentos, e comportamento.

As autoras afirmam que a metáfora aumenta a chance de o terapeuta conectar-se com as aspirações e dificuldades de seu cliente. Isso ocorre porque quando as pessoas transmitem mensagens por meio de metáforas – sejam elas histórias, pinturas, estátuas, gestos, músicas entre outros –, ajudam a assegurar que aquelas mensagens serão percebidas em muitas dimensões, e não apenas nos níveis verbal e não-verbal.

Jeffrey Zeig (citado por Caram, 2002), diz que podemos utilizar as metáforas, contos e analogias em terapia para:

- esclarecer um assunto ou ilustrar um ponto
- sugerir ideias, novas perspectivas ou alternativas de soluções ainda não cogitadas (em vez de “prescrever” uma conduta diretamente)

- levar as pessoas a se reconhecerem
- semear ideias e aumentar motivação
- manter sob controle a manipulação do cliente sobre o terapeuta
- diminuir a resistência
- recolocar e redefinir um problema – ajudando o cliente a perceber o problema de forma levemente diferente da que percebe
- estruturar a emoção, o pensamento e o comportamento, ajudando o cliente na busca do equilíbrio
- encorajar a viver do modo mais flexível e criativo
- levar o cliente a entrar em contato com um recurso de sua vida que não percebia até então, e que poderia auxiliá-lo na resolução do problema que leva ao terapeuta – “a solução está dentro do cliente”
- dessensibilizar medos

Penso que estes objetivos defendidos por Zeig, podem estar associados aos processos da terapia narrativa e os resultados atingidos durante a jornada terapêutica.

## 5 – O USO DE METÁFORAS EM TERAPIA NARRATIVA

*“A vida de uma pessoa não é o que aconteceu,  
mas o que ela recorda e como recorda”*

*(Gabriel Garcia Marques)*

O contexto conversacional da terapia narrativa, conforme apresentado no capítulo 3, propõe-se a considerar aspectos negligenciados da experiência que permitam a ampliação do olhar e a compreensão sobre as vidas e relações das pessoas que procuram a terapia. Penso que o recurso das metáforas podem ser bastante úteis nessa função de ampliação do olhar.

Palavras são como “pacotes”, compreendem vários significados, que são diferentes para cada pessoa. O terapeuta narrativo contribui na abertura desses “pacotes”, abrindo e enriquecendo histórias estreitas, buscando significados nas contradições e lacunas. As histórias tornam-se mais densas, complexas e ganham novos significados, permitindo novas maneiras de organização da vida.

A terapia narrativa pode ser vista como uma prática que oferece a famílias, casais, pessoas ou comunidades, uma oportunidade para envolverem-se ativamente na construção de sua própria realidade. Na terapia, o intangível torna-se tangível, em que são exploradas qualidades impensadas, implicando liberdade, responsabilidade e construções. Nesse processo de construção das suas possibilidades, os clientes reconstróem a si mesmos. Essas qualidades que surgem, podem transformar em novas realidades, novos mundos, novas possibilidades existenciais. Aonde o ocorrido conduzirá a novos descobrimentos.

O próprio Michael White (2002) define a terapia narrativa por meio de uma metáfora. Explica que a terapia implica em uma “jornada”, em que se chegará a destinos que não podemos prever (terapeuta ou clientes), por rotas não previamente

mapeadas. Assim, em terapia temos a oportunidade de sermos transportados para outros lugares na vida em que histórias são enriquecidas, são contadas de uma maneira diferentes do que eram contadas no início da jornada.

Ao longo do capítulo sobre Terapia Narrativa, discorri sobre suas principais etapas (conversações de externalização, reautoria, lembrança e cerimônias de definição) e sobre como as metáforas estão incluídas em cada uma delas. A seguir, retomarei rapidamente sobre o uso das metáforas nas diferentes formas de conversação terapêutica:

Nas **conversações de externalização**, as metáforas estão presentes principalmente no momento de objetificar o problema, separando-o da pessoa. Já nas **conversações de reautoria**, o terapeuta estimula o cliente no desenvolvimento de outras conclusões de identidade positivas e a metáfora pode ser muito útil para este fim.

O processo de busca de novos significados, durante as conversas de reautoria, faz surgir novos relatos que contradizem a história dominante. A título de ilustrar metaforicamente este processo, exponho abaixo uma história sobre aspectos da vida (de um elefante) que foram negligenciados, escrita pelo psicoterapeuta argentino Jorge Bucay:

#### *O elefante acorrentado*

*Quando eu era pequeno, ficava encantado com o mundo mágico do circo. Entusiasmava-me poder ver de perto cada um dos animais que viajavam em caravana de cidade em cidade.*

*Durante o espectáculo, tudo me parecia maravilhoso e deslumbrante, mas a aparição do elefante era sempre o meu momento preferido. O enorme animal dava mostras de uma destreza, tamanho e força impressionantes. Era evidente que um animal daqueles seria capaz de arrancar uma árvore com um simples puxão. No entanto...*

*Para minha surpresa, depois de cada actuação, o pessoal do circo prendia o elefante a uma*

*pequena estaca simplesmente cravada no solo. Isto era para mim um grande mistério.*

*Embora a corrente fosse grossa e forte, um animal capaz de deitar abaixo um muro com a sua força poderia facilmente libertar-se da estaca e fugir. O que é que prendia o elefante? Porque não fugia?*

*Quando eu tinha cinco ou seis anos, ainda acreditava que as pessoas crescidas sabiam tudo. Assim, questionei os professores, o meu tio e a minha mãe sobre o mistério do elefante.*

*Eles explicaram-me que o elefante não fugia porque estava amestrado.*

*Como é lógico, perguntei-lhes então:*

*— Se está amestrado e por isso não foge, porque é que o acorrentam?*

*Ninguém soube responder-me a essa segunda pergunta.*

*Muito tempo depois, uma noite, conheci alguém muito sábio, que tinha viajado pela Índia e que me ajudou a encontrar a resposta.*

*O elefante do circo estava acorrentado a uma estaca desde muito, mas muito pequeno. Recordo que fechei os olhos e pensei no pequeno elefante recém-nascido preso à estaca. Imaginei-o empurrando e puxando a estaca, dia após dia, tentando soltar-se...*

*Quase podia vê-lo adormecer todas as noites esgotado pelo esforço, pensando voltar a tentar na manhã seguinte. Tudo era inútil: a estaca era demasiado forte para um animal recém-nascido, mesmo tratando-se de um elefante.*

*Até que um dia, o mais triste dos dias da sua curta vida, o elefantezinho aceitou que não podia libertar-se e rendeu-se ao seu destino.*

*Compreendi então porque razão o enorme e poderoso elefante que eu via no circo se deixava ficar acorrentado: estava convencido de que nunca conseguiria libertar-se da sua estaca.*

*O pobre animal tinha o fracasso gravado na sua memória de elefante e nunca, nunca mais, tinha voltado a pôr à prova a sua força.*

*Algumas noites sonho que me aproximo do elefante acorrentado e lhe digo ao ouvido:*

*— Sabes, tu pareces-te comigo. Tu também acreditas que não podes fazer algumas coisas só porque uma vez, há muito tempo, tentaste e não conseguiste. Tens de perceber que o tempo passou e hoje és mais forte do que antes. Se quiseres mesmo libertar-te, tenho a certeza de que poderás fazê-lo. Porque não tentas?*

*Às vezes, acordo a pensar que um dia o meu elefante finalmente tentou e conseguiu arrancar a estaca...*

*Então, sorrio e imagino que o enorme animal continua a viajar com o circo porque gosta muito de divertir as crianças, embora, obviamente, já não esteja acorrentado.*

*Jorge Bucay*

*O elefante acorrentado*

*Arteplural edições, 2008*

*(Fonte: <http://www.portaldacrianca.com.pt>)*

Esta história me faz pensar no processo de reautoria, por trazer um elemento novo (extrema força física) à história dominante do elefante (convencido de que nunca se liberaria da estaca). Analogamente à vida das pessoas que estão vivendo em função do problema, quando buscam ajuda terapêutica, esta história conta sobre a forma como as pessoas deixam de acreditar nos seus potenciais, baseado em uma história rala de incapacidade (como o pequeno elefante incapaz de se livrar da estaca) e a questão da liberdade, quando um elemento novo é inserido na história.

Já durante as **conversações de lembrança**, White (2012) nos lembra da importância de pessoas significativas que influenciaram e influenciam na construção da identidade. Guiado pela metáfora do “dizer olá”, por exemplo, no trabalho com pessoas em luto, White fazia perguntas que possibilitassem abertura para as pessoas reivindicarem suas relações com a pessoa querida que partiu. Esse reposicionamento em relação à morte da pessoa querida, trazia o alívio esperado.

Por meio de seu trabalho com pessoas enlutadas, White (2012) declara como a conversação terapêutica caminha para diferentes lugares, dependendo da metáfora que o terapeuta é guiado, em que explica sua utilização da metáfora do “dizer olá”, em contraposição com a do “dizer adeus”.

Durante as **cerimônias de definição**, na etapa em que a testemunha externa renarra sobre o que ouviu de quem está no centro da cerimônia (quem está em terapia), é convidada pelo terapeuta, a falar sobre metáforas, imagens, sons, cheiros que lhe vieram à mente enquanto escutava o relato.

Na terapia narrativa, as metáforas também estão muito presentes nas **práticas de narrativas coletivas**. Denborough (2008) nos apresenta algumas metodologias usadas e criadas por ele e parceiros para ajudar pessoas, grupos e comunidades a lidarem com suas dificuldades.

Barbara Wingard (citada por Denborough, 2008) define as práticas narrativas como “contando nossas histórias de forma que nos tornemos mais fortes” (Wingard e Lester, 2001 *apud* Denborough, 2008). Com relação à palavra escrita, o autor diz que há formas de se escrever sobre a experiência traumática que fazem com que a pessoa se sinta mais forte à medida em que faz uma leitura e releitura do que foi escrito. Seguindo este raciocínio, Denborough (2008) enfatiza a importância da criação de documentos coletivos, como uma etapa final (cerimônia de definição) da aplicação das metodologias apresentadas.

No processo de criação deste documento coletivo, busca-se formas de conectar as habilidades, conhecimentos e histórias das pessoas em forma de textos. É importante recolher bastante material sobre as habilidades e os conhecimentos das pessoas para poder elaborar um documento capaz de provocar ressonância no grupo. O autor defende que um documento eficaz, é aquele que permite que sejam ativada nas mentes das pessoas que ouvem, imagens, cheiros, sons, paisagens, figuras e metáforas, que são as ressonâncias que causam quando são lidos por seus autores.

Vários tipos de documentos escritos podem ser criados para entrelaçar as habilidades e conhecimentos das pessoas que lidam com determinadas dificuldades, como: certificados, cartas terapêuticas, poemas, documento coletivo.

Algumas das metodologias de narrativa coletiva descrita por Denborough (2008) são: documentos de narrativa coletiva; trocas de mensagem em cerimônias de definição; a árvore da vida; o time da vida. Estas metodologias, cuja proposta já em si é metafórica, são ótimas oportunidades para pessoas falarem sobre suas habilidades e desenvolverem histórias mais ricas.

“A árvore da vida” é uma abordagem que permite se trabalhar com as habilidades e valores das pessoas, a partir da metáfora da árvore. O terapeuta pede para que cada pessoa desenhe uma árvore significativa da infância, em que cada parte desta árvore representará cada aspecto da vida da pessoa: raízes

representam suas tradições e origens; o chão, as atividades nas quais as pessoas estão envolvidas no dia-a-dia; o tronco estimula as pessoas a falarem sobre suas habilidades e valores; os galhos significam as esperanças, sonhos e desejos das pessoas; as folhas da árvore representam as pessoas importantes na vida de quem está envolvida nesta metodologia; e as frutas representam os presentes que foram dados para a pessoa.

Já na metodologia do “O Time da Vida”, a metáfora usada, é a do esporte, em que vão sendo feitas reflexões e paralelos entre os participantes em um jogo de futebol (goleiro, defesa, ataque, outros jogadores, técnico, reservas, o campo, hino do time e torcedores) e as pessoas significativas para a construção da sua identidade. Por meio desta metáfora, também pode-se falar sobre as conquistas e habilidades por meio de celebração dos gols; e sobre as dificuldades, na forma de driblar os problemas.

Aqui no Brasil, algumas metodologias semelhantes foram desenvolvidas por Adriana Müller (“Ritmos da Vida”) e por Ana Luiza Novis e Lúcia Helena Abdalla (“A Despensa da Vida”). Estas terapeutas foram entrevistadas por mim e as entrevistas estão em anexo, na íntegra.

Em “Ritmos da Vida”, de Adriana Müller, utiliza-se a metáfora dos instrumentos musicais e pode ser utilizada em situações individuais ou coletivas. A música é utilizada como um meio para acessar a história dominante das pessoas e construir uma história alternativa, possibilitando a transformação do sintoma (o problema) em sintonia, reconectando-se com o que é importante na vida. As pessoas fazem o desenho de um instrumento musical que gostem, são convidadas a refletir sobre qual o tipo de música que elas tocam com este instrumento e qual seria a reação da plateia ao ouvir sua música. Em aplicações coletivas, os instrumentos são colocados lado a lado, para formarem uma “orquestra”, em que o desafio é: como todos poderão tocar seus instrumentos em sintonia? Uma “orquestra tentando entrar em sintonia” é a forma metafórica de se falar sobre um grupo que lida com algumas dificuldades. O trabalho finaliza-se com a elaboração de um documento coletivo, a composição de uma música.

Na metodologia de prática narrativa coletiva “A Despensa da Vida”, desenvolvida por Ana Luiza Novis e Lucia Helena Abdalla, a metáfora utilizada é a da doença como uma “visita inesperada” que chega à casa da pessoa sem avisar.

Por meio desta metodologia, busca-se resgatar autoria das pessoas que sentem-se reféns do problema, quando estão enfrentando graves doenças. A autonomia da pessoa é resgatada, pois novas conversas vão sendo estabelecidas, favorecendo a construção de histórias alternativas que envolvem novas formas de a pessoa se relacionar com a sua doença.

No próximo capítulo, faço uma apresentação dos terapeutas narrativos que colaboraram com este trabalho, e de como eu organizei os significados presentes nos relatos destes terapeutas.

## **6 – METODOLOGIA**

Para a realização desta pesquisa qualitativa, realizei leituras sobre a Terapia Narrativa, com o objetivo de identificar a forma e o lugar que as metáforas ocupam no trabalho; e fiz uma investigação de campo, em que entrevistei terapeutas pós-modernos para verificar como estes utilizam a metáfora no trabalho terapêutico com seus clientes.

Essas entrevistas foram realizadas após autorização e assinatura do TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido). Os instrumentos utilizados para realização das entrevistas foram: Skype e gravador de voz. Com a coleta de dados bibliográficos e entrevistas de base dialógica, foi feita uma organização dos significados presentes nos relatos dos entrevistados, valendo-me da poética social (Shotter, 2000).

### **6.1. Participantes**

Os participantes desta pesquisa foram quatro terapeutas que utilizam a metáfora como um recurso terapêutico. Estes terapeutas foram indicados pela orientadora do trabalho e se reconhecem como terapeutas que trabalhem na abordagem narrativa.

Segue abaixo uma breve apresentação dos terapeutas entrevistados por mim. Cumpre esclarecer que os quatro entrevistados concordaram em manter seus nomes. Por esta razão, não se trata de nomes fictícios.

- **Adriana Müller**

Psicóloga clínica, mestre em psicologia do desenvolvimento pela UFES, professora do curso de especialização “Intervenção Sistêmica com Famílias” do Centro de Estudos e Terapia de Família – CRESCENT. Trabalha principalmente na abordagem da terapia familiar sistêmica e práticas narrativas. No campo da terapia narrativa, desenvolveu uma metodologia coletiva: “Ritmos da Vida”, que utiliza os instrumentos musicais como metáfora. Nessa metodologia, cada pessoa se representa por um instrumento musical através do desenho, para posteriormente, em grupo, poderem formar uma bela orquestra (estar em sintonia com os outros).

- **Ana Luiza Novis**

Psicóloga clínica e hospitalar, terapeuta de família. Experiente no trabalho com pacientes portadores de doenças crônicas. Iniciou seus estudos em Terapia Narrativa em 2000 e uniu-se à psicóloga Lúcia Helena Assis Abdalla para realizar alguns projetos junto com pacientes de doenças crônicas em hospitais. Em 2010 elaboraram juntas a metodologia narrativa “A Despensa da Vida”.

- **Lucia Helena Assis Abdalla**

Psicóloga clínica e terapeuta familiar. Possui experiência no atendimento a pacientes com acometimentos orgânicos agudos e crônicos. Envolvida com a abordagem narrativa, criou junto com Ana Luiza Novis, a metodologia “A Despensa da Vida”, em que usa a metáfora da doença como uma “visita inesperada” que chega à casa da pessoa, buscando resgatar a autoria dessa pessoa que sente-se refém da doença.

- **João Laurentino dos Santos**

Psicólogo, mestre e doutor em psicologia clínica, terapeuta comunitário, terapeuta de família e casal. Desenvolve diversos projetos sociais. Experiência em atendimento psicoterapêutico de adolescentes, adultos, casais e famílias. Há quatro anos tem se dedicado mais ao estudo da Terapia Narrativa.

## **6.2. Instrumentos**

Tendo em vista que se trata de um trabalho com enfoque pós-moderno, que objetiva a co-construção dos significados em pesquisa por meio de uma conversação dialógica, optei por utilizar como instrumento de pesquisa conversações dialógicas, em torno de alguns eixos temáticos. Assim, apoiada na teoria da terapia narrativa, parti de alguns questionamentos básicos para a elaboração de perguntas que pudessem ajudar a compreender o sentido das metáforas na prática desses terapeutas (não perguntas para busca de dados).

O roteiro de entrevista de base conversacional foi elaborado em torno de alguns temas norteadores, cujo objetivo era compreender como os terapeutas narrativos estão utilizando metáforas e como imaginam que este uso está repercutindo para os clientes:

- 1 Desde quando você teve contato com a terapia narrativa?
- 2 Qual apelo que viu na terapia narrativa?
- 3 Como você usa a linguagem nesta abordagem?
- 4 Como você vê a inclusão de metáforas dentro da conversação terapêutica? Nos diferentes arranjos de conversação terapêutica (conversas de externalização, de reautoria, de lembrança e cerimônias de definição)

- 5 Como você tem usado as metáforas? Como ela surge? Para que fim você acha que ela serve?
- 6 O quanto o uso de metáforas pode ajudar o cliente? E o terapeuta?
- 7 Você acha que há casos em que o uso de metáforas pode atrapalhar o processo terapêutico?
- 8 Teve alguma situação que foi particularmente tocante para você enquanto terapeuta e seu cliente no uso da metáfora?
- 9 Como isso foi significativo para você?
- 10 Tem alguma pergunta que não foi feita e você acharia importante colocar?

### **6.3. Procedimento**

Realizei três entrevistas com quatro terapeutas que se legitimam como terapeutas narrativos, para verificar como a metáfora os tem ajudado no seu trabalho. Duas terapeutas foram entrevistadas juntas, por trabalharem em conjunto com seus clientes e por terem elaborado juntas uma metodologia narrativa que enfatiza o uso da metáfora (“A despesa da vida”).

Duas entrevistas foram feitas por intermédio do Skype (devido à distância geográfica das entrevistadas, que residem no Espírito Santo e Rio de Janeiro) e uma, realizada no consultório do terapeuta entrevistado (Osasco/SP). Antes de iniciar as entrevistas, pedi autorização para uso do gravador e apresentei o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (modelo em anexo).

### **6.4. Análise dos dados**

Depois de realizadas e transcritas as entrevistas, apoiei-me na análise de discurso com ênfase na poética social para analisar os dados obtidos (Guanaes, 2006). Inicialmente realizei uma leitura geral das entrevistas, do início ao fim,

trazendo familiarização com o que estava exposto e então, as reli diversas vezes. Tentei compreender de que forma a metáfora está sendo utilizada nas sessões terapêuticas, como isso faz sentido para os terapeutas e possivelmente para seus clientes.

A análise de discurso, segundo Caregnato e Mutti (2006) trabalha com o sentido do discurso – com a busca de efeitos de sentido pela interpretação –, e não com o seu conteúdo. De acordo com Guanaes (2006), a análise que perpassa pela poética social, envolve um processo de produção de sentidos baseado na perspectiva construcionista social. Uma investigação baseada na poética social, objetiva descrever os processos de discurso e de relação de produção de sentido.

Na prática da *poética social*, a pesquisa emerge como um processo vivo de construção e reconstrução de sentidos de mundo, que tem por objetivo a criação de estratégias retóricas que permitam a abertura a novas possibilidades de compreensão dos eventos investigados (GUANAES, 2006, p. 97)

Esta análise enfoca a importância do pesquisador na produção de sentidos, pois ele quem dará forma ou sentido aos momentos marcantes que chamaram sua atenção. Na poética social, busca-se o inusitado, o desconhecido e irregular, não a busca de padrões ou repetições. Assim, o pesquisador busca “construir relações ou conexões criativas entre os eventos estudados e outros aspectos da vida social, ampliando as possibilidades de descrevê-los” (GUANAES, 2006, p. 97).

Guiada pela prática de investigação da poética social, busquei organizar os dados obtidos nas entrevistas em momentos marcantes, voltando minha atenção para eventos singulares, que possibilitassem uma ampliação das possibilidades de descrição.

## **7 – COMPREENDENDO AS METÁFORAS NA PRÁTICA DOS TERAPEUTAS**

Os quatro terapeutas entrevistados por mim, consideram a metáfora como um elemento essencial no processo terapêutico, fazendo-se presente nas diversas formas de conversações da terapia narrativa. Considerando as questões que nortearam este trabalho, organizei as falas destes terapeutas nos seguintes temas: Facilitando a conversa terapêutica por meio de metáforas; Tornando a conversa mais lúdica e facilitando que se fale de coisas difíceis; Possibilitando a nomeação das experiências vividas e dos sentimentos; Compreendendo o contexto do cliente; Facilitando a mudança e a construção de novos significados – sendo autor da própria história; Trabalhando com a metáfora que faça sentido para o cliente; e Postura do terapeuta narrativo.

### **7.1. Facilitando a conversa terapêutica por meio de metáforas**

Em alguns momentos, a metáfora é percebida pelos terapeutas como facilitadora do diálogo terapêutico, em que uma vez aberto o “pacote” da metáfora, por meio de conversações sobre seu sentido e significado, economiza-se tempo. Isso se dá pois ao expressar-se por meio de uma metáfora que já fora explicitada, cliente e terapeuta já sabem sobre o que estão falando e não precisam delimitar novamente, não sendo necessário voltar no texto previamente construído sobre aquela metáfora.

*“Então é uma coisa que fica presente na conversa, mas que é quase como um bingo, “bingo!”, sabe? é... “disse tudo!”. A expressão que você diz: “Ah,*

*agora você disse tudo! É isso mesmo!” (Lucia Helena Assis Abdalla).*

*“Ela encurtava um tempo de conversa... Então esse modo de comunicar particular, quanto menor ele for e mais informação ele passar, melhor é essa metáfora, porque é exatamente uma coisa pequena que transmite uma ideia enorme, que diz tudo” (Lucia Helena Assis Abdalla).*

*“O que é o encosto? Encosto é, dentro de um entendimento espiritual, e aí depende da crença religiosa de cada um, mas dentro desse paciente por exemplo, pode ser algo que você tenha dificuldade de se livrar, que você quer tirar de cima de você, mas você não consegue, então com uma única palavra, está comunicando muita coisa, está comunicando o desconforto, está comunicando a dificuldade... e aí quando você começa a estruturar uma comunicação em cima dessa metacomunicação, ou seja, “e como é que será que a gente se livra de encosto?”. Quer dizer, a gente não volta pro texto, depois de construir a metáfora. Não, aí a metáfora faz parte da construção do texto. Então “como é que a gente não mete o pé na jaca? Como é que a gente acerta? Como a gente se livra do encosto? Quem é que já se livrou do encosto? Você conhece alguém que já se livrou do encosto na vida? Quem é que também já teve encosto na vida?” Então assim, como é que a gente articula a possibilidade dessa pessoa estar vislumbrando recursos, que antes ela não conseguia vislumbrar” (Lucia Helena Assis Abdalla).*

Aqui, podemos perceber a ideia da metáfora como algo que “diz tudo”, como um uso econômico da linguagem como ferramenta que ajuda a comunicar tópicos complexos com pouco esforço de elaboração.

## **7.2. Tornando a conversa mais lúdica e facilitando que se fale de coisas difíceis**

Os terapeutas relataram que a metáfora traz uma nova maneira de se falar sobre assuntos difíceis, duros, tornando a conversa mais leve e lúdica. Lembrando que o lúdico é incluído na conversação pelo terapeuta, de maneira cautelosa, para que o cliente não se sinta desrespeitado no seu sofrimento.

*“Então as metáforas estão presentes o tempo todo, o tempo todo permeando a conversa e fazendo com que os desafios fiquem mais leves. Eu gosto da metáfora, porque ela dá uma suavizada, e com que as pessoas fiquem mais poéticas... eu acho que a metáfora tem essa coisa da poesia que suaviza o que é pesado, que traz mais beleza para o que é bonito, para o o que é bom, então ela é muito útil!” (Adriana Müller).*

*“Então assim, a metáfora tem que ser um recurso que facilite aquela conversa, mas sempre com o intuito de ampliar, de trazer uma facilidade, pra se falar de assunto às vezes muito difíceis” (Ana Luiza Novis).*

*“Ah, ajuda muito, muito! é muito mais fácil você falar de um problema, quando ele está numa linguagem metafórica... (...) Nossa, a terapia fica muito mais leve, muito mais leve. As pessoas riem, sabe?” (Adriana Müller).*

*“Então você começa a perceber que essa metáfora tem principalmente esse poder, é um poder de ampliar e facilitar a conversa. Porque também tem um lado da metáfora que é muito bacana, que ela tem um lado lúdico na conversa, porque quando você cria uma metáfora engraçada, quando você cria uma forma de falar sobre aquilo, simbólica, através da metáfora, muitas vezes isso começa a introduzir na conversa um pouco de bom humor, porque às vezes a pessoa até se diverte com aquilo que ela está podendo falar do problema dela, ou da dificuldade dela. E aquilo vai facilitando, pra ela começar a ampliar aquele território tão difícil, então a metáfora tem esse lado que é extremamente poderoso, que é você poder começar a falar de um assunto difícil de uma maneira original, mas você tem que ter o cuidado do que você vai utilizar como metáfora, você tem que usar a sua sensibilidade, pra você não criar justamente um efeito contrário do que você quer...” (Ana Luiza Novis).*

*“Eu acho que tem outra coisa, a metáfora ajuda a tornar a conversa mais lúdica. Ela possibilita você jogar com os conjuntos de palavras que formam a metáfora, ela favorece que você, na medida que você percebe que o cliente transformou o significado, ou que ele queira transformar em significado, ele também*

*possa transformar as metáforas, então você justapõe, contrapõe, altera, sugere ditados que tenham a ver com aquela possibilidade que ele queira... você sugere metáforas ou expressões que ele possa contrastar, que ele possa fazer distinções. Então ela torna mais lúdica nesse que sentido de que você pode jogar com ela no campo... não no campo representativo, mas no campo simbólico da expressão que ela tem, pra você poder fazer vários trânsitos e realizar diferentes distinções pra que as compreensões do cliente a respeito de determinado aspecto, possam ficar mais claro possível pra ele. Então eu acho que ela facilita por causa disso, porque ela torna mais lúdica, ela torna mais prático o seu trabalho, ela permite uma criatividade no jogo das palavras, no jogo das expressões” (João Laurentino dos Santos).*

*“... porque inclusive, é uma forma muito mais fácil, muito mais delicada, de você falar de situações muito dramáticas. Porque se você pontua e fala de uma forma literal, não poética, é muito difícil às vezes de a pessoa ouvir, ela não vai ter espaço suficiente pra ouvir aquilo num bom lugar. Mas se você começa a trabalhar isso usando a metáfora, usando um texto poético, pra conversar sobre uma questão tão difícil, você facilita essa conversa” (Ana Luiza Novis).*

*“... então quando você fala da representação simbólica dessa dor, é como se você tivesse descobrindo uma maneira de simplificar e não banalizar. Existe uma diferença muito grande, ela é sutil e também eu acho que o terapeuta que vai*

*trabalhar com as metáforas, ele tem que ter uma postura muito respeitosa, porque brincar no setting, não é uma atividade fácil, ele tem que saber que ele está parceiro dessa dor. O paciente precisa saber que você é parceiro dessa dor, e que você está inaugurando uma forma talvez mais leve, metafórica de falar, mas que em nenhum momento você está desrespeitando ou diminuindo a dor. Então essa é uma questão, porque senão pode virar uma gozação, e pra virar uma gozação, você pode, por exemplo, pegar a mesma fala, dependendo da pontuação utilizada, isso ter um ar irônico, ou não, ou isso ser uma fala acolhedora. Dependendo de onde aquela fala entra no texto, ela ganha uma conotação completamente diferente. Então eu acho que traz isso, é simples, é poderoso, mas o uso... (...) tem essa conotação de diminuir o sofrimento, e tem a conotação também de ampliar o prazer da conversa (Lucia Helena Assis Abdalla).*

A metáfora é vista pelos terapeutas como um recurso que facilita e amplia a conversa, trazendo o lúdico e podendo ampliar o prazer da conversa.

### **7.3. Possibilitando a nomeação das experiências vividas e dos sentimentos**

A metáfora também foi apontada pelos terapeutas, como uma maneira rica de as pessoas poderem expressar suas experiências vividas e sentimentos de uma maneira própria.

*“... e na maioria das vezes, quem vai trazer a metáfora não é o terapeuta, na maioria das vezes, quem traz a metáfora é o próprio paciente (...) Então a metáfora tanto ela serve pra externalizar uma situação, como ela serve pra ilustrar uma situação... receber a visita de uma determinada pessoa, ex-mulher, pode ser... ah, vai criar um nome pra isso, então a metáfora ela sempre nos traz a possibilidade de você, numa conversa terapêutica, estar, vamos dizer assim, inaugurando uma forma de conversar que atinja muitas pessoas e não só aquela pessoa. E é a expressão que aquela pessoa tem e que ela, por exemplo: “ah não, chegou o meu encosto!”, para aquela pessoa, a doença, a ex-mulher, pode ser um encosto na vida dela” (Lucia Helena Assis Abdalla).*

*“Ah, elas são fantásticas! Elas ajudam muito! (...) E no consultório, funciona muito nessa hora de você descolar a pessoa do problema, ela é muito importante, porque na hora que você dá nome pro problema, mais do que isso, na hora que a pessoa dá um nome pro problema, que é uma linguagem metafórica, a partir dali a gente abre pra um novo caminho, um novo olhar daquele recurso terapêutico” (Adriana Müller).*

*“... então é muito mais tranquilo você falar do Parkinson como “doutor tremelique”, do que como Parkinson, sabe, essa coisa do diagnóstico, ele além de ser fechado e pesado, ele é fechado mesmo, ele é estreito, ele te deixa sem muitas opções de saída, a não ser aquelas predeterminadas pela medicina ou pela tecnologia. E na hora que você então dá um*

*outro nome, que a pessoa dá um outro nome, né, porque é ela que está convivendo com aquilo, ela que consegue nomear melhor. Então na hora que a pessoa dá um nome, aquilo fica mais suave, porque, então, “já que eu dei um nome, eu também posso dar um tratamento, eu também posso dar uma solução pra isso... eu não fico mais refém de uma prática que vem do outro”, do tratamento que vem do outro, do diagnóstico que vem do outro, de uma medicação que vem do outro, ou uma terapia que vem do outro, é como se ele se tornasse, um problema que eu conheço a ponto de poder dar um nome pra ele, e portanto, se eu conheço, eu consigo arrumar as minhas formas de lidar com ele” (Adriana Müller).*

*“... ajuda muito, porque, primeiro porque ele começa a criar em cima da situação dele, já começa a originalidade daí, porque quando eu consigo falar do que eu sinto, do que eu vivo, já de uma nova maneira, onde eu consigo me fazer entender, porque também às vezes as pessoas, estão tão paralisadas, que pra elas é muito difícil colocar em palavras aquilo que está doendo tanto, e quando elas conseguem criar uma metáfora, quando elas conseguem falar do desafios delas nesse novo texto, isso já produz uma mudança muito grande, porque naquele momento, ela já está mais autora, ela está autora, ela está criando uma imagem, ela está criando um texto em cima daquilo que ela está vivendo. Ela não está só sofrendo, ela está podendo dizer como que é esse sofrimento pra ela, como é essa adversidade pra ela, como é que ela vê essa*

*cena. Então ela está conseguindo se abrir mais, e isso que é o libertador...” (Ana Luiza Novis).*

*“Então ele pôde conversar metaforicamente sobre o sintoma. A metáfora abriu possibilidades de conversações transformadoras. As metáforas abriram possibilidades de que nós pudéssemos fazer trocas para que ele pudesse então ir além do universo limitado, determinado pela compreensão metafórica que ele tinha do “pica-pau” acerca do sintoma e isso na vida dele. (...) Contrastar, sobrepor, contrapor, fazer distinções, principalmente dialogando num campo simbólico, favoreceu que ele pudesse criar um universo de possibilidades tremendas, em termos de coisas que ele queria concretizar. . E depois disso, nunca mais ele falou do pica-pau, nunca mais ele falou do sintoma nas conversas, ele começou a falar de um projeto de vida” (João Laurentino dos Santos).*

*“Fica muito mais fácil de conversar e eu percebo que dá autoridade pra pessoa falar sobre aquilo, porque como ela deu o nome, ela sabe, entende? Então talvez a pessoa não saiba lidar com o TOC, “nossa, transtorno obsessivo compulsivo, que coisa enorme”, mas lidar com a “dúvida chata”, ela consegue, ou com o “chiclete”, igual uma moça que eu atendo chamou, um negocio que chega e gruda! Ela fala disso de uma forma muito mais tranquila, ela consegue perceber quando aquilo que ela tá nomeando de chiclete, chega ou vai embora, porque ela percebe aquilo e ela deu um nome e ela consegue dar a solução. Você se sente inclusive*

*mais autorizada a dar sugestões sobre como lidar com aquilo, e normalmente funciona. As soluções que a pessoa traz são possíveis de serem realizadas e surtem efeitos. É uma coisa bonita de ver e eu acho que isso tudo acontece, porque a gente utiliza metáfora, ela torna as coisas, o caminho mais tranquilo, mais leve” (Adriana Müller).*

Essa nova maneira de se falar sobre os problemas, reforça o sentimento das pessoas de autores da própria vida e possibilita com que revejam a relação que mantêm com seus problemas, pois podem lidar com aquilo que conhecem (com o que nomearam).

#### **7.4. Compreendendo o contexto do cliente**

Os terapeutas trouxeram a ideia de que uma metáfora transporta o significado de um contexto para outro, possibilitando que o terapeuta compreenda também os sentimentos do cliente em relação à história contada, porque ele mesmo pode experimentar tais sentimentos quando é tocado por uma metáfora, sendo transportado para outro contexto.

*“...o que a metáfora têm de especial, é que ela já te transporta pra um lugar, pra um lugar certo. Ela já te transporta pra um universo, vamos dizer assim, aspas o que eu vou dizer: um universo de possibilidades que eu diria que já é “pré-dado”, ou “pré-fabricado”” (João Laurentino dos Santos).*

*“E eu acho que ela insere a conversa num campo mais contextual, do ponto de vista da vivência, tanto do cliente quanto do terapeuta. Como se ela fosse possível transportar você pra um universo, pra um cenário, pra um contexto muito claro em termos dos elementos, em termos das pessoas, em termos dos acontecimentos... em termos do que se dá” (João Laurentino dos Santos).*

*“E tem uma outra característica, em geral, as metáforas, elas são palavras “pacotes” que te transportam pra universos muito ricos. Eu acho que essa é uma outra característica da metáfora, que potencializa, porque se a gente pensar que a metáfora tem um enraizamento social, cultural, de vivências, de histórias, de pertencimento a uma comunidade, a uma família, a um grupo, quando essa metáfora vem, ela já vem “grávida”, vamos dizer assim. Essa metáfora já vem “grávida” e aí, à semelhança do que nos orienta Sócrates, a gente tem que realizar esse parto. Então eu diria que a metáfora faz um convite pro terapeuta, pra ele realizar um “parto de significados”, porque na medida em que você vai abrindo essas palavras “pacotes”, o cliente ou a família vai se dando conta de que na verdade o caminho que se procura, a saída que se deseja, a clareza que é necessária pra compreensão de um determinado fenômeno, reside ali. Eu acho que a tarefa do terapeuta é se transportar para esses lugares que as metáforas convidam. Eu acho que ele tem que se transportar com seu cliente, com a sua família, pra esses lugares, pra ele ir fazendo, ir*

*tecendo essas compreensões que as metáforas abrem” (João Laurentino dos Santos).*

*“... porque as pessoas que chegam pra gente, elas chegam dentro dos códigos que elas se constituíram na vida delas. E a gente vai estar entendendo estes códigos, ou se esforçando pra entender, a partir dos nossos códigos que a gente se constituiu na nossa vida. Então o mais interessante, é que nesse encontro, existe de ambas as partes, um interesse mútuo em estar construindo novos entendimentos, como a Ana colocou, que possam estar gerando conforto, bem-estar...” (Lucia Helena Assis Abdalla).*

*“... há momentos em que nós precisamos mais trabalhar no campo do sentido, do que no campo do significado necessariamente. Não que uma coisa esteja desatrelada da outra, é que eu penso que no significado, a gente está mais aqui (apontando para a cabeça), mas eu penso que as coisas primeiro passam pelo campo do sentido e depois eles vem pro campo do significado. O que eu quero dizer com isso? Que às vezes o terapeuta tem que trabalhar com as vísceras... mais na sensação. Porque se você for trabalhar no campo do significado a partir das metáforas, num primeiro momento, não rola... primeiro você tem que vir para o campo das sensações, para depois, na medida em que você transita nessas sensações, você vai pondo em palavras, você vai organizando isso em palavras, porque há certas experiências que não são possíveis colocar em palavras, ela fica mais no campo do sentido mesmo, mais no campo da sensação. Então o que eu aprendi*

*com essa cliente, por exemplo, foi que há um campo no diálogo, na conversação, e nesse sentido, remete pra pensar que estar com o outro é o que há de mais transformador em qualquer relação terapêutica. Porque se você está visceralmente com o outro, sentindo com o outro, experimentando com o outro, esse “junto com” o outro, é o que possibilita uma relação de co-presença, de não solidão, de não isolamento e é o que eu acho que te dá a sensação de que você existe no mundo, com a sua singularidade, apesar desse outro que está ali com você, que sente com você, que está experimentando com você” (João Laurentino dos Santos).*

*“nesses dois casos que eu te disse, me ajudou a compreender que o campo da construção do significado transcende as nossas operações cognitivas, vamos dizer assim, nas conversas. Ele traz pra um campo, que eu não sei te dizer qual é, mas que é um campo que transcende qualquer compreensão de significado que passe necessariamente pelo o que a gente pensa. Aliás, eu acho que pouco passa até pelo que a gente pensa. Então esses dois clientes tem me feito pensar na qualidade do estar com o outro, abrindo essas novas conversações. De que é um campo de comunicação que transcende ao campo da palavra, estritamente e exclusivamente. Então o que eu aprendi e tenho aprendido com eles, é estar mais atento, é aprender a trabalhar mais no campo do sentido, do que no campo do significado” (João Laurentino dos Santos).*

*“... e elas me facilitam muito! Porque ela implica em menos esforço intelectual, vamos dizer assim. É como se quando a metáfora surge, eu pudesse pensar menos no que está sendo dito, e apreciar mais no sentido de estar junto com meu cliente... (...) Mas como a metáfora me chama pra um lugar mais existencial e vivencial, então isso facilita muito. Facilita pelo livre trânsito no diálogo com o cliente” (João Laurentino dos Santos).*

*“eu acho que há um enraizamento cultural, um enraizamento simbólico, visceral, com as metáforas. Então eu acho que esse aspecto potencializa as conversações. E se potencializa as conversações, potencializa então a abertura dessas novas possibilidades, que são necessárias frente algumas situações ou contextos de vidas que são difíceis e que as pessoas enfrentam, querem e desejam transformar... é isso” (João Laurentino dos Santos).*

*“a gente constrói metáforas, independente se é o paciente ou o terapeuta, quando a gente está tentando explicar qual foi a nossa sensação. Então você pode dizer que aquela forma de expressar aquela situação vem, e como é que a gente constrói isso, vem de uma sensação que a gente está tendo. Como o terapeuta construcionista social, ele traz pro setting, ele traz pra conversa o que ele está sentindo, as impressões que ele está tendo, então o terapeuta traz o tempo todo, como a Ana colocou, com muita criatividade, as suas impressões, a sua linguagem metafórica. Porém, as que vingam, são aquelas que o paciente abraça, porque às vezes, pode fazer sentido*

*pra gente, a gente achou aquela linda, mas uma outra que você não deu tanta importância, o paciente adorou. Então você vai trabalhar com a que fez sentido pro paciente” (Lucia Helena Assis Abdalla).*

Assim como afirmam Combs e Freedman (1990), os terapeutas entrevistados acreditam que a metáfora possibilita que o cliente comunique algo que vai além dos níveis verbal e não verbal, permitindo que o terapeuta conecte-se com ele em outras dimensões.

### **7.5. Facilitando a mudança e a construção de novos significados – sendo autor da própria história**

A metáfora foi apontada diversas vezes como uma das maneiras para as pessoas perceberem-se como autoras da própria história, reescrevendo-a em narrativas mais libertadoras e gerando um contexto propício para a mudança terapêutica.

*“Você tem uma conversa que amplia o tempo inteiro, que legitima como a pessoa construiu os entendimentos dela e estimula ela a construir novos entendimentos. E você o tempo todo convida essa pessoa a lembrar que ela é autora da vida dela, porque você sai do lugar do que sabe, do especialista, é dá à essa pessoa a autoridade de ser a grande especialista, e essa é uma conversa totalmente original (...). Então é uma mudança de conversa total, é um outro paradigma, é uma outra posição” (Ana Luiza Novis).*

*“A pessoa vai se mostrando como ela se relaciona, como ela se percebe, como ela é afetada, os possíveis equívocos que ela constrói, os possíveis preconceitos, os possíveis temores, enfim...” (João Laurentino dos Santos).*

*“... a ideia de uma co-construção é importante, a ideia de dar voz para o cliente é importante, a ideia da metáfora realmente ser uma boa intermediária nessa... faz bem essa intermediação no contato da pessoa com o problema e abre muitas possibilidades de reautoria e de construção mesmo de uma história preferida, reforça a história preferida... (Adriana Müller).*

*“... é, e eu acho que uma coisa que tem que lembrar, é assim, a gente está falando de uma terapia de mérito literário, então, a metáfora faz parte do texto da literatura, e a nossa conversa, passa a ser uma conversa de escrever juntos um texto, só que um texto aonde você o tempo todo está abrindo espaço assim... a gente está lendo aqui e ao mesmo tempo a gente está buscando ampliar o entendimento do que está sendo dito aqui. Então a conversa é uma conversa em que a metáfora se faz presente naturalmente, porque você, ao descrever, como a Lucia falou, o que você sente, você usa uma imagem, você cria um texto metafórico que define aquilo, então às vezes mesmo na relação, a gente usa muito o que a gente sente do cliente (...). Então é uma conversa totalmente original” (Ana Luiza Novis).*

*“Então dentro do campo das reautorias, rememoração, mesmo testemunhas externas... a palavra... a gente abre essa palavra pra poder ver o que que de fato mora ali, em termos disso que se deseja, em termos disso que se quer, em termos disso que se planeja. E é o uso da metáfora mais como uma chave que abre uma grande porta que dá acesso a um horizonte infinito de possibilidades. Muito mais do que você utilizar o uso da palavra no sentido interpretativo. Eu até usei uma metáfora agora... que é a questão da metáfora como uma grande chave, que abre uma porta e que essa porta é uma porta que abre possibilidades infinitas de conversações de transformações, de construções, de significados, de novas visões... enfim, daquilo que o cliente no seu momento, com as suas questões trazidas, escolhe fazer” (João Laurentino dos Santos).*

*“... só sei te dizer assim, que as metáforas elas são essas chaves que abrem possibilidades de conversações transformadoras, que não tem poder em si, mas que favorecem o empoderamento do outro, construindo uma nova narrativa, construindo um novo universo, mas ancorados nessas ideias, nesses universos que de alguma maneira estão presente nas metáforas” (João Laurentino dos Santos).*

*“... o poder da metáfora... aí a metáfora é um instrumento fundamental pra externalizar, que vem junto com a reautoria, porque a partir do momento que você externaliza e começa a ter uma nova conversa, você pode desenvolver e entrar em contato*

*com a reautoria, onde você começa a dar um novo entendimento, criar novas possibilidades de se relacionar com aquela situação. Não mais como refém, mas como alguém que tem uma autoridade na conversa, então isso é muito forte, é um instrumento extremamente poderoso” (Ana Luiza Novis).*

*“... a linguagem... a comunicação é a base da terapia narrativa, a diferença, é que você estabelece uma conversa original, você está sempre atrás daquele “gap”, daquele espaço onde você vai poder construir ali, a partir dessa conversa, um entendimento extraordinário, que faz parte da vida daquela pessoa, ela só não está focada naquele aspecto da vida dela, porque geralmente ela está mais focada no aspecto do problema dela, de como aquela relação dificulta a vida dela, que faz muitas vezes ela confundir a própria identidade nessa relação. Então quando você começa a construir essa conversa aonde você está sempre ampliando a conversa, aonde você não conversa só sobre o problema, mas você conversa sobre outras questões da vida daquela pessoa. Você passeia, amplia o passeio pela história da vida daquela pessoa, você faz aquela pessoa resgatar e relembrar fatos que fazem parte dela que naquele momento que ela estava vivendo aquela adversidade, ficou totalmente esquecido, porque ela ficou refém daquela situação. Então a linguagem, nesse sentido, é uma linguagem que tem um aspecto... que não é uma mera troca de mensagens, é uma construção e um reencontro, do entendimento que essa pessoa tem do mundo, do mundo que ela está inserida, então é um*

*diálogo que tem uma base completamente diferente de uma conversa qualquer” (Ana Luiza Novis).*

Alguns terapeutas também enfocam a possibilidade de a própria terapia ser concebida como uma leitura e escrita de textos. E conforme novas leituras vão se dando, novas interpretações e uma nova escritura surgem. Por meio de conversas criativas, cria-se uma história inédita, em que o cliente é o autor.

### **7.6. Trabalhando com a metáfora que faça sentido para o cliente**

Com relação às metáforas, os terapeutas enfatizaram a necessidade de serem usadas com cuidado, sempre questionando se o cliente concorda em continuar por este caminho, e trabalhar com a metáfora que faz sentido para o cliente.

*“Eu acho que (o uso de metáforas) atrapalha se você ficar querendo o tempo todo focar nisso. Eu acho que metáforas são possibilidades que se abrem, que você pode ou precisa estar aberto e sensível para que quando ela aparecer, ou quando acontecer, você aproveite a oportunidade. Mas ainda há de se verificar o quanto faz sentido pro contexto da conversa, seguir adiante na conversação. Em geral eu digo pro meu cliente: “olha, achei interessante essa expressão que você usou, nós podemos abrir isso? Podemos falar um pouco sobre essa expressão, sobre essa metáfora? Ou você prefere seguir adiante na conversa?” (...) porque são infinitas as possibilidades dentro de uma conversação. Então poder cuidar dessa conversação para você potencializar o uso*

*dessa metáfora é muito importante” (João Laurentino dos Santos).*

*“Porque veja, conversações são estradas com muitas bifurcações e na conversação, o terapeuta escolhe qual é a bifurcação, qual é a entrada que ele... a metáfora é uma possibilidade. Agora, eu posso partilhar com o meu cliente, que nessa trajetória que estamos indo, é meu desejo que a gente pudesse transitar um pouco por essa estrada metafórica, então eu faço o convite pra ver se ele quer, porque ele pode não querer” (João Laurentino dos Santos).*

*“A metáfora de novo, é algo simples de ser utilizado, e nós brasileiros temos isso no nosso DNA, né, é algo da nossa cultura, mas nós temos que usar com moderação, com cuidado, com respeito, com cautela, pra que ela realmente cumpra o objetivo dela de deixar a conversa mais leve, a busca de soluções mais efetiva, porque senão ela pode se reverter contra” (Adriana Müller).*

*“Ah, ajuda bastante, desde que a metáfora ela seja ... é importante que venha do cliente, ou se você sugerir, tenha muita conexão com o cliente, então eu acho que esse é um cuidado que a gente precisa ter (...). Se a gente traz uma metáfora nossa, “nossa, achei super legal essa metáfora, vou levar pra fulano” e isso não faz sentido, vai ser a mesma coisa que um diagnóstico, vai limitar, não vai ter a possibilidade de ampliar, de crescer, de expandir, vai continuar sendo tão limitante quanto um diagnóstico. Então essa*

*questão de ser algo que faça sentido, que seja significativo para o cliente é muito importante (...) Então é isso, a gente não pode impor belas metáforas. Não é algo que vem pronto, que vem de fora... é algo, sem sombra de dúvida, construído ali na relação do cliente com o terapeuta e que a gente tem que tomar cuidado pra ser algo que seja significativo praquela pessoa, porque ai ela funciona!” (Adriana Müller).*

*“É, eu não venho com nada pronto não, eu tenho todas essas possibilidades, é como se eu entrasse na sala pra atender e tem todas essas possibilidades, eu estou com todos esses, como se fosse um bauzinho, cheia de possibilidades de metáfora, ai vai fazendo sentido, na hora que a pessoa fala que toca viola, aí eu já sei que opa... “odeio jogar futebol, é a coisa que eu não gosto”, então tá bom, não vou falar, então eu tiro o “time da vida” de campo, não vou falar disso. (...)eu já vou selecionando aquela metáfora que vai fazer mais sentido praquela família, porque com certeza, isso vai fazer com que tenha ressonância mesmo” (Adriana Müller).*

*“...a escolha tem que estar sempre produzindo sentido para o paciente, por quê? Porque o nosso objetivo, a nossa demanda é atender uma construção dele, é ele que nos faz o pedido” (Lucia Helena Assis Abdalla).*

*“... isso é um ponto importante, porque isso vai exigir do terapeuta uma delicadeza, porque existem metáforas e existem metáforas. Existem metáforas*

*que não são construtivas e que produzem às vezes, um entendimento exatamente contrário do que a gente espera” (Ana Luiza Novis).*

Assim, os terapeutas reforçam a postura de não-saber do terapeuta pós-moderno, pois é o cliente que conhece sua própria história, e é ele quem vai eleger uma metáfora significativa, ou aceitar (quando a metáfora é sugerida pelo terapeuta).

### **7.7. Postura do terapeuta narrativo**

Todos os terapeutas narrativos enfatizaram a questão da postura do terapeuta, que não é somente de ordem teórica, mas algo mais íntimo, construído ao longo de muito estudo e tempo.

*“... as teorias pós-modernas elas enfocam essa ideia da linguagem, de que tudo é construído nesse ambiente linguístico, os significados são construídos nesse ambiente linguístico. Então nossa postura tem que ser muito respeitosa com relação à isso. O terapeuta narrativo tem que ser de dentro, narrativo, ele tem que estar o tempo todo atento à essas ideias de ser respeitoso, de ser generoso, de ser cuidadoso, e de saber que naquele ambiente de linguagem, coisas serão construídas, então é muita responsabilidade. A gente precisa ficar sempre atento a essa responsabilidade da gente” (Adriana Müller).*

*“Agora não é porque é uma coisa simples, que ela é fácil... ela requer mesmo um cuidado com a forma com o que você fala, com o jeito... é uma postura, sabe? Eu acho que a terapia narrativa não é algo que pode estar só na cabeça, não é só um conceito, é uma mudança de postura sua, enquanto terapeuta, de realmente não aceitar a ideia de que um problema possa ser maior do que uma pessoa. Então eu acho que essa postura, essa indignação que você fica por dentro mesmo, faz com que você fale mais, pergunte mais, se conecte mais com a pessoa do que com o problema. Isso não é uma coisa racional, é uma coisa que acontece na linguagem. (...) Eu acho que é uma coisa que vem muito de dentro” (Adriana Müller).*

*“... você tem que estar muito atento às metáforas, porque elas aparecem de uma maneira muito espontânea e a sua escuta tem que ser uma escuta bastante aberta e pouco pretenciosa até, para poder sacar quando vem alguma coisa diferente, como vem as metáforas. E eu penso que o terapeuta tem que estar sensível para aproveitar essa possibilidade que emerge, para abrir com o seu cliente, outras possibilidades em termos dessa conversa” (João Laurentino dos Santos).*

*“... eu acho que pra você trabalhar com metáfora, você tem que estar muito atento... menos atento! Parece até paradoxal o que eu vou dizer, mas menos atento ao conteúdo, porque se você está muito atendo ao conteúdo, você fica muito preocupado em fazer uma análise lógica e encadeada daquilo que está sendo dito. Mas se você está menos pretencioso*

*em relação a esse conteúdo, quando a metáfora vem, ou a expressão, ou o ditado, ou os silogismos – as novas expressões que o cliente traz –, emerge, você se sente mais à vontade e com mais liberdade para poder explorar isso que se diz” (João Laurentino dos Santos).*

*“...o uso da metáfora vai exigir a criatividade do terapeuta, a sensibilidade, porque pra você não usar aquilo justamente como um instrumento que banaliza, ou... uma crítica que se fala muito da terapia narrativa, é como se fosse uma terapia de “Polyana”, do jogo do contente, né” (Ana Luiza Novis).*

*“Você precisa usar essa criatividade sempre, porque cada história é uma história, e o que funcionou com um, não quer dizer que vai funcionar com outro, porque aquela pessoa é uma outra pessoa e é uma outra conversa e você vai sair dali com um texto totalmente original. (...) A gente vai viver ali naquela relação, e isso que é o mágico!” (Ana Luiza Novis).*

*“Então eu acho que essas perguntas são importantes e elas orientam, mas a linguagem, ela está muito ligada com a nossa crença, com a nossa visão de mundo, por isso eu acho que o importante é mudar a postura, é a gente entender qual é o nosso papel ali naquele ambiente terapêutico, e é esse papel com certeza, é de construir junto com aquelas pessoas, uma nova versão dessa história, que seja mais produtiva, mais feliz, mais adequada, que seja preferida por todos né, e não uma história de guerra,*

*de batalhas sem fim, ou de sempre perder, sempre se sentir culpado, né?” (Adriana Müller).*

*“... é tudo uma coisa construída ali com o cliente, então, eu acho que a gente tem que ser muito cuidadoso, respeitoso, não é uma imposição... temos que ir conversando, construindo esse entendimento junto com o cliente, para que a metáfora realmente seja efetiva, porque senão, ela não vai funcionar (...) cria uma ideia de que você está minimizando o problema, ela está falando de uma coisa séria, você está querendo vir com gracinha, entende?” (Adriana Müller).*

*“... minha cautela está muito pautada nisso, será que está na hora de eu falar? Eu estou conectada com a pessoa? E a pessoa vai entender a metáfora que eu vou usar?” (Adriana Müller).*

O terapeuta narrativo conforme estes relatos, trabalha com muita sensibilidade, criatividade, respeito e cuidado. Lembrando, conforme Michael White afirma, que o terapeuta tem uma posição descentrada e influente durante as conversações terapêuticas. Assim, o terapeuta percebe seus clientes como os *experts* de suas próprias vidas. O terapeuta é influente, no sentido de criar perguntas que permitam que as histórias sejam ricamente descritas. O terapeuta tem muita responsabilidade, pois se apropria do saber do cliente para influenciar sua mudança, ajudando-o a reescrever sua história.

## 8 – CONSIDERAÇÕES FINAIS

*“não é **a** chave, mas **uma** chave que  
serve para abrir a fechadura”*

*(Marilene A. Grandesso parafraseando  
Ernst von Glasersfeld)*

Início o último capítulo com esta epígrafe, pois este estudo me fez descobrir que não há a chave correta, a metáfora certa para ser usada em determinado momento. Por meio das leituras e contatos com os profissionais, fui entendendo mais fortemente o quanto não existe uma “boa” metáfora, ou a “mais verdadeira”.

Quando comecei a pensar em escrever sobre o uso de metáforas em terapia com famílias, me passou pela cabeça fazer uma compilação de histórias, poemas e outras formas metafóricas de comunicação, que pudessem ser usados em determinados momentos da terapia e para determinados casos. Ao longo dessa pesquisa, aprendi que isso não seria possível no trabalho com terapia pós-moderna, pois soaria como um “manual” para o uso de metáforas em terapia, em que partiria do princípio do terapeuta como *expert*, que saberia qual a metáfora que o cliente precisaria naquele determinado momento.

Eu já estava envolvida com esse jeito novo de pensar, de que o terapeuta caminha junto com seu cliente e que ele não é um *expert*, mas ainda assim, pensei que pudesse fazer a tal compilação. Hoje, estou convencida de que quando estamos diante de um cliente, com sua problemática, estamos diante de uma pessoa, ou família que são únicos. Não há como tratá-lo de acordo com a sua problemática ou diagnóstico.

Como nos lembra Schnitman e Fuks (1994), a terapia não se trata de corrigir um déficit, mas de possibilitar aos clientes, um lugar de autor de sua própria vida e de estar habilitado para atuar competentemente em relação aos seus dilemas problemáticos. Os mesmos autores dizem que terapeutas e clientes co-constroem a terapia e se transformam em produtores de *selves* e mundos possíveis.

Percebi que na terapia narrativa, a construção de significados e a reorganização da história do cliente em narrativas mais libertadoras, na qual ele tem o papel de autor, é muito facilitada por intermédio de metáforas. Estas, estão muito presentes em todos os momentos de conversações da terapia narrativa e em todas as suas formas. Como afirma Morgan (2007): “Não há caminho ‘certo’ a percorrer – simplesmente diversos rumos possíveis a escolher” (MORGAN, 2007, p. 14), enfatizando que cada pergunta feita por um terapeuta narrativo, é um novo passo para a viagem.

Grandesso (1997) faz um estudo sobre as teorias e conclui que estas são frutos das convenções compartilhadas do discurso, como sendo ricas metáforas. As teorias são consideradas como lentes através das quais compreendemos nossos clientes. Assim, entendo que nossa compreensão também é construída pelas metáforas que utilizamos.

Acredito que a metáfora pode ampliar o conhecido, tornando familiar o até então não-familiar. Mas também pude perceber ao longo da pesquisa, de que há riscos ao se utilizar a metáfora, quando o terapeuta não consegue enxergar além daquela metáfora criada no contexto terapêutico, visto que a metáfora não reflete a “realidade” do cliente, da forma como um espelho reflete a imagem, ela então deve ser vista como uma construção social.

Fico com a ideia da “maleta”, em que posso guardar nela todas as histórias, letras de música, anedotas, piadas, desenhos e outras formas de metáfora que eu tiver contato, para “esquecer” delas – assim como das teorias – para simplesmente (e não facilmente) poder estar em contato com a pessoa que vem me procurar ajuda.

As metáforas são muito utilizadas pelos terapeutas narrativos entrevistados, que relataram que ela permite que se fale de coisas de uma maneira mais lúdica; possibilita que o cliente seja o autor da própria história, iniciada no momento em que

nomeia seu problema; e também ajuda o terapeuta a compreender de forma mais profunda o contexto do cliente.

A conversa com os terapeutas foi muito importante para a construção deste trabalho e da minha identidade enquanto terapeuta familiar. Aprendi com eles que o terapeuta narrativo “respira”, “vive” uma posição de muito respeito, generosidade e cuidado para com a história do seu cliente, pois tem muita responsabilidade na jornada da construção de novos significados.

Independentemente de qual metáfora, de qual história utilizar, qual será a mais ou menos viável, o importante é que faça sentido para o cliente e que ele queira caminhar nesta direção. Dessa forma, a metáfora poderá ser um elemento importante na organização da conversa terapêutica sobre as vivências do cliente, no surgimento de uma nova narrativa mais libertadora, e na geração de um contexto que possibilite mudanças.

Escrever esta monografia foi muito gratificante para mim, pois sinto-me tranquila por não ter encontrado e não querer mais buscar esse “manual” pronto sobre o uso de metáforas em terapia narrativa, já que a jornada terapêutica é uma construção conjunta entre terapeuta e seus clientes.

## EPÍLOGO

*“Um dia, quando eu e alguns amigos estávamos voltando da escola, um cavalo fujão passou por nós, a todo galope e com as rédeas soltas, e invadiu o pasto da fazenda que ficava às margens da estrada. O cavalo, suando em bicas, procurava desenfreado por algum poço onde pudesse saciar sua sede. Como o dono daquela fazenda não o reconheceu, nós o cercamos, na tentativa de descobrir a quem ele pertencia. Com agilidade, montei o animal e instiguei-o de volta à estrada. Embora eu não soubesse para que lado seguir, tinha certeza de que o cavalo tomaria a direção certa... e assim foi. Trotando e galopando, o cavalo seguiu a estrada, rumando para o norte. De vez em quando ele se distraía e tentava sair da estrada em direção às verdes pastagens que a ladeavam. Eu então o continha, puxando-lhe um pouco pelas rédeas, e chamava sua atenção para o fato de que a estrada que ele deveria seguir era exatamente aquela em que ele estava. Depois de percorrermos cerca de quatro quilômetros, o cavalo finalmente mudou a direção, tomando um caminho lateral que dava acesso a uma fazenda. O fazendeiro, deixando suas tarefas de lado, veio ao meu encontro e disse: ‘Ora, ora, ora... então foi assim que esse malandro voltou! Onde você o encontrou?’*

*‘Aproximadamente a quatro quilômetros daqui’, expliquei-lhe.*

*‘Como você sabia que deveria vir pra cá?’*

*‘Eu não sabia... O cavalo é que sabia. Tudo o que fiz foi manter sua atenção na estrada.’*

*Acredito que seja exatamente essa a maneira de se conduzir uma psicoterapia.”*

*Milton H. Erickson. Phoenix, Arizona*

*21 de março de 1978*

*(in GORDON, 1978)*

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, Lindoia Marlene Cusinato. **Metáforas como ferramenta terapêutica**. *In: Pensando Famílias* (1). Ago, 1999. (p.62-68).

ANDOLFI, Maurizio e outros. A metáfora e o objeto metafórico na terapia. *In: ANDOLFI, Maurizio e outros. **Por trás da máscara familiar: um novo enfoque em terapia da família***. Porto Alegre: Artes Médicas, 1989.

ANDOLFI, Maurizio e ANGELO, Claudio. **Tempo e mito em psicoterapia familiar**. Porto Alegre: Artes médicas, 1989.

BUCAY, Jorge. **O elefante acorrentado**. Disponível em <<http://www.portaldacrianca.com.pt/ler1historiap.php?id=135>>. Acesso em: 10 ago. 2012.

CARAM, C.; MATOS, G. **Contos e Metáforas em terapia**. Editora Grupo Passarela, Belo Horizonte, 2002, 1a Edição.

CAREGNATO, Rita Catalina Aquino e MUTTI, Regina. **Pesquisa qualitativa: análise de discurso versus análise de conteúdo**. *Texto Contexto Enferm.* Out-Dez; 15. Florianópolis, 2006.

COMBS, Gene; FREEDMAN, Jill. **Symbol, Story and Ceremony: Using metaphor in individual and family therapy**. New York: W. W. Norton. 1990.

DENBOROUGH, David. **Práticas narrativas coletivas: trabalhando com indivíduos, grupos e comunidades que vivenciaram traumas**. Adelaide: Dulwich Centre Publications. 2008.

DULWICH CENTRE. Disponível em <<http://www.dulwichcentre.com.au/>>. Acesso em: 31 jul. 2012.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Mini dicionário Aurélio**. Rio de Janeiro: Editora Nova Fronteira. 1988.

GOOLISHIAN, H; ANDERSON, H. **O cliente é o especialista: uma abordagem para a terapia a partir de uma posição de não saber**. Revista Nova Perspectiva Sistêmica, 27<sup>o</sup> edição. 2010.

GORDON, David. **Metáforas Terapêuticas: a ajuda através do espelho**. 1978.

GRANDESSO, Marilene A. **Dialogando sobre teorias: as metáforas teóricas da terapia familiar**. In: Revista Nova Perspectiva Sistêmica, 10<sup>o</sup> edição. 1997.

\_\_\_\_\_. **Sobre a reconstrução do significado: uma análise epistemológica e hermenêutica da prática clínica**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

\_\_\_\_\_. **Família e narrativas: histórias, histórias e mais histórias**. In: CERVENY, Ceneide Maria de Oliveira (org.). **Família e... narrativas, gênero, parentalidade, irmãos, filhos nos divórcios, genealogia, história, estrutura, violência, intervenção sistêmica, rede social**. São Paulo: Casa do Psicólogo. 2010.

\_\_\_\_\_. **“Dizendo olá novamente”**: a presença de Michael White entre nós, terapeutas familiares. *In*: Revista Nova Perspectiva Sistêmica, 2001.

GUANAES, Carla. **A construção da mudança em terapia de grupo**. São Paulo: Vetor. 2006.

MORGAN, Alice. **O que é terapia narrativa? Uma introdução de fácil leitura**. Porto Alegre: Centro de Estudos e Práticas Narrativas. 2007.

MÜLLER, Adriana. **Ritmos da vida**. Disponível em <<http://www.terapianarrativa.com.br/ritmos.html>>. Acesso em: 19 out. 2012.

NOVIS, Ana Luiza; ABDALLA, Lucia Helena Assis. **A despensa da vida**. Disponível em <<http://www.terapianarrativa.com.br/despensa.html>>. Acesso em: 19 out. 2012.

PALMA, Fátima Galvão. **Terapia Narrativa**. Idéias Sistêmicas – Caderno do CEFAl, ano V, número 5. Outubro de 2008.

PEARCE, W. B. Nuevos modelos y metáforas comunicacionales: el passaje de la teoria a la práxis, del objetivismo al construccionismo social y de la representacion a la reflexividad. *In*: SCHNITMAN, Dora Fried (org.). **Nuevos paradigmas, Cultura y subjetividade**. Buenos Aires: Paidós. 1994.

SCHNITMAN, Dora Fried; FUKS, Saúl I. Nuevos paradigmas, cultura y subjetividade. *In*: SCHNITMAN, Dora Fried (or.). **Nuevos paradigmas, Cultura y subjetividade**. Buenos Aires: Paidós. 1994.

SILVA, Marlene Rodrigues Gomes da. **A metáfora na linguagem da terapia comunitária: estudo de caso com pais de alunos do 1º ciclo do ensino fundamental d euma escolar municipal de Ipatinga-MG**. Caratinga/MG, 2010.

SILVA JUNIOR, Nelson da. **Psicanálise freudiana**. *In*: Psicoterapias – Mente e Cérebro, Ed. nº 1. São Paulo: Duetto Editorial, 2010.

SHOTTER, J. **Conversational realities: constructing life through language**. London: Sage Publication, 2000.

SLUZKI, C. **Transformations: a blueprint narrative changes in therapy**. Family Process, 331. 1992.

WHITE, Michael. **Journey Metaphors**. *In*: The International Journal of Narrative Therapy and Community Work. No. 4. 2002.

\_\_\_\_\_. **Mapas da Prática Narrativa**. Porto Alegre: Pacartes, 2012.

## **ANEXOS**

### **Anexo A – Modelo do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido**

### Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Você está sendo convidado para participar da pesquisa “*O uso de metáforas em terapia narrativa: facilitando a construção de novos significados*”. Você foi escolhido por trabalhar na abordagem narrativa e sua participação não é obrigatória. A qualquer momento você pode desistir de participar e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo em sua relação com o pesquisador ou com a instituição.

Os objetivos desta pesquisa são: explicitar o uso da metáfora na Terapia Narrativa em geral, em todos os seus processos (verificar como o uso de metáforas auxilia o processo de externalização, conversas de reautoria, conversas de lembrança e cerimônias de definição); e observar como a metáfora está sendo utilizada em sessões terapêuticas.

Sua participação nesta pesquisa será responder algumas perguntas para explicitar como as metáforas são utilizadas em conversações terapêuticas. Ao participar, os riscos para você são baixos, já que a proposta da entrevista é um convite para uma reflexão sobre a atuação do terapeuta narrativo. Os benefícios da sua participação é contribuir para a área da Terapia Familiar, no sentido de inspirar os terapeutas a utilizarem metáforas (anedotas, histórias, imagens entre outros) no contexto terapêutico, para auxiliar clientes no processo de ressignificação, reautoria e construção de histórias alternativas às histórias saturadas de problemas.

As informações obtidas através dessa pesquisa serão divulgadas para fins acadêmicos. Ao assinar esse termo, você concordará em ter sua identidade divulgada. Você receberá uma cópia deste termo onde consta o telefone e o endereço do pesquisador principal, podendo tirar suas dúvidas sobre a pesquisa e sua participação, a qualquer momento.

---

Valéria Nicolau Paschoal  
Av Guerra Junqueira, 894 – Cond Arujazinho 3  
Arujá/SP CEP: 07435-545  
Tel: 11 46541041 11 980167821

Declaro que entendi os objetivos, riscos e benefícios de minha participação na pesquisa e concordo em participar.

---

Participante da pesquisa

## **Anexo B – Entrevista com Adriana Müller**

### ***Desde quando você teve contato com a Terapia Narrativa?***

*Olha, a terapia narrativa, foi num workshop que o... quer dizer, foi antes disso, eu estava fazendo o curso de terapia familiar aqui em Vitória no Espírito Santo, isso deve ter sido em... eu terminei em 2005 esse curso e para a minha monografia, eu queria escrever alguma coisa sobre terapia narrativa. Eu já tinha ouvido falar durante o curso então aá, desde 2000 eu estou ouvindo falar de terapia narrativa, fazendo algumas leituras... não tinha nada muito específico sobre o tema não... tinha muita coisa misturada, sabe? De terapia narrativa como o uso de histórias para sensibilizar a pessoa... era um outro viés que falavam. Até que veio uma professora, Beatriz Rice de Belo Horizonte, veio ajudar a gente nessa questão de monografia e falar um pouco sobre doutorado. Ela tinha acabado de fazer doutorado, então veio falar com a gente sobre isso. O curso aqui naquela época, tinha muito vínculo com o pessoal de Belo Horizonte, e aí ela começou a falar de Michael White e terapia narrativa e eu adorei a ideia e fui pro workshop lá em Salvador, que agora eu não me lembro o ano, mas isso eu consigo pra você... não sei se foi em 2003... era justo na época que eu estava programando a monografia e como ele estava vindo pro Brasil, para Salvador, eu falei: “ué, deixa eu ir lá ouvir as ideias desse cara”. E pronto né! Aí foi tudo de bom, porque foram dois dias de workshop e ele passando todas as teorias, todas as ideias dele e eu fiquei absolutamente envolvida naquilo mesmo! O fato de eu ter facilidade com inglês, as pessoas vinham me pedir pra verificar algumas ideias com ele, então fiquei meio de tradutora de algumas pessoas, aí que aproximou mais ainda né... porque além das minhas dúvidas, eu intermediava as dúvidas dos outros, eu meio que fazia essa intermediação, então ele me respondia, ia mostrar os livros que tinham para vender falando desses assuntos específicos, então foi assim... esse foi o ponto de, um marco na minha vida profissional. Esse workshop lá em Salvador.*

**E o que tanto te encantou na terapia narrativa, que você diz que foi um marco na sua vida profissional?**

*A forma dele abordar as questões de uma forma super suave, enfocando os aspectos positivos da história da pessoas, sem desconsiderar os negativos, né. Então não era só uma coisa, que inclusive me incomodava nas outras metodologias todas, de você ficar estimulando com reforço positivo, sabe essa coisa muito behaviorista assim... me incomodava enormemente. Eu achava que estava fazendo... eu sentia que estava fazendo as pessoas de boba. Gente, essa história tão trágica, sabe? E ele me mostrou que era possível a gente pegar essas histórias e fazer uma leitura sobre um outro ângulo, sobre um outro aspecto, um aspecto que reforçava as qualidades das pessoas, que reforçava o que elas tinham de bom delas, de pessoas importantes, histórias de reautoria... então todas essas ideias. E outra coisa que me chamou muito a atenção e que eu gostei, eu sou uma pessoas muito prática, e o fato de ele ter aqueles mapas e cada mapinha ter quatro passos, foi uma coisa que eu achei assim, fantástica! O efeito do problema, conversa de externalização, quatro passos. E aí você vai mapeando aquilo e depois conversa de reautoria, você vai costurando lá os cenários de ação e de identidade e depois dá um nome para esses aspectos positivos que surgiram, então isso foi me encantando! Era uma coisa que tinha a ver com o que eu acreditava de terapia, sem ser uma coisa tão rala mesmo, tão superficial, como o reforço positivo... era uma coisa que a pessoa tinha certeza que aquilo fazia parte da vida dela e de um jeito simples... então eu acho que foi isso que me encantou. E realmente, a partir daquele workshop, comecei a colocar em prática e seguir em frente com isso e comecei a estudar os livros, aí pronto, virei terapeuta narrativa mesmo.*

**Como você tem usado a linguagem na terapia narrativa?**

*É o tempo todo, né? Isso é uma coisa que eu costumo falar muito para os alunos do curso, apesar da terapia narrativa parecer uma coisa simples, né? Exatamente por causa do que eu acabei de te falar, tem os mapas, tem... é uma coisa limpa, não tem muita mistura naqueles mapas. São as perguntas de externalização, ou as perguntas que você faz pra testemunha externa, perguntas que você faz para a pessoa significativa, são coisas bem diretas. Agora não é porque é uma coisa simples, que ela é fácil... ela requer mesmo um cuidado com a*

forma com o que você fala, com o jeito... é uma postura, sabe? Eu acho que a terapia narrativa não é algo que pode estar só na cabeça, não é só um conceito, é uma mudança de postura sua, enquanto terapeuta, de realmente não aceitar a ideia de que um problema possa ser maior do que uma pessoa. Então eu acho que essa postura, essa indignação que você fica por dentro mesmo, faz com que você fale mais, pergunte mais, se conecte mais com a pessoa do que com o problema. Isso não é uma coisa racional, é uma coisa que acontece na linguagem. Então eu vou te dar um exemplo, eu comecei a atender uma pessoa, que é terapeuta, um casal. A gente começou a perceber por alguns motivos, que tinha a questão da anorexia, então eu comecei a trabalhar com conversas de externalização da anorexia e começamos por aí e as pessoas percebendo que era daquela forma mesmo, então se envolvendo no processo. A pessoa que me procurou, é terapeuta, e no próprio consultório estava atendendo uma família que a filha tem anorexia e ela estava vendo que estava funcionando tanto com ela, que começou a aplicar lá, a repetir a mesma ideia de externalizar o problema e de tentar dar voz à pessoa e tudo... só que como ela não tem a teoria, ela não tem essa postura sabe? Eu acho que é uma coisa que vem muito de dentro. O que que aconteceu? A mãe e a filha começaram a brigar enormemente lá no consultório dela, porque a anorexia sobe nos cascos mesmo, que ela é muito grave. Então essa menina, essa família veio pro meu consultório, mas já chegou absolutamente bloqueada, porque o que você me perguntou é da linguagem, né? Não é só o que eu digo, é como eu digo. Então, claro que aquela terapeuta, na maior das boas intenções e tudo, ela tentou fazer a separação da pessoa do problema, mas ela tentou fazer só na parte técnica e não na parte de uma linguagem que conectasse a terapeuta com a pessoa, que não de voz ao problema. Então toda vez que o problema aparece, eu digo que o problema está ali, e eu pergunto como a pessoas está se sentindo naquela situação, e aí, essa forma demorou mais tempo com essa menina, pra eu conseguir fazer isso, porque ela chegou no consultório falando: "ai, essa conversa de vocês terapeutas falando que eu sou uma pessoa a anorexia é outra coisa, não cola!", e aí, sabe eu tive que começar de antes do zero, porque ela chegou resistente à ideia. E hoje em dia a gente já consegue conversar sobre isso, sem que a menina perceba que a gente tá... porque eu não preciso verbalizar, entende? Basta que eu me posicione ao lado da menina, com as linguagens, perguntando, como que ela está. O que ela acha que é importante? Quais os projetos de vida que ela tem para a vida dela? Para quê que

*ela faz algumas coisas? Então eu acho que essas perguntas são importantes e elas orientam, mas a linguagem, ela está muito ligada com a nossa crença, com a nossa visão de mundo, por isso eu acho que o importante é mudar a postura, é a gente entender qual é o nosso papel ali naquele ambiente terapêutico, e é esse papel com certeza, é de construir junto com aquelas pessoas, uma nova versão dessa história, que seja mais produtiva, mais feliz, mais adequada, que seja preferida por todos né, e não uma história de guerra, de batalhas sem fim, ou de sempre perder, sempre se sentir culpado, né?*

***Você diz que a forma, o como você faz é mais importante do o que se fala, né? Como você consegue alcançar essa posição? Essa forma que você diz?***

*Pois é, mas olha só, não é só o como, é a linguagem. A linguagem não está desconectada desta postura da gente, muito pelo contrário, ela está absolutamente conectada com como eu percebo o papel do terapeuta e minha função naquele contexto. Então minha linguagem vai estar absolutamente em sintonia com essa minha crença de qual é o meu papel lá.*

*Como eu chego nessa posição? Com muito trabalho e com muito tempo. Não é de uma hora pra outra não. Eu acho que as leituras dos livros ajudam muito, porque ele realmente faz questão disso, de dizer o tempo todo dessas questões do Foucault, do poder, e aí você lê um livro, você entende um pouco, aí depois você lê o quinto livro, você diz: “poxa vida, ele repete tanto isso...” até que finalmente uma hora você entende aquilo, é como se fosse um quebra-cabeça que monta dentro de você. Então eu acho que isso foi construído ao longo do tempo. Inicialmente era, eu utilizava muito os mapas, era uma coisa bem prática mesmo, era muito mais o como, igual você falou no começo, eram os mapas, e tentando sempre fazer com que essa história alternativa aparecesse e tivesse relevância. E aos poucos eu fui percebendo que a forma como eu falava, o que eu falava, o momento de eu falar, isso tinha uma importância muito grande. Coisas simples, né. Paciente adora perguntar: “o que você acha?” e o tempo foi me mostrando que eu não acho nada, né? Agora, foi o tempo. Eu muitas vezes respondi o que eu achava. E depois, vai lá Foucault e eu penso: “poxa vida, que terapeuta sou eu que estou dando a minha resposta?”. Eu posso ajudar a construir, eu posso ajudar aquela pessoa a acessar o*

*que ela acha e aí você vai treinando, vai fazendo, e chega uma hora que você não cai mais nessa pergunta. Os pacientes vão continuar perguntando, mas você já sabe que é muito mais importante que eles construam uma resposta para essa pergunta, do que você tenha uma resposta. Então eu acho que foi realmente uma construção de longo prazo e em cima de muito estudo, em cima de supervisão. Então cada vez que a gente faz um curso que tem essa possibilidade de um perguntar para o outro, dessas trocas, a gente vai construindo, vai ver o outro fazendo, então eu acho que é um caminho mesmo, é uma mudança interna, sabe? É algo que muda dentro da gente. Se fica só na teoria, você continua preso nessas questões muito de histórias dominantes mesmo, de como o terapeuta tem que ser. Então é uma construção de várias coisas e conseqüentemente, uma reconstrução do seu papel. É esse caminho longo, mas é o que eu disse, apesar de parecer simples, fácil de fazer, é muito complicado, porque exige que tenha essa desconstrução, essa reconstrução o tempo todo.*

***E com relação as metáforas? Como você vê a inclusão do uso das metáforas na conversação terapêutica?***

*Ah, elas são fantásticas! Elas ajudam muito! Nós brasileiros, temos essa facilidade, brasileiro gosta de metáfora desde que nasce eu acho, é uma coisa muito nossa. E no consultório, funciona muito nessa hora de você descolar a pessoa do problema. Ela é muito importante, porque na hora que você dá nome para o problema, mais do que isso, na hora que a pessoa dá um nome para o problema, que é uma linguagem metafórica, a partir dali a gente abre para um novo caminho, um novo olhar daquele recurso terapêutico. Então o tempo todo a gente usa metáfora. Seja nessa hora de separar a pessoa do problema, pedindo para a pessoa nomear, seja no decorrer mesmo dos atendimentos, a gente fala de entrar em sintonia. Eu criei uma metodologia em terapia narrativa, que a gente trabalha muito com a questão da música. Então eu sempre estou falando das pessoas entrarem em sintonia, para todo mundo entrar no mesmo tom e as pessoas entendem, isso faz com que elas percebam o que está acontecendo. Então, cada uma tocando a sua música e que não tem uma música melhor do que a outra, os gostos musicais são diferentes e que todo mundo pode tocar uma música que seja agradável para todos, enfim, a metáfora ajuda nisso. Como é que a dúvida, “poxa vida, a dúvida tá te*

*perseguido mesmo, né? Ela não te deixa sair...” a metáfora da prisão para a pessoa entender como é que o problema está cuidando da vida dela, é muito legal, a pessoa verbaliza o que que ela está vivendo e como então aquele problema a está limitando, encarcerando, limitando a vida, e portando o desejo de liberdade. E aí quando as pessoas começam a sair dos problemas e construir uma nova história, uma história alternativa, e viver isso, elas mesmas utilizam metáforas pra explicar isso, elas dizem: “agora eu tô livre, agora tô me sentindo igual uma águia!”. Entende? Então as metáforas estão presentes o tempo todo, o tempo todo permeando a conversa e fazendo com que os desafios fiquem mais leves. Eu gosto da metáfora, porque ela dá uma suavizada, e com que as pessoas fiquem mais poéticas... eu acho que a metáfora tem essa coisa da poesia que suaviza o que é pesado, que traz mais beleza para o que é bonito, para o o que é bom, então ela é muito útil! Eu não consigo pensar a terapia narrativa sem o uso de metáforas, não sei se alguém consegue fazer isso.*

***E você tem utilizado bastante, principalmente com as metáforas que tem a ver com a música?***

*Eu utilizo porque eu gosto, mas todas né... depende muito do que a gente está fazendo... então vamos lá, para externalizar problema, eu vou começar a utilizar a metáfora que a pessoa traz, então não precisa ser necessariamente as minhas metáforas, se a pessoa chama de “dúvida”, vai ser “dúvida”, se chama de “chiclete”, vai ser “chiclete”, se chama de “bruxa maldita”, vai ser “bruxa maldita” e por aí vai... uma coisa que eu faço questão, eu anoto o nome que a pessoa dá, porque é aquele, e elas levam isso à sério, sabe? Tem vezes a gente termina, deram um nome lá... tá bom, e na semana seguinte quando voltam “ah eu pensei bem acho que tem o nome errado, é outro”. Esse é um dado importante, porque vai ser utilizado, é uma metáfora que vai continuar sendo utilizada o tempo todo. Então eu acho que esse é um momento que eu uso muito a metáfora. Para explicar para as pessoas a pressão do problema, eu uso muito a metáfora da prisão, do campo de concentração, porque aí eu acho que fica evidente, as pessoas percebem o que elas estão vivendo quando o problema está cuidando da vida delas. Elas ficam protegidas, sim, mas absolutamente isoladas, eu acho que a prisão, a cela, ela traz essa compreensão para as pessoas. E as práticas narrativas coletivas usam, elas são baseadas em*

*metáforas e aí, dependendo do que a gente está fazendo... eu uso bastante a metáfora do futebol. Aqui no Brasil isso tem uma ressonância direta. Todo mundo entende o que que é um time de futebol, a escalação, a importância de um técnico, a importância de uma torcida, e utilizam... assim, depois que eu inicio uma linha de raciocínio baseada numa metáfora, uma metáfora que fez sentido para aquela família, normalmente eu continuo por aí, eu não fico muito mudando não. Então a coisa do futebol fez sentido, então tá bom. Então estou na torcida por vocês, e vocês vão marcar um golão, sabe a metáfora do futebol. Uma família que gostou mais da árvore da vida, então eu vou usar metáforas de semear novas possibilidades, de colher novos frutos, porque a questão é que sintonizaram mais com a questão de uma árvore. As meninas no Rio, criaram a metodologia da “a despensa da vida”, que fala das visitas inesperadas, então com algumas pessoas eu já utilizei essa metáfora de receber visita, uma visita muito espaçosa que está chegando, bota o pé em cima do sofá... a gente não consegue colocá-las para fora, e isso faz sentido, porque dentro da metáfora que você usa, aquilo faz com que a pessoa compreenda a amplitude do que você está dizendo, do que elas estão vivendo naquele momento. E a pessoa mesmo, na hora que ela sente essa sintonia, ela mesma usa essa metáfora, essa metáfora entra na nossa conversa, essa metáfora faz parte da nossa linguagem. Com algumas pessoas eu utilizei a metáfora da pipa, tem aquela metodologia da “pipa da vida”, funcionou também bastante, e como é que eu fiz isso? A gente estava conversando, cenário de ação, cenário de identidade nas conversas de reautoria e a pessoa, uma das lembranças mais ricas da lembrança dele, era quando ele ia soltar pipa e ele pegou um papel e fez uma pipa, me mostrando como ele fazia uma pipa quando ele era pequenininho, e não tinha dinheiro para comprar, mas ele pegava qualquer papel e fazia a pipa e... aí poxa, um cara que vem e traz essa história, eu não vou falar sobre ritmos da vida com ele, eu vou falar sobre pipa da vida e foi embora né! Então eu acho que é isso, é sempre o cliente que está orientando a conversa, não é a gente não. Então ter essa percepção de estar com o ouvido muito atento para aquilo que é importante para aquela pessoa, o que faz sentido, o que gera sentido na vida daquela pessoa, eu acho que é muito importante, porque a gente vai utilizar a metáfora adequada, que vai fazer sentido para aquela pessoa. Em “ritmos da vida”, entra nisso também, igual eu te falei, aqui mesmo, eu estou falando com você e já vi a quantidade de vezes que eu falei em sintonia, então é uma coisa espontânea minha, é uma palavra que eu utilizo*

*muito, e nem sempre é... a coisa do instrumento musical, de ter essa afinação, nem sempre é algo que eu utilizo, a não ser que faça sentido para a família, ou para a pessoa, ou grupo.*

***Você está dizendo que a metáfora surge principalmente a partir do cliente, do que faz sentido para ele? Aí você se apropria daquilo, você não tem uma metáfora pronta, é isso?***

*É, eu não venho com nada pronto não, eu tenho todas essas possibilidades, é como se eu entrasse na sala pra atender e tem todas essas possibilidades, eu estou com todas essas, como se fosse um bauzinho, cheio de possibilidades de metáfora, aí vai fazendo sentido, na hora que a pessoa fala que toca viola, aí eu já sei que opa... “odeio jogar futebol, é a coisa que eu não gosto”, então tá bom, não vou falar, então eu tiro o “time da vida” de campo, não vou falar disso. Ou então assim: “adoro meio ambiente!”, tá bom, nós vamos falar né... eu já vou selecionando aquela metáfora que vai fazer mais sentido para aquela família, porque com certeza, isso vai fazer com que tenha ressonância mesmo. Agora, normalmente para explicar a ideia do problema, eu uso a da prisão, porque aí também a gente está falando no início de atendimento, naquele primeiro, segundo encontro, que eu preciso explicar para a pessoa como é que eu trabalho e tudo, aí normalmente eu utilizo essa metáfora da prisão, ela é meio clichê assim. Mas é com a família mesmo.*

***E você utiliza as metáforas em todo o processo da terapia narrativa? Conversas de reautoria, lembrança? Ou é mais na externalização do problema?***

*Não, em todo o processo, tanto que por exemplo, na hora de lembrar, eu pergunto: “vem cá, quais são as pessoas que são pedras preciosas na sua vida? Aquela que é especial? Que tem um lugar especial no seu coração?”. Até o jeito de eu solicitar, vai pela via da metáfora, entendeu? O tempo todo a gente fica transitando pela metáfora.*

**O quanto que você acha que ajuda o cliente essa maneira de falar através de metáfora?**

*Ah, ajuda muito, muito! É muito mais fácil você falar de um problema, quando ele está numa linguagem metafórica, é muito... isso ficou bem claro para mim nesse workshop da “despensa da vida”, porque fala sobre doenças crônicas, então é muito mais tranquilo você falar do Parkinson como “doutor tremelique”, do que como Parkinson, sabe, essa coisa do diagnóstico, ele além de ser fechado e pesado, ele é fechado mesmo, ele é estreito, ele te deixa sem muitas opções de saída, a não ser aquelas predeterminadas pela medicina ou pela tecnologia. E na hora que você então dá um outro nome, que a pessoa dá um outro nome, né, porque é ela que está convivendo com aquilo, ela que consegue nomear melhor. Então na hora que a pessoa dá um nome, aquilo fica mais suave, porque, então, “já que eu dei um nome, eu também posso dar um tratamento, eu também posso dar uma solução pra isso... eu não fico mais refém de uma prática que vem do outro”, do tratamento que vem do outro, do diagnóstico que vem do outro, de uma medicação que vem do outro, ou uma terapia que vem do outro. E como se ele tornasse aquele problema conhecido, um problema que eu conheço a ponto de poder dar um nome pra ele, e portanto, se eu conheço, eu consigo arrumar as minhas formas de lidar com ele. Nossa, a terapia fica muito mais leve, muito mais leve. As pessoas riem, sabe. Uma terapia que seria de um assunto que você chora quando você fala daquilo, que vem aquele peso, vou falar de uma coisa difícil... de repente, a pessoa está falando daquela coisa difícil, mas rindo, porque o nome é engraçado. “E aí, o xixizinho veio de novo te atrapalhar de noite?” “Ah, veio!”. Mas sabe, é diferente de perguntar: “e aí, fez xixi de novo na cama?”. Fica muito mais fácil de conversar e eu percebo que dá autoridade para a pessoa falar sobre aquilo, porque como ela deu o nome, ela sabe, entende? Então talvez a pessoa não saiba lidar com o TOC, “nossa, transtorno obsessivo compulsivo, que coisa enorme”, mas lidar com a “dúvida chata”, ela consegue, ou com o “chiclete”, igual uma moça que eu atendo chamou, um negócio que chega e gruda! Ela fala disso de uma forma muito mais tranquila, ela consegue perceber quando aquilo que ela está nomeando de chiclete, chega ou vai embora, porque ela percebe aquilo e ela deu um nome e ela consegue dar a solução. Você se sente inclusive mais autorizada a dar sugestões sobre como lidar com aquilo, e normalmente funciona. As soluções que a pessoa traz são possíveis de serem*

*realizadas e surtem efeitos. É uma coisa bonita de ver e eu acho que isso tudo acontece, porque a gente utiliza metáfora, ela torna as coisas, o caminho mais tranquilo, mais leve.*

**O quanto que esse uso você acha que também ajuda do lado do terapeuta?**

*Ah, ajuda bastante, desde que a metáfora ela seja ... é importante que venha do cliente, ou se você sugerir, tenha muita conexão com o cliente, então eu acho que esse é um cuidado que a gente precisa ter, mas partindo desse princípio que é uma metáfora que o cliente trouxe e ele tem uma ressonância boa com ela, aí facilita muito também, porque você vai tratar de assuntos difíceis de uma forma mais leve, você pode sugerir coisas ou estratégias de driblar o problema, ou de sair desse problema, que são mais leves, porque estão no nível da metáfora, então para nós, fica muito bom! Mas eu acho que tem que ter esse cuidado, a gente precisa que seja metáforas do cliente ou com ressonância boa com ele. Se a gente traz uma metáfora nossa, “nossa, achei super legal essa metáfora, vou levar pra fulano” e isso não faz sentido, vai ser a mesma coisa que um diagnóstico, vai limitar, não vai ter a possibilidade de ampliar, de crescer, de expandir, vai continuar sendo tão limitante quanto um diagnóstico. Então essa questão de ser algo que faça sentido, que seja significativo para o cliente é muito importante. Também quando ela entra e está nessa sintonia, ela funciona para os dois lados, muito bem! E para a família também, para a testemunha externa, para todo mundo. É algo realmente... igual aquela pedrinha que cai no lago, sabe, as ondas vão se propagando e é muito bonito de ver a possibilidade que uma boa metáfora traz pras pessoas.*

**E você acha que tem alguns casos que o uso de metáfora pode atrapalhar o processo?**

*Atrapalhar? Eu diria que quando a gente usa uma metáfora que a família não teve nenhuma ressonância com isso... eu não sei se chega a atrapalhar, mas atrasa tudo sabe, você perde um tempo grande, ou quando a metáfora, que é a mesma linha de raciocínio, ela é feita de uma forma muito só técnica, igual aquele exemplo que eu te disse no começo, certamente a terapeuta que aplicou a externalização,*

*claro que ela não tem, não leu nada sobre isso, não sabe... então ela foi muito técnica e a metáfora de externalizar não funcionou, porque não é que só aplicar faz funcionar, o terapeuta tem que entender o porquê que ele está utilizando aquela linguagem, o para que que ele está utilizando aquela linguagem e qual a ressonância disso nele, para que isso faça sentido para família, para que tenha uma conexão para a família. Então essa sintonia é muito importante que tenha. Eu acho que se não tem, a gente no mínimo, perde tempo. Olha, pode até acontecer igual eu te contei, de atrasar todo um processo, e a pessoa se trava, uma pessoa pode se recusar por exemplo, se eu peço de uma forma errada, ela pode se recusar a dar nome para o problema, e aí nós vamos ter um problema, porque como é que eu externalizo um problema, sem que ele tenha um nome? Sem que eu consiga acessar essa ideia metafórica de que a pessoa é a pessoa e o problema é o problema? Isso é uma ideia metafórica, está puramente no nível da linguagem, é tudo uma coisa construída ali com o cliente. Então, eu acho que a gente tem que ser muito cuidadoso, respeitoso, não é uma imposição... temos que ir conversando, construindo esse entendimento junto com o cliente, para que a metáfora realmente seja efetiva, porque senão, ela não vai funcionar e agora nesses casos que eu te falei, ela até atrapalha, ela cria um bloqueio, uma resistência, cria uma ideia de que você está minimizando o problema, ela está falando de uma coisa séria, você está querendo vir com gracinha, entende? Então eu acho que a metáfora precisa de um entendimento, de uma construção ali que acontece na linguagem mesmo, de o porquê que a gente está dando este nome, por que que a gente vai usar esta metáfora ao invés de um diagnóstico? Qual a importância disto? Aí a pessoa mesmo percebe que é mais leve, aí funciona! Mas se for imposta, se não tiver esse contexto de compreensão, de significado, eu acho que ela pode atrapalhar... a pessoa pode até se sentir menosprezada na dor, e claro, as pessoas que nos buscam, nos buscam sofrendo, a dor está muito grande e de jeito nenhum, a gente pode desvalorizar isso, então eu acho que eu teria esse cuidado... eu tenho esse cuidado, mas eu nunca tinha categorizado dessa forma. Eu tenho muito esse cuidado de não... eu não uso metáfora aleatoriamente, eu estou sempre ponderando internamente se aquilo é relevante, se a hora é adequada, inclusive hora de relógio, eu não posso introduzir uma ideia de uma metáfora nos últimos dez minutos de sessão, a não ser que faça sentido para a pessoa. Faltando 5 minutos, ela fala de futebol e eu posso fazer o gancho para o próximo encontro, usando a metáfora do futebol, mas eu preciso*

*construir a ideia de uma metáfora. Então às vezes, em 10 minutos eu não vou dar conta, então eu deixo para o próximo encontro. A metáfora de novo, é algo simples de ser utilizado, e nós brasileiros temos isso no nosso DNA, né, é algo da nossa cultura, mas nós temos que usar com moderação, com cuidado, com respeito, com cautela, para que ela realmente cumpra o objetivo dela de deixar a conversa mais leve, a busca de soluções mais efetiva, porque senão ela pode se reverter contra. Até porque, dependendo do problema com o qual estamos lidando, o problema faz isso, ele manipula o que a gente está dizendo, ele distorce as coisas que a gente está falando, então às vezes a gente tem que estar... eu acho que é isso, a minha cautela está muito pautada nisso, será que está na hora de eu falar? Eu estou conectada com a pessoa? E a pessoa vai entender a metáfora que eu vou usar? Porque o problema vai desvirtuar o que eu vou falar, ele pode usar isso contra. Então eu tenho... eu fico sempre verificando se vai ser o melhor momento, se não vai... e principalmente se eu estou conectada com a pessoa, e aí aquela metáfora vai fazer sentido.*

***E que sinal que o cliente dá que você percebe que é uma boa hora pra usar a metáfora?***

*A conversa mesmo, na hora que... por exemplo, o problema está sempre brigando com a gente, o problema não quer ir para a terapia, então a última coisa que ele quer é estar lá. Então a pessoa está agressiva, arredia, irônica, cínica... então você já sabe que não é bem a pessoa que está ali. Aí você vai conversando sobre outras coisas, desviando a atenção, normalmente tem mais de uma pessoa, o que nessas horas tem testemunha externa, sendo membro da família ou não, facilita muito, porque a gente desvia, dá uma chance para o problema acalmar e tudo, e na hora que a pessoa começa a conversar com você, então ela vai falar do que ela gosta, ela vai falar daquelas coisas da conversa de reautoria, cenário de ação, cenário de identidade, das coisas que ela gosta, o que ela acha importante, de como ela se posiciona na vida, quais são os planos dela, quais pessoas foram importantes na vida dela. A gente vai puxando isso e nessa conversa é que vão surgindo as preferências da pessoa, que é a hora que eu fico ouvindo se gosta de música, se gosta de meio ambiente, se gosta de pipa, se gosta de futebol... se não me apontou nada, eu fico quietinha e a gente vai por aí... às vezes conta que foi assistir um filme*

*que gostou muito, que gosta muito desse assunto.. eu gosto muito de poesia, eu volta e meia eu tenho uma ou outra poesia e empresto mesmo ali, se a pessoa fala algo que tem a ver com aquilo, eu já pego, já coloco uma dedicatória para a pessoa. Criando esses vínculos, em cima dessas frases, dessas palavras, dessas situações que a pessoa traz, aí é por ali que eu vou construindo. Não tem aquelas perguntas que a gente faz para a testemunha externa? A imagem, a palavra que te chamou atenção, a imagem que isso te traz? Eu fico muito nessas duas primeiras, do que eu estou ouvindo que a pessoa está falando, que palavra que está me chamando atenção, que imagem que isso me traz? O que eu posso responder que também tenha a palavra e imagem associada? É com uma prática narrativa? É com uma metáfora? É com uma imagem, às vezes uma cor. Aqui em Vitória, mês passado teve a corrida das cores, é uma corrida internacional super legal, ela não tem o objetivo de uma competição, ela tem por objetivo fazer com que as pessoas valorizem o ato de correr, de sair para fazer uma atividade física, então pode participar qualquer idade, ela tem 5 km, e a cada km, tem uns locais onde você é pintado com uma determinada cor, você tem que ir com uma camiseta branca e no final você chega igual um arco-íris, todo colorido e eu decidi participar dessa corrida, porque eu fiquei sabendo que no fim, cada participante ia ganhar um pó mágico. Eu vivo em função de metáfora! Quando eu ouvi que no final, a gente ganhava pó mágico, eu falei: “eu vou e vou chamar um monte de gente, porque eu quero ganhar um monte de pó mágico!”. E não deu outra, eu consegui quatro pessoas para ir junto comigo e então eu consegui quatro pozinhos mágicos, comprei uns frasquinhos... pozinho mágico, calma aí, deixa eu te explicar o que é... é um pó, tipo de giz colorido, umas cores fortes, era azul, amarelo, rosa e lilás, então são cores fortes e ele é bem pó de giz, porque o que que acontece, no fim da corrida, você chega todo pintado desse pó e aí, cada pessoa ganha essa sacolinha com uma cor dentro e junta todo mundo. Eles fazem uma contagem regressiva e todo mundo joga essa sacolinha com esse pó para cima, então faz um arco-íris. Quem vê de fora, fica um arco-íris, porque são vários pozinhos coloridos jogados para cima, então por isso que é o pó mágico, nossa, você precisa ver como isso foi importante para duas pessoas que eu atendi! Eu fiz uns 12 frasquinhos de pó mágico, eu misturei as cores e ainda comprei purpurina para preencher e levei para o consultório e falei: “ué, vai ficar aqui, uma hora isso vai ser útil e se não for útil, eu joga fora”. E olha, eu sento e começo a conversar com as pessoas, aí uma lá, essas coisas... eu não sei se é*

*coincidência, ou o que que é... ela adora a Sininho do Peter Pan, que joga aquele pozinho mágico em cima de todo mundo! Ah, mas quando ela falou isso, eu não perdi tempo! Eu falei: “eu tenho um negócio para te dar”, aí eu peguei os 5 frasquinhos e falei: “você escolhe o que você quer”. Nossa, essa menina, você precisa ver, o benefício que isso trouxe para ela, ela levou, guardou numa caixa de coisas especiais e estava super preocupada com questão de Enem, fez o Enem super tranquila... sabe assim, joguei o problema pra escanteio com esse pozinho mágico e ele perdeu muito. Eu realmente consegui... a ponto de, você vê, ela fez o Enem, ela ficou um mês tranquila, às vésperas do Enem, por causa desse pó mágico, então a ideia é o tempo todo a gente estar construindo, a gente vai guardando essas informações e na hora da conversa, a pessoa traz uma informação, que você vira e fala: “poxa”, deixa eu ver se essa metáfora funciona também, né, “ah, você gosta da Sininho? Sabe que eu fui numa corrida que tinha um pó mágico?”. Aí o olho abriu! “ah... essa menina vai ganhar o meu pozinho mágico!”*

### ***Esse caso então foi muito tocante pra você?***

*Foi, esse foi um reticente bem... que funcionou bem. Teve... ah, teve muitos, a metáfora ela ajuda muito... você vai querer um caso tocante?*

### ***É, você tem um caso que foi tocante pra você e pro seu cliente?***

*... que a metáfora funcionou pra valer? Eu acho que tem... tem vários, vários... esse sim, porque realmente foi uma coisa super recente, e especificamente essa menina tem anorexia, então o problema realmente é desafiador e ele está bem caladinho. Não foi a primeira metáfora que eu utilizei com ela. Com ela eu uso o tempo todo e funciona muito. Ah, tem vários... tem uma moça aqui que eu estou lembrando... que de novo... essas coisas que eu não sei se é coincidência ou não... eu fui um dia com meu filho e meu marido no shopping e deu a hora do almoço, vamos almoçar, aí eu passei na frente de uma lanchonete e tinha lá: “trevo de quatro folhas!”, eu falei: “opa, eu quero!”, não sei o que eu preciso comer pra ganhar o trevo, mas eu vou querer o trevo. Aí, de novo, convenci todo mundo a comer aquela comida, pra gente ganhar mais trevo, e plantei os trevinhos e nasceram. Tá bom fica aqui em casa, eu achei o máximo! Tenho uma plantação de trevo de quatro folhas! E uma moça*

*estava às vésperas de casar e muito conflito, eles dois se perguntando se cancelavam o casamento ou não cancelavam... umas coisas muito pesadas, muito complicadas mesmo de você ponderar, e considerando... eles buscaram ajuda três semanas antes de um casamento que eles estavam pensando em terminar. E eu brinquei com eles, que é outra coisa que eu tenho, eu tenho uma varinha de condão lá no meu consultório, aí eu sempre tiro ela da gaveta, e falo que eu tenho varinha de condão, mas que eu não sei usar, eu faltei nessa aula, mas que eu ia fazer então o possível do que da para ser feito no reino humano, porque do reino das fadas, eu só tenho a varinha, aí todo mundo ri e começa a falar de uma forma mais tranquila. Enfim, fomos indo, construindo algumas possibilidades, e eles acabaram casando e eu dei um vasinho com o trevo de quatro folhas para eles, para o casal e de novo, isso fez muito sentido para eles. Foi uma metáfora que funcionou muito com eles, porque... principalmente com ela. Para ela fez muito sentido, porque ela achava que isso não existia e que era coisa de história, e de repente estava ali, que então, a possibilidade de um casamento bom, que também não existia, ela não estava conseguindo enxergar, era possível, porque se até trevo de quatro folhas existe, então realmente é possível a gente encontrar uma forma de viver juntos, de retomar aquilo que foi tão bom numa época em que... eles falavam: “a gente se amava tanto! Como é que esse amor foi embora? Como é que a gente agora tá querendo cancelar esse casamento?”. Não, não tem jeito, a coisa do problema estreitando as possibilidades de solução, e o trevo trouxe isso: “gente, se até trevo de quatro folhas existe, então a possibilidade de um casamento bom, feliz, de a gente resgatar o que a gente tinha de bom, existe também”, e ela falava assim: “vou cuidar desse trevo igual eu vou cuidar do meu casamento”. Então ótimo, e estão bem! Isso foi no meio do ano, estão construindo de novo, então é uma outra história bem legal. E várias outras... nossa... recentemente também eu fiz um trabalho com um grupo de crianças usando o “ritmos da vida” e foi uma coisa muito bonita, são crianças filhas de pais separados, e vivendo todos os dilemas da separação. Eu apliquei o “ritmos da vida” com elas e são crianças entre 7 e 12 anos, e acharam o máximo terem a banda, porque no “ritmos da vida”, você monta uma orquestra, primeiro tem os instrumentos individuais, depois você junta numa orquestra e essa orquestra então, tem um nome. Quando é adulto, vira: “orquestra dos terapeutas”, “orquestra dos solteiros”... quando é criança fica mais bonitinho, porque eles adoram metáfora, então viraram bandas, porque orquestra é demais para criança, então virou “banda*

*som da superação” e “banda resgate do amor” e cada banda escreveu a letra da música, compartilhando o que eles tinham aprendido e fizeram depois uma apresentação dessa música, para os pais, familiares, amigos. Essa metáfora foi muito forte para todo mundo, porque envolve a música e tem isso... a música canta e encanta, ela nos atinge, ela vibra em outras sintonias. Mas foi muito bonito porque eles mesmos falaram que, não, “agora eu tô tocando melhor meu instrumento lá em casa”... eles mesmo compraram a ideia da metáfora e recentemente – porque era um projeto e depois da apresentação, terminou – e recentemente eu encontrei com a mãe de um deles e ela veio me falar que foi um marco, uma outra etapa na vida do filho dela, então assim, antes ele muito rebelde em casa, não estava levando os estudos à sério, estava com uns medos... e agora não, está bem com ele, está bem com a situação, com a família... então assim, como que a metáfora ela realmente tem esse poder, né. Acho que especificamente na história desse grupinho, foi mais ainda do que a metáfora, foi o grupo, foi o trabalho todo, o passo a passo que foi criado com eles, mas sem dúvida, a metáfora foi o que deu a liga de todo esse processo. Eles se entenderem como um instrumento, eles entenderem que eles tocam junto com outros instrumentos e que eles tem que afinar com os outros instrumentos quando eles estão em equipe, e que eles podem juntos, transmitir um conhecimento deles por meio de uma música que faz sucesso, ai tocou na rádio... foi um evento. Essas duas bandas fizeram sucesso por aqui. Então, sabe, eu tenho muitas histórias de metáfora que funciona... o que me faz crer, portanto, que as metáforas funcionam. Não é por acaso que todas as histórias existem, é porque as metáforas elas são poderosas mesmo, e ao mesmo tempo, que eu costumo contar para os alunos, que lá naquela época que eu comecei a ouvir sobre narrativa, que não era terapia narrativa do Michael White, então antes de eu ir pra Salvador, né, mas eu já me interessava por essas coisas de literatura, e eu achei ótimo um professor que veio e falou pra gente que ele utilizava histórias para entrar em conexão com os clientes e tudo e eu falei: “olha, que legal, eu gosto de escrever, eu gosto de poesia, eu gosto dessa coisa lúdica”, aí, escrevi uma história linda! Pra mim, né? Tem uma música do mpb 4, se não me engano..., que fala de um galo que cantava paro o Sol nascer, você conhece essa música? Bom, é um galo que achava que o Sol nascia, porque ele cantava, então todo dia antes do Sol nascer, ele cantava e o Sol nascia. Então ele achava que ele era o responsável pelo nascer do Sol. E um dia o galo perdeu a hora, ele acordou depois que o Sol já tinha nascido, e*

*ele ficou sem saber o que ia fazer, aí não teve dúvida, subiu no poleiro dele e cantou de qualquer jeito, e nesse dia, o galo iluminou, então assim, o Sol nasceu dentro do galo. Então eu juntei essas duas coisas, era uma família que eu conhecia e o pai estava muito alheio a todos os conflitos que a filha estava vivendo, a mãe já não sabia mais o que fazia, o pai nem aí com a hora do Brasil. Então eu escrevi uma história de uma galinha que tinha tido uma pintinha e vieram as fadas e fizeram sei lá o que e tinha uma fadinha má que rogou uma praga, e a solução era esse galo poder cantar para o Sol voltar a brilhar. Então eu achei que estava arrasando, né! “Nossa, que metáfora fantástica!”. Entreguei o texto para a família e aí de novo, não era terapia narrativa como eu entendo e vivo hoje, mas era essa coisa de usar a metáfora. Entreguei para a família e olha, isso é uma dissertação de mestrado, dava no mesmo, porque eu entreguei para a família e não fez o menor sentido para eles. Eles leram porque eles são muito gentis, então até eu sou muito grata à eles, mas não fez nada, não fez nem cosquinha neles, por quê? Porque era uma bela metáfora para mim, porque eu gostava da música, eu gostava dessa ideia de fada do bem e do mal e tudo... e para eles não, aquilo não fez o menos sentido. Então é isso, a gente não pode impor belas metáforas. Não é algo que vem pronto, que vem de fora... é algo, sem sombra de dúvida, construído ali na relação do cliente com o terapeuta e que a gente tem que tomar cuidado pra ser algo que seja significativo para aquela pessoa, porque aí ela funciona!*

***Teve um momento que você até falou que acha que não dá pra separar o uso de metáfora da terapia narrativa, como você vê o uso de metáfora na construção da própria teoria da terapia narrativa?***

*Inclusive o Michael White trabalhou muito com as ideias do Bruner, dessa coisa da construção de terapia com esse enfoque literário, essa coisa do cenário de ação e de identidade, voltado para essa coisa do Bruner... eu acho que quando você separa a pessoa do problema, por exemplo, você está utilizando uma metáfora ali. As práticas narrativas coletivas, todas elas tem um fundo de metáfora, a base delas é a metáfora, então eu acho que está muito ligado, muito ligado mesmo com essa construção da ideia da narrativa, da terapia narrativa, essa de Michael White, David Epston e do pessoal do Dulwich Center. Então eu acho que está muito ligado sim, na teoria, é uma base, um viés dessa teoria.*

***E você fala muito dessa terapia narrativa anterior ao Michael White, que terapia narrativa era essa?***

*Aí é que tá... eu tenho ido em congressos e apresento trabalho e tudo, e as pessoas vem me perguntar: “essa terapia narrativa que você tá falando, é diferente de outras”, ou assim: “essa terapia narrativa que você fala, é uma que a gente pode usar livrinhos?”. Então eu acho que é um cuidado que a gente precisa ter. A terapia narrativa, quando eu falo terapia narrativa, eu estou falando dessa pós-moderna, criada por Michael White e David Epston, essa eu assino em baixo, eu acho que funciona... isso tudo que nós estávamos falando. Ela é respeitosa. Antes disso, e aí eu não sei se precisar no tempo, porque como eu não estudei essas outras, eu soube que elas existiam porque fez parte da minha construção. Eu entrei na terapia de família, começaram a falar dessas terapias narrativas, que assim, você pega um livro fininho, muitas vezes lúdico, tipo esses livrinhos do Rubem Alves. Eu usei durante muito tempo esses livrinhos, você entrega para a pessoa, a pessoa leva para casa, lê esse livro, e volta dizendo para você o que achou de interessante, e por ali você começa a construir com ela uma conversa, o que que isso tem a ver com a vida dela... então é muito nessa linha, e dentro dessa linha que eu escrevi o texto, tá vendo? Porque assim, entre entregar um livrinho do Rubem Alves e entregar uma história que eu escrevi, deixa eu escrever minha historinha. Então era muito nesse modelo que me ensinaram com o nome de terapia narrativa. E quando eu fui pra Salvador, eu fui para aprender essa terapia narrativa, e de repente cheguei lá e ele fazia de outro jeito, e utilizava umas ideias muito legais disto de poder e de externalização. Olha foi impressionante como eu absorvi essa ideia, como ela fez muito mais sentido para mim, até do que aquela outra que... mas quando eu fui para Salvador, eu achei que eu fosse aprender técnicas dessa terapia narrativa, então eu não sei como teoricamente as pessoas diferenciam isso, no nome é o mesmo, e é o que eu te falei. Pessoas agora, em Curitiba, vieram me perguntar se essa terapia narrativa era aquela de entregar livro, e que livro então que a gente poderia entregar, então eu tive que retomar. Eu costumo dizer que é terapia narrativa de Michael White, porque aí eu cancelo as dúvidas, então assim, eu não sei muito mais, nem teoricamente mesmo, dessa outra, de onde veio, como é que era... era só uma técnica muito legal que eu costumava aplicar e de repente eu*

*descobri uma teoria fantástica, super respeitosa, das pessoas inclusive, tanto que hoje, eu não trago mais o livro. O livro, o texto pode até entrar, mas é depois que a pessoa me traz a metáfora. Então o pai chega para mim e fala por exemplo, que ele estava preocupado com o filho, porque o trabalho dele requer que ele viaje muito e ele fica muito pouco tempo. Viagem mesmo assim, ele tem que ir para o Canadá, Indonésia... ele fica muito pouco tempo com o filho e isso preocupa muito. Então nesse momento, eu sugiro o livro do Rubem Alves, do pássaro que faz as viagens e volta colorido. Porque é uma metáfora que faz sentido com o que ele está me trazendo. Então de novo, entra nessa construção de um significado, mas que é iniciado pelo cliente. Eu nunca mais trouxe antes, nunca mais cometi o erro da história do galinho lá! Às vezes eu até escrevo e entrego, mas depois, nunca antes. Não sou eu que trago, com exceção da inicial lá da prisão, normalmente para explicar a questão da externalização do problema, é um jeito fácil que eu descobri, que faz sentido e as pessoas entendem. Então assim, me poupa tempo também. Fora essa, todas as outras vem muito em sintonia com o que o cliente traz.*

***Tem alguma pergunta que eu não fiz que você acha que seria importante ter feito?***

*Isso é muito legal! Adoro isso da terapia narrativa! Essa consideração, né. Não, eu acho que a gente percorreu bem assim, o caminho, eu acho que é isso mesmo, a ideia de uma co-construção é importante, a ideia de dar voz para o cliente é importante, a ideia da metáfora realmente ser uma boa intermediária... faz bem essa intermediação no contato da pessoa com o problema e abre muitas possibilidades de reautoria e de construção mesmo de uma história preferida, reforça a história preferida. Então eu acho que a gente caminhou pelos grandes tópicos desse assunto e lembrar, eu acho que tem uma coisa importante, que as teorias pós-modernas elas enfocam essa ideia da linguagem, de que tudo é construído nesse ambiente linguístico, os significados são construídos nesse ambiente linguístico. Então nossa postura tem que ser muito respeitosa com relação à isso. O terapeuta narrativo tem que ser de dentro, narrativo, ele tem que estar o tempo todo atento à essas ideias de ser respeitoso, de ser generoso, de ser cuidadoso, e de saber que naquele ambiente de linguagem, coisas serão*

*construídas, então é muita responsabilidade. A gente precisa ficar sempre atento à essa responsabilidade da gente. Eu acho que é isso...*

## **Anexo C – Entrevista com Ana Luiza Novis e Lucia Helena Abdalla**

### ***Desde quando vocês tem contato com a terapia narrativa?***

*LH – Olha, eu comecei a ter contato com a terapia narrativa em 98, quando eu ingressei no Instituto de Terapia de Família e eu entrei em contato com o trabalho do David Epston, ele trabalhava com os artigos de anti-anorexia e desde então eu vim sedimentando, depois eu comecei a fazer uma parceria com a Ana em 2000. Agora a Ana fala do olhar dela.*

*AL – Pois é, eu comecei também através do TF, entrei em contato com a Terapia Narrativa... o curso que eu estava fazendo lá, e dentro da linha da pós modernidade, sempre foi a parte que mais me seduziu, justamente porque ela te dá o direito de criar, de ser criativo. Então isso foi algo que me seduziu muito, nessa forma de trabalhar. Acho que a terapia narrativa deixa o terapeuta poder exercer o seu lado de sensibilidade, de poder pensar que palavra, que metáfora, que colocação você pode fazer que favorece uma conversa mais ampla, então eu fiquei muito seduzida pela terapia narrativa desde o início. É uma paixão assim... a primeira vista.*

*LH – Eu acho que tem um artigo que é um marco pra quem se liga na terapia narrativa, que é “O Mérito Literário”, quando você lê o artigo de mérito literário escrito pelo Michael White, e se identifica, isso quer dizer que você aprecia estar trabalhando com as metacomunicações, com aquilo que você comunica através de, mas não é exatamente aquilo. Então como é que a gente facilita a nossa comunicação através de metacomunicações? Só que isso sempre foi uma coisa muito complicada, porque dentro da nossa formação, a gente ficava presa à história do paciente, então criar metacomunicações era sempre como se você estivesse saindo da história do paciente, e durante muito tempo, sair da história do paciente era visto como se você estivesse negando o problema, como se você estivesse... sabe aquela coisa assim “ah, você tá botando panos quentes na história...” e as*

*peças não reconheciam que através da metacomunicação, você poderia estar estruturando aquele problema.*

***E por meio dessa criatividade toda que vocês falam e dessa metacomunicação, que é não falar diretamente, só do problema, como é que vocês tem usado a linguagem na terapia narrativa?***

*AL – a linguagem... a comunicação é a base da terapia narrativa, a diferença, é que você estabelece uma conversa original, você está sempre atrás daquele “gap”, daquele espaço onde você vai poder construir ali, a partir dessa conversa, um entendimento extraordinário, que faz parte da vida daquela pessoa, ela só não está focada naquele aspecto da vida dela, porque geralmente ela está mais focada no aspecto do problema dela, de como aquela relação dificulta a vida dela, que faz muitas vezes ela confundir a própria identidade nessa relação. Então quando você começa a construir essa conversa aonde você está sempre ampliando a conversa, aonde você não conversa só sobre o problema, mas você conversa sobre outras questões da vida daquela pessoa. Você passeia, amplia o passeio pela história da vida daquela pessoa, você faz aquela pessoa resgatar e lembrar fatos que fazem parte dela que naquele momento que ela estava vivendo aquela adversidade, ficou totalmente esquecido, porque ela ficou refém daquela situação. Então a linguagem, nesse sentido, é uma linguagem que tem um aspecto... que não é uma mera troca de mensagens, é uma construção e um reencontro, do entendimento que essa pessoa tem do mundo, do mundo que ela está inserida, então é um diálogo que tem uma base completamente diferente de uma conversa qualquer. Você tem uma conversa que amplia o tempo inteiro, que legitima como a pessoa construiu os entendimentos dela e estimula ela a construir novos entendimentos. E você o tempo todo convida essa pessoa a lembrar que ela é autora da vida dela, porque você sai do lugar do que sabe, do especialista, é dá à essa pessoa a autoridade de ser a grande especialista, e essa é uma conversa totalmente original, dentro do padrão que veio a psicanálise... que vem do modelo médico, em que o médico é o grande especialista, ele entende, ele dá o diagnóstico. Então é uma mudança de conversa total, é um outro paradigma, é uma outra posição.*

*LH – eu fiquei com uma pergunta, pra te responder à essa pergunta... você esteve no “Construcionando”?*

**Não...**

*LH – porque essa sua pergunta foi a polêmica do “Construcionando”, o que que é que a gente nomeia como sendo linguagem, porque uma vez que você diz que você se constitui e você constitui a linguagem de forma social, então... a linguagem é constituída na relação, fica muito difícil a gente ficar criando até aonde vai isso, até aonde vai aquilo. Quando você faz essa pergunta, me veio um desenho que o Marcelo Pakman fez, que é aonde mistura a técnica com a prática, então ele fazia assim, um mar de emoções no final, e ele fez uma linha sinuosa assim e ao contrário, e os pontos que se encontravam, eram o encontro exatamente da teoria com a prática, porque as pessoas que chegam pra gente, elas chegam dentro dos códigos que elas se constituíram na vida delas. E a gente vai estar entendendo estes códigos, ou se esforçando pra entender, a partir dos nossos códigos que a gente se constituiu na nossa vida. Então o mais interessante, é que nesse encontro, existe de ambas as partes, um interesse mútuo em estar construindo novos entendimentos, como a Ana colocou, que possam estar gerando conforto, bem-estar...*

*AL – noção de competência...*

*LH – ... porque se a gente hoje em dia dá uma definição sobre linguagem, primeiro, nós não somos professoras universitárias que trabalham com linguística... agora, como é que a gente trabalha com linguagem na nossa prática, como é que a gente faz isso em relação à terapia narrativa? A gente primeiro valoriza o que a gente não consegue perceber que está dentro daquela história. O que é que está implícito dentro daqueles códigos, daquele texto e que a gente não está tendo capacidade de ver. Então a gente parte do pressuposto de que nós temos muitos problemas de vista e esse problema de vista não é um problema pra nós, ele nos aproxima da cientificidade, porque ele legitima o outro, o outro poder contar sua história desse lugar que a Ana está colocando, como autor da história dele. Quer dizer, quem sabe o que ele viveu, é ele, e a terapia narrativa tem uma coisa assim: como é que eu convido essa pessoa a me contar as histórias que nem ela deu atenção? Porque normalmente, as pessoas chegam com uma história dominante e você fica interessada em que outras histórias podem surgir a partir dessa história dominante. Então esses “gaps”, quer dizer, quais são as deixas que essa história dominante vai estar te trazendo, pra gerar a curiosidade de você perguntar:*

*“interessante esse aspecto aí...”, normalmente a pessoa diz assim: “mas ué, porque você está tão interessada assim nesse aspecto?”. Mas quando você começa a caminhar naquele aspecto, aí você já fez ele nomear pontos da história dele que antes ele não havia nomeado, então assim, levar o outro a transitar por um território que nem mesmo ele costuma transitar, esse é o nosso desafio. Trabalhar com a linguagem nesse lugar, é o nosso desafio.*

***E com relação às metáforas, como vocês vêem o uso das metáforas na conversação terapêutica nas suas diversas formas, como nas conversas de externalização, de reautoria, de lembrança e cerimônias de definição?***

*AL – isso é um ponto importante, porque isso vai exigir do terapeuta uma delicadeza, porque existem metáforas e existem metáforas. Existem metáforas que não são construtivas e que produzem às vezes, um entendimento exatamente contrário do que a gente espera. Então assim, a metáfora tem que ser um recurso que facilite aquela conversa, mas sempre com o intuito de ampliar, de trazer uma facilidade, pra se falar de assunto às vezes muito difíceis. E isso é uma das coisas mais difíceis quando você se torna um terapeuta narrativo, porque você aprender a externalizar e você usa muito a metáfora também como instrumento de externalização... as pessoas às vezes ficam num sistema meio que padrão, sabe? Então às vezes fica muito preocupada em externalizar o problema, então vamos dar um exemplo, a gente trabalha muito com doença crônica, então: “Ah, vamos falar então, do Sr. Parkinson”, ou “vamos falar sobre esse...”. E aí, às vezes o que mais a pessoa está precisando externalizar, não é a doença, é mais o sentimento que ela tem com a doença. Então você tem que perceber qual é a metáfora naquela conversa que vai ser muito poderosa. Às vezes vai ser até externalizar a doença, ou dar um nome lá pro... vamos criar a metáfora que “é um marido indesejado que chegou na sua vida, que você... ou um ladrão que invadiu a sua casa”... tudo bem, então como é que a gente vai lidar com esse ladrão? Então você começa a perceber que essa metáfora tem principalmente esse poder, é um poder de ampliar e facilitar a conversa. Porque também tem um lado da metáfora que é muito bacana, que ela tem um lado lúdico na conversa, porque quando você cria uma metáfora engraçada, quando você cria uma forma de falar sobre aquilo, simbólica, através da metáfora, muitas vezes isso começa a introduzir na conversa um pouco de bom humor, porque*

às vezes a pessoa até se diverte com aquilo que ela está podendo falar do problema dela, ou da dificuldade dela. E aquilo vai facilitando, pra ela começar a ampliar aquele território tão difícil, então a metáfora tem esse lado que é extremamente poderoso, que é você poder começar a falar de um assunto difícil de uma maneira original, mas você tem que ter o cuidado do que você vai utilizar como metáfora, você tem que usar a sua sensibilidade, pra você não criar justamente um efeito contrário do que você quer... A pessoa interpretar aquela metáfora como uma metáfora indelicada, ou que reforça a sensação dela de impotência frente à situação, entendeu?

LH – e na maioria das vezes, quem vai trazer a metáfora não é o terapeuta, na maioria das vezes, quem traz a metáfora é o próprio paciente, por quê? Porque você pega um dependente químico, aí ele vai criar a metáfora de que ele “meteu o pé na jaca”, toda vez que ele “meteu o pé na jaca”, foi um momento em que ele teve uma recaída, mas quando ele fala de “meter o pé na jaca”, ele está dizendo assim: “olha, foi um momento em que eu não acertei aonde eu tava pisando, eu pisei na jaca”, ou você chega e diz assim... por exemplo, essa questão do “Sr. Parkinson”, a gente começou a ver que, só de tratar a patologia na terceira pessoa, já ajudava a pessoa a não estar direto com a patologia, porque eles chegam aqui com um diagnóstico: “ah eu sou diabético, eu sou hipertenso...”. Então ele já ganha sobrenome na vida dele e ele leva esse sobrenome, e em muitos lugares vira o nome dele, não é nem o sobrenome. Quando ele está no hospital, por exemplo: “fulano é um diabético de tantos anos...” e isso despersonaliza, ou seja, isso retira tudo de saúde que essa pessoa tem, então a gente tem a crença de que quando a gente chega e diz assim: “Sr. João, a quanto tempo o senhor vem convivendo com a diabetes?”. Então a diabetes está do lado de fora dele, está fazendo uma presença na vida dele e isso facilita a conversa, porque na hora que a gente está falando com o João, a gente não está falando com a diabetes. Com o dependente químico, na hora que ele “mete o pé na jaca”, é a hora que ele “mete o pé na jaca”, em compensação, existem os momentos que ele pisa e ele não “mete o pé na jaca”, e aí você vai conseguir conversar por exemplo, o que é que favorece ele a acertar o passo. Então a metáfora tanto ela serve pra externalizar uma situação, como ela serve pra ilustrar uma situação... receber a visita de uma determinada pessoa, ex-mulher, pode ser... ah, vai criar um nome pra isso, então a metáfora ela sempre nos traz a possibilidade

de você, numa conversa terapêutica, estar, vamos dizer assim, inaugurando uma forma de conversar que atinja muitas pessoas e não só aquela pessoa. E é a expressão que aquela pessoa tem e que ela, por exemplo: “ah não, chegou o meu encosto!”, praquela pessoa, a doença, a ex-mulher, pode ser um encosto na vida dela. O que é o encosto? Encosto é, dentro de um entendimento espiritual, e aí depende da crença religiosa de cada um, mas dentro desse paciente por exemplo, pode ser algo que você tenha dificuldade de se livrar, que você quer tirar de cima de você, mas você não consegue, então com uma única palavra, está comunicando muita coisa, está comunicando o desconforto, está comunicando a dificuldade... e aí quando você começa a estruturar uma comunicação em cima dessa metacomunicação, ou seja, “e como é que será que a gente se livra de encosto?”. Quer dizer, a gente não volta pro texto, depois de construir a metáfora. Não, aí a metáfora faz parte da construção do texto. Então “como é que a gente não mete o pé na jaca? Como é que a gente acerta? Como a gente se livra do encosto? Quem é que já se livrou do encosto? Você conhece alguém que já se livrou do encosto na vida? Quem é que também já teve encosto na vida?” Então assim, como é que a gente articula a possibilidade dessa pessoa estar vislumbrando recursos, que antes ela não conseguia vislumbrar.

AN – é isso que a Lucia está falando que é o poder da metáfora... aí a metáfora é um instrumento fundamental pra externalizar, que vem junto com a reautoria, porque a partir do momento que você externaliza e começa a ter uma nova conversa, você pode desenvolver e entrar em contato com a reautoria, onde você começa a dar um novo entendimento, criar novas possibilidades de se relacionar com aquela situação. Não mais como refém, mas como alguém que tem uma autoridade na conversa, então isso é muito forte, é um instrumento extremamente poderoso. Assim quando os clientes criam as metáforas, a gente também começa a introduzir a metáfora... acho que isso é importante falar, porque assim, essa forma de conversar, quem começa a introduzir, somos nós, porque desde o primeiro momento você conversa externalizando. Então as pessoas vão gradativamente entrando nessa maneira de conversar sobre suas coisas e aí as metáforas vão nascendo. Tanto é que quando eu e a Lucia fomos pensando em fazer os exercícios da metodologia narrativa... todos eles já vem com uma metáfora criada, então tem “o time da vida”, que usa a metáfora do futebol, tem “a pipa da

*vida”, tem “os ritmos da vida” da Adriana Müller, que usa o instrumento musical, tem o nosso, “a despensa da vida”, que fala da doença como uma visita inesperada, que chega a sua casa. Só que, em todos esses instrumentos, existem um momento onde a pessoa que está vivendo o exercício, pode criar, pode dar a sua identidade. Então nos “ritmos da vida”? Quando ela pode definir qual instrumento musical que ela se reconhece mais. Na “despensa da vida”, quando ela nomeia a visita dela, quando ela faz o desenho da visita dela, então você jogou uma metáfora inicial, você emprestou uma metáfora e dentro dessa metáfora, a pessoa começa a criar em cima dessa metáfora. Na “árvore da vida”, ela vai desenhar a árvore que ela quer, uma jaqueira, uma palmeira, enfim, porque isso tem a ver com a identificação que ela faz. No “time da vida” também, ela vai escolher os jogadores de futebol, ela vai definir como vai armar esse time. Então o tempo todo, os mesmos exercícios da metodologia narrativa, mesmo que a gente num primeiro momento, empreste uma metáfora, pra começar essa conversa favorecendo a externalização, você está o tempo todo abrindo espaço dentro do exercício pra essa pessoa ser autora, porque senão pode dar a impressão que é um exercício... como existem exercícios, que a pessoa vai lá, faz e segue aquele padrão e na realidade ela não está criando nada, ela está respondendo uma coisa que você pediu pra ela responder. Ali não, ali é um exercício de co-construção o tempo todo. Que tem as fases, que tem o seu circuito, mas é um circuito criativo o tempo todo. Tanto é que nenhum exercício termina parecido com outro. Mesmo quando você faz com uma família, você vai ver que cada um vai dar uma identidade pra visita, cada um vai falar da visita numa outra perspectiva, então isso é muito rico, isso é muito forte. E aí a força da metáfora, porque a metáfora não é estanque, ela sempre abre um espaço pra você criar, evoluir dentro dela, você poder expandir dentro dela, vamos dizer assim.*

***Vocês falaram também que a metáfora surge muito do cliente, ele que traz. E nesta questão da metodologia, já tem uma metáfora posta e ele vai criando a partir disso, né. Numa conversação, quando a metáfora é proposta pelo terapeuta, como que ela surge?***

*AL – Surge também na conversa, por exemplo, vou dar uma metáfora que eu já usei. Eu estava conversando com uma cliente minha... é até um caso que eu atendi há muitos anos atrás... e ela estava com uma doença muito grave e estava*

*totalmente paralisada, ela não conseguia conversar, então eu criei uma metáfora, como se ela tivesse voltado no tempo, lá no século 18, 17... e ela ia conhecer o marido dela no dia em que ela ia casar, o pai dela já tinha decidido que ela ia casar com esse marido e quando ela chegou lá pra conhecer esse marido e olhou pra cara dele no altar, ele era um marido insuportável, ele era um marido que paralisava ela, ele era um marido que deixava ela com os movimentos tolhidos, ela não teve a menor simpatia por ele, e ela não teve escapatória, ela tinha que casar com ele, ela tinha que conviver com ele. E aí, usando essa metáfora, desse marido que foi definido pra ela sem ser da escolha dela, ela tinha o direito de escrever uma carta pra esse marido, então eu criei uma metáfora pra ela da doença dela e foi uma metáfora que facilitou muito a ela voltar a falar. Porque quando ela colocou essa doença como esse marido indesejável, ela pôde escrever uma carta pra ele, dizendo todos os desaforos do mundo que ela quisesse. Então assim, às vezes, a gente também cria metáfora, mas a metáfora ela vai ser criada nessa conversa, porque a gente vai percebendo qual é a fala ali, que ajuda a manter a externalização. Às vezes a gente vai usar uma metáfora pra manter a externalização. Às vezes a gente vai até usar uma fala engraçada pra manter a externalização. Porque a gente quer sempre favorecer com que essa conversa evolua, que essa conversa prossiga, nesse novo lugar. Porque quanto mais a pessoa passa a ter uma relação com a situação e não mais se reconhece como sendo a situação, mais espaço ela tem pra relembrar e se surpreender e reencontrar os recursos que ela tinha deixado de lado, porque ela estava esmagada pela situação problema. Então às vezes, a gente também vai criar uma metáfora engraçada no meio de uma conversa, mas você sente naquele momento, que aquilo ali vai fazer um sentido. Por isso que eu digo, o terapeuta passa a ser criativo, porque além do cliente fazer a metáfora do problema dele, a gente também usa muita metáfora na fala, não necessariamente só do problema, mas na conversa em si, porque a gente vai estar conversando o tempo inteiro.*

*LH – olha só, quando eu penso na sua pergunta, a primeira coisa que me veio à mente, foi assim: a gente constrói metáforas, independente se é o paciente ou o terapeuta, quando a gente está tentando explicar qual foi a nossa sensação. Então você pode dizer que aquela forma de expressar aquela situação vem, e como é que a gente constrói isso, vem de uma sensação que a gente está tendo. Como o*

terapeuta construcionista social, ele traz pro setting, ele traz pra conversa o que ele está sentindo, as impressões que ele está tendo, então o terapeuta traz o tempo todo, como a Ana colocou, com muita criatividade, as suas impressões, a sua linguagem metafórica. Porém, as que vingam, são aquelas que o paciente abraça, porque às vezes, pode fazer sentido pra gente, a gente achou aquela linda, mas uma outra que você não deu tanta importância, o paciente adorou. Então você vai trabalhar com a que fez sentido para o paciente. Então como é que a gente começa com esse tipo de discurso? Como a Ana colocou, então por exemplo, você está atendendo um casal: “nossa, às vezes eu fico com a sensação de que a gente está em um jogo de pingue-pongue”. Você já construiu uma metáfora... “parece que a bola vai pra lá, a bola vai pra cá, mas vocês querem continuar no pingue-pongue, ou a gente pode escolher um outro jogo?”. A gente criou dentro da conversa, uma forma metafórica de dizer: “olha, esse jogo não está chato não? Vamos mudar de brincadeira?” ou então: “poxa vida, às vezes eu fico achando que a gente tá meio cansado dessa brincadeira... o que é que nos ajudaria a estar mudando? A gente não está brincando, a gente está em uma conversa, tem sofrimento... mas não está sendo prazeroso e não está sendo construtivo. Como a gente pode metaforicamente...”. Ai o cliente pode valorizar: “é mesmo, essa brincadeira não tá nada legal!”. Ele já pegou a metáfora e a partir daí ele caminhou. Às vezes a gente trabalha com o casal um texto do Rubem Alves sobre casais que jogam tênis, casais que jogam frescobol, porque frescobol é aquele que quer manter no jogo, quer que o jogo fique legal, não quer deixar a bola cair, e o tênis, um marca ponto no outro. Tem casais que acham essa metáfora o máximo, nem foi uma metáfora que nós construímos, a gente utiliza a metáfora construída pelo Rubem Alves. Mas enfim, tem outros que: “é, legal...” não vai ter a mesma empatia, não vai funcionar... então aquilo que produz sentido nessa conversa, é... a escolha tem que estar sempre produzindo sentido pro paciente, por quê? Porque o nosso objetivo, a nossa demanda é atender uma construção dele, é ele que nos faz o pedido.

AL – é, e eu acho que uma coisa que tem que lembrar, é assim, a gente está falando de uma terapia de mérito literário, então, a metáfora faz parte do texto da literatura, e a nossa conversa, passa a ser uma conversa de escrever juntos um texto, só que um texto aonde você o tempo todo está abrindo espaço assim... a gente está lendo aqui e ao mesmo tempo a gente está buscando ampliar o

*entendimento do que está sendo dito aqui. Então a conversa é uma conversa em que a metáfora se faz presente naturalmente, porque você, ao descrever, como a Lucia falou, o que você sente, você usa uma imagem, você cria um texto metafórico que define aquilo, então às vezes mesmo na relação, a gente usa muito o que a gente sente do cliente. Se o cliente está produzindo uma conversa que produz muito desânimo, a gente vai dividir isso com ele: “poxa, quando você conversa assim comigo, não sei, sou convidada a me sentir como se eu fosse um balão esvaziado, porque eu vejo...”. E isso às vezes faz o cliente: “nossa, mas um balão esvaziado?”. E aí você começa a ampliar isso, porque às vezes ele não se apercebe. E aí você, nessa troca, nessa dança, você vai mostrando e vai construindo com ele, esses entendimentos, de que ele não se dava conta. Assim como tem a metáfora que ele utiliza pra externalizar, tem a metáfora literária. Como a Lucia disse, às vezes ele não vai pegar o que a gente colocou pro texto dele, mas essa conversa está o tempo todo presente, porque inclusive, é uma forma muito mais fácil, muito mais delicada, de você falar de situações muito dramáticas. Porque se você pontua e fala de uma forma literal, não poética, é muito difícil às vezes de a pessoa ouvir, ela não vai ter espaço suficiente pra ouvir aquilo num bom lugar. Mas se você começa a trabalhar isso usando a metáfora, usando um texto poético, pra conversar sobre uma questão tão difícil, você facilita essa conversa.*

*LH – eu acho que a gente termina inaugurando um modo de conversar diferente com o paciente e ele abraça esse modo de conversar. Como é isso? Ele termina querendo de alguma forma, aprender a conversar como a gente. Eu atendo um rapaz de 28 anos, ele é uma gracinha de pessoa, mas ele é judeu e ele está namorando, está tendo um “affair” com uma moça que não é judia, mas ele está encantadíssimo. Então o dilema dele era assim: “eu tinha que encontrar uma assim judia, mas eu não encontrei... eu encontrei uma tudo de bom na minha vida, mas não é judia”. E aí, ele vira pra mim e diz assim: “sabe Lucia...” porque é exatamente isso que você começa a estimular no paciente, a capacidade dele de descrever aquilo que ele vive através das metáforas, porque você inaugura isso nesse modo de conversar. E daí ele vira pra mim e diz assim: “sabe, eu não sei te explicar, assim... sabe aquele momento que lubrifica a alma?”. Ai eu caí na gargalhada, eu disse assim: “gente, temos que patentear essa expressão!”. Quer dizer, qual é o momento que lubrifica a alma, né? Então eu nunca tinha parado pra pensar, mas*

*aquilo fez todo o sentido pra mim, então da mesma forma que eu quis adotar a metáfora que ele utilizou, quando a gente também fala coisas dessa ordem, eles adoram adotar aquilo que a gente fala. Então é uma coisa que fica presente na conversa, mas que é quase como um bingo, “bingo!”, sabe? é... “disse tudo!”. A expressão que você diz: “Ah, agora você disse tudo! É isso mesmo!”.*

*AL – e é interessante, porque é uma forma de conversar que quando as pessoas se identificam, é uma maravilha, mas às vezes é difícil no início as pessoas conseguirem. Porque tem pessoas aqui que chegam muito encantadas com o diagnóstico, e vem com uma conversa pra se diagnosticar, pra dar um rótulo. Eu já tive cliente que me deu vários diagnósticos: “ah, eu acho que eu sou histérica, eu acho que eu tenho TOC, acho que sou bipolar”. É muito interessante, porque existe ainda na nossa cultura, muita necessidade do nome, de você dar um nome praquilo que você sente, mas de uma maneira ainda muito cerceadora, porque ao mesmo tempo que você utiliza o diagnóstico, “ah que beleza, então eu tenho isso!”, a maneira que você se relaciona com isso, muitas vezes é péssima, porque você fica “então tá, então eu sou isso né...”. Eu estou atendendo um casal que a moça é bipolar e ela tem uma relação com isso muito ruim, então ela acha que ela não pode trabalhar, porque ela é bipolar, ela acha que não aguenta ficar com a filha, porque é bipolar, ela acha que a vida dela é difícil, porque ela é bipolar. E ela tem uma terapeuta que cuida dela individualmente, que tem uma linha que é a cognitivo comportamental, que de certa forma, reforça muito essa questão de como você aprender a lidar com a sua doença... de educação. Então ela ficou tão refém disso, que ela tem muita dificuldade de lembrar que ela não é bipolar o dia inteiro, sabe? Ela não está surtada o dia inteiro, ela não está com a desestabilização do humor o dia inteiro. Ela ainda está muito refém disso. É o caso que eu estou começando a introduzir a conversa, onde ela vai conviver com a bipolaridade, mas não que ela é uma bipolar e pronto e acabou, e não tem mais o que fazer da vida. Então às vezes também no início, os clientes... dependendo de onde, das terapias que os clientes já fizeram... a gente pega às vezes clientes que já fizeram psicanálise, nada contra a psicanálise, eu respeito muito a psicanálise, mas que tem uma maneira de conversar, de entender as coisas, muito de interpretar e de dizer: “então é isso né”. E a gente diz assim: “não, pode ser isso, isso é uma das possibilidades, a gente pode entender de várias formas esse texto, não existe só essa forma, mas essa*

forma de alguma maneira está te dando algum conforto, está fazendo algum sentido”. Então é uma conversa totalmente original.

LH – quando você pega pessoas muito engessadas, normalmente você pergunta: “mas, o que te lembra essa situação?”... “eu fiquei pensando sobre o gosto que essa situação que a gente acabou de ouvir, produziu na gente aqui...”. Porque aí você vai estar inaugurando a capacidade dessa pessoa, de criar metáforas através da forma, através do gosto... porque são os caminhos. Como é que a gente acessa o gosto do doce que a gente mais gosta? O gosto do doce que a gente menos gosta? Então assim, a situação que pra mim é a mais temida... então quando você fala: “o leite derramou”, quando você utiliza expressões que não necessariamente era o leite derramando, mas você já pré supõe que a colocar o leite pra ferver, você vai ter que limpar o fogão inteiro, então “olha, foi uma situação que envolveu o trabalhoso...”, então tem muito disso. Eu tenho por exemplo, um paciente que é advogado, e ele de repente diz assim: “advogado é uma raça muito difícil, tem um grande advogado que sempre diz que coordenar advogados, é quase como ser um pastor de gados, porque gado é muito independente”. Eu achei muito interessante, então toda vez que ele traz essa história à tona, e aí esse grande advogado colocou que só tinha uma forma de conduzir, de ser um pastor de gados, ter uma criação de ratos, porque ele não conseguia fazer com que os gados fossem pro mesmo caminho, cada um era dono de si, cada um queria ir pra um lugar... então toda vez que ele se vê com dificuldade de administrar pessoas, o “pastor de gados” cai como uma luva, porque ser “pastor de gados” diz tudo, então assim, não existe pastor de gado, mas naquela situação, é assim. A gente busca fazer aquilo que é muito difícil de ser feito. Não sei se ilustra pra você entender melhor...

**Ilustra bastante, vocês me mostraram vários casos em que tanto a metáfora foi colocada pelos pacientes quanto por vocês. E quando ele abraça essa metáfora, quando faz muito sentido pra ele, pra história dele e quando essa metáfora “diz tudo”, o quanto que na conversação terapêutica, ajuda esse paciente?**

AL – ajuda muito, porque, primeiro porque ele começa a criar em cima da situação dele, já começa a originalidade daí, porque quando eu consigo falar do que eu sinto, do que eu vivo, já de uma nova maneira, onde eu consigo me fazer

*entender, porque também às vezes as pessoas, estão tão paralisadas, que pra elas é muito difícil colocar em palavras aquilo que está doendo tanto, e quando elas conseguem criar uma metáfora, quando elas conseguem falar do desafios delas nesse novo texto, isso já produz uma mudança muito grande, porque naquele momento, ela já está mais autora, ela está autora, ela está criando uma imagem, ela está criando um texto em cima daquilo que ela está vivendo. Ela não está só sofrendo, ela está podendo dizer como que é esse sofrimento pra ela, como é essa adversidade pra ela, como é que ela vê essa cena. Então ela está conseguindo se abrir mais, e isso que é o libertador... Há dez anos, uma doença muito da moda era a síndrome do pânico, foi um boom de síndrome do pânico no consultório... então o que você percebia, que quando as pessoas conseguiam falar, dar nome, nomear o que sentiam, entender melhor da onde vinha aquela dor que até então estava sem nome, só havia uma expressão física, uma descarga física daquele sofrimento, o sintoma passava. E por quê? Porque ela conseguiu representar aquilo, ela conseguiu falar daquilo num novo lugar, não só através daquele telegrama de super adrenalina, que faz ela ficar sem ar, taquicardia... não, conseguiu explicar minha adrenalina, o que gera minha adrenalina, eu consegui botar em palavras o que até então eu não conseguia nem mesmo reconhecer que me fazia sofrer tanto... então é muito poderoso nesse sentido.*

*LH – eu acho que tem duas características que a metáfora potencializa o resultado do paciente: primeiro porque quando ele fala do problema, a sensação que ele tem, é que ele está falando de uma dor muito grande, então quando você fala da representação simbólica dessa dor, é como se você tivesse descobrindo uma maneira de simplificar e não banalizar. Existe uma diferença muito grande, ela é sutil e também eu acho que o terapeuta que vai trabalhar com as metáforas, ele tem que ter uma postura muito respeitosa, porque brincar no setting, não é uma atividade fácil, ele tem que saber que ele está parceiro dessa dor. O paciente precisa saber que você é parceiro dessa dor, e que você está inaugurando uma forma talvez mais leve, metafórica de falar, mas que em nenhum momento você está desrespeitando ou diminuindo a dor. Então essa é uma questão, porque senão pode virar uma gozação, e pra virar uma gozação, você pode, por exemplo, pegar a mesma fala, dependendo da pontuação utilizada, isso ter um ar irônico, ou não, ou isso ser uma fala acolhedora. Dependendo de onde aquela fala entra no texto, ela ganha uma*

conotação completamente diferente. Então eu acho que traz isso, é simples, é poderoso, mas o uso...

AL – mas não é fácil. Porque senão, fica assim, é simples... porque é aquilo que a gente estava falando, o uso da metáfora vai exigir a criatividade do terapeuta, a sensibilidade, porque pra você não usar aquilo justamente como um instrumento que banaliza, ou... uma crítica que se fala muito da terapia narrativa, é como se fosse uma terapia de “Polyana”, do jogo do contente, né. Algumas pessoas acham: “ah, vocês ficam só na conotação positiva, lalalá...”. Quer dizer, não tem nada a ver com o jogo do contente, porque o que a gente está sempre reforçando, é a habilidade e o reconhecimento da competência daquela pessoa, então você não está o tempo todo dizendo que ela convive com aquele problema, que ela é aquele problema... existem conotações que não ajudam aquela pessoa a resolver a vida dela. “Então tá, então você entende que você não consegue se envolver emocionalmente com nenhum homem, porque você teve um trauma agudo com o seu pai, que era um homem extremamente grosseiro com a sua mãe, e aí por conta disso, você tem uma relação difícil com os homens”. Tá bom, você tem uma informação linda, uma interpretação de “Greyscow”, que define “o por quê que eu não consigo ter um relacionamento amoroso com um homem”. Mas o que você faz com isso? Dentro da terapia narrativa, a gente vai explorar justamente em que outros momentos, você pode ter por esse pai um outro olhar, em que outro momento você pode dizer que viveu uma situação doce com ele? Ele era assim o tempo todo? E aí de repente, aquela pessoa começa a resgatar coisas que ela tinha deixado pra lá, porque ela estava mais focada no problema que ela vivia do pai sendo grosso com a mãe, e ela apaga da memória aquele dia que o pai foi na escola e foi um momento mágico, que ele fez a atividade escolar e ele teve a maior paciência de colar florzinhas etc... e você lembra com o maior carinho desse dia. E aí você começa a se dissociar dessa figura de ser parceira da sua mãe, defensora das mulheres e começa: “não, a relação da minha mãe com o meu pai é de marido e mulher, a minha relação com meu pai é de filha para pai”. Então você começa a ampliar essa relação e a coisa começa a sair daquela situação que não tem saída, porque “eu não vou conseguir fazer meu pai deixar de ser grosso com a minha mãe”, vamos dar um exemplo... ele vai ser grosso, ele tem essa história, você não tem como você apagar, mas eu posso lembrar, trazer à tona, e reconhecer outros

*momentos em que isso não esteve presente na nossa relação e que eu pude experimentar outras coisas. Então, nesse aspecto, essa busca do que vale a pena, do que não foi tão ruim assim, é uma forma de você minimizar a força daquilo que te domina, você não está deixando de trabalhar aquilo que te faz sofrer, você está lembrando o seguinte: você não é só aquilo, você não tem só esse registro histórico, você tem outros, mesmo com aquela pessoa que você reconhece que é o seu problema.*

*LH – É... tem essa conotação de diminuir o sofrimento, e tem a conotação também de ampliar o prazer da conversa. Às vezes você está conversando com uma pessoa que tudo o que ela queria na vida, era achar um companheiro, aí ela vai... “não, porque eu fui sair, ele tava se achando a última coca-cola do deserto!!”. Entendeu? A última coca-cola do deserto, era como se eu não tivesse nenhuma outra opção, eu só tivesse a opção dele, ai daqui a dois meses ela conheceu uma outra pessoa: “outro que se achava a última coca-cola do deserto!”. Ela encurtava um tempo de conversa e ao mesmo tempo, ela dizia pra mim que: “olha, ta se achando, eu sei que ele não é a última coca-cola do deserto, ou às vezes eu estava tratando essa pessoa como se fosse a última coca-cola do deserto. Então assim, quando a gente fala sobre dar um ar de prazer... nós trabalhamos muito, a gente atende muito e eu acho que também, até por uma necessidade nossa de dar leveza ao nosso trabalho, a gente terminou abraçando essa forma de conversar como sendo... primeiro que a gente fala assim com o pintor, com a secretária... todo mundo morre de rir! Mas assim, termina que os clientes entram nesse modo de conversar e a gente percebe que o nível de resposta deles é muito bom, porque eles começam a tornar a vida deles mais prazerosa. E ai não é: “vamos ter aula de fabricar metáforas”, mas: “vamos conversar dando uma leveza àquilo que a gente conversa, dando prazer àquilo que é conversado, vamos tornar aquele encontro, um encontro especial, um encontro que...”. Sabe, é muito bom... e, dar alta pra um paciente é sempre uma dificuldade... porque eles acham que eles sempre estão enriquecendo tanto, então quando você diz assim, o resultado... nós somos suspeitas pra falar, mas a gente... cada vez mais quer se especializar e melhorar dentro dessa prática, que a gente acha que a gente está no jardim de infância, assim, tem muito o que conquistar, muito o que saber. Ontem eu estava falando com uma moça que trabalha num projeto social da gente, no Reciclando Mentas, ela é lá*

da Austrália. E ela estava dizendo a diferença do trabalho do Michael White pro trabalho do David Epston, e ela estava dizendo: “porque o trabalho do Michael White era um trabalho mais fácil de você reprisar, porque o trabalho do David Epston era um trabalho tão ligado à poética, que é muito difícil fazer o que o David Epston faz. O que o Michael White fazia não era difícil. Ser Michael White era difícil, mas fazer o que ele disse que se chamava Terapia Narrativa, era dez vezes mais fácil do que fazer o que o David Epston faz...”. Quantas vezes eu brinco, que eu digo assim: “bom, como é que faz pra ser um terapeuta narrativo? Bom... o que o David Epston faria nessa situação? Ai eu bolo uma coisa, que eu jamais bolaria, por quê? Porque eu me coloco no lugar de ser um ser que pensa tão fora do quadrado e que pode valorizar tantas coisas que eu, de repente não valorizaria... sou eu né, mas sou eu brincando de ser David Epston. Então assim, é você também saber brincar no lugar de terapeuta, porque se você quiser ser um terapeuta formatado, esquece! Você não vai conseguir transitar de uma forma prazerosa...

AL – é a mesma coisa que você virar um escritor formatado, sabe aqueles escritores de best-seller? São vários livros, e no final das contas você não aguenta mais ler, porque é tudo a mesma coisa? Então é como se você tivesse que ser o tempo todo um escritor, um compositor... junto, porque você está compondo com o parceiro que chega todo dia, você tem vários parceiros por dia, aonde você tem que estar aberto a construir várias possibilidades de história, mas o grande risco é quando você padroniza isso. Isso é um termômetro que a Lucia esta falando muito importante, porque se você padroniza a maneira de conversar, você deixou de ser terapeuta narrativo. Você precisa usar essa criatividade sempre, porque cada história é uma história, e o que funcionou com um, não quer dizer que vai funcionar com outro, porque aquela pessoa é uma outra pessoa e é uma outra conversa e você vai sair dali com um texto totalmente original. Às vezes eu estou trabalhando a mesma questão... por exemplo, estou atendendo cinco pessoas com síndrome do pânico, chegaram aqui diagnosticadas pelo psiquiatra, mas eu vou escrever cinco, eu vou ter cinco textos, cinco histórias, cinco possibilidades de metáfora, cinco possibilidades de conversa totalmente diferentes. Pode ter uma similaridade, o desconforto que o ataque de pânico trouxe, mas o texto, como a gente conseguiu acessar, como a gente conseguiu construir, como foi o formato? Foi um texto de drama, foi um texto de terror, foi um texto engraçado, foi um texto romântico? A

*gente vai viver ali naquela relação, e isso que é o mágico! Isso que faz o que a Lúcia diz que a gente trabalha muito, então assim, isso que faz a gente trabalhar horas e horas e horas e não se cansar, porque se a gente cria uma coisa padronizada, eu acho que a gente já teria enfartado, no mínimo em coma... porque você não vai aguentar! “Meu Deus, não tô aguentando conversar catorze horas por dia”, entendeu? Ser a mesma conversa. Imagina você fica fazendo a mesma coisa catorze horas por dia, então não, tem que ser uma coisa natural, tem que ser uma coisa original, tem que ser uma coisa estimulante, porque aí, quando você vê, o dia passou, e você sai bem, você sai abastecida, porque eu simplesmente vivi dez, doze, catorze histórias diferentes naquele dia, eu não vivi um padrão...*

*LH – É... nossos pacientes já chegaram... mas eu gostaria só de complementar, que a gente também não fica presa à uma expressão que surge na conversa, pode surgir numa música que é interessante, num poema, numa gravura, na novela, nos personagens de filmes, seriados... então tudo o que você puder imaginar, principalmente quando é no mundo adolescente... às vezes na caricatura... então a metáfora se faz presente de diversas formas. Termina sendo comentada através da linguagem, mas essa linguagem, ela ocorre de diversos meios, ela é representada de diversas formas. Então tem o paciente da metáfora do cafezinho com um acompanhamento, aí tem que sempre ter um acompanhamento... e aquilo se transforma quase que num ritual, “olha, hoje eu tenho uma boa notícia”, e com boa notícia, a gente traz então um bolinho... então como é que a gente lida com todas as crenças associadas a um modo de comunicar particular, entendeu? Então esse modo de comunicar particular, quanto menor ele for e mais informação ele passar, melhor é essa metáfora, porque é exatamente uma coisa pequena que transmite uma ideia enorme, que diz tudo. Não sei se conseguimos te ajudar...*

**Com certeza me ajudaram muito! Obrigada!**

## **Anexo D – Entrevista com João Laurentino dos Santos**

### ***Desde quando você tem contato com a terapia narrativa?***

*Olha, eu tive contato com a terapia narrativa quando eu fiz minha especialização há dez anos. Eu terminei em 2002, então eu tive contato pela primeira vez em 2000, 2001 e até então venho estudando, lendo... e mais especificamente, nos últimos três, quatro anos, é que eu tenho me detido de uma maneira mais profunda nos estudos de terapia narrativa. Especificamente nos últimos quatro anos, é que eu tenho estudado mais, feito workshops, congressos... na verdade vamos ter o primeiro agora de terapia narrativa da América Latina, terapia narrativa colaborativa na América Latina em 2013. Terapia narrativa colaborativa na América Latina, em 2013 vamos ter o primeiro.*

### ***E o que te atraiu na terapia narrativa?***

*Eu tenho amigos que falam assim: “seus clientes são narrativos”... alguns amigos que vem fazer trabalho, eles falam: “isso é bom pro João, porque os clientes do João são narrativos”. Eu não sei se os meus clientes são narrativos, eu sempre gostei muito, eu sempre fui muito ligado em histórias, em literatura, metáforas, livros, ditados, frases feitas, clichês... eu sempre tive muito interesse em averiguar o verdadeiro sentido dos ditados populares. Sabe aquelas coisas que a gente escuta de pai, de mãe, de família... eu falo: “o que que é isso mesmo?”. Então eu sempre tive muita curiosidade em abrir esses “pacotes” pra ver de fato o que tinham dentro e tentava mudar os ditados e ver como ficavam... então eu sempre tive uma curiosidade vamos dizer assim, uma curiosidade criativa em cima dessas expressões cotidianas, em termos de ver o que de fato elas diziam do jeito de ser, de viver, de pensar, de sentir, de se organizar pra vida, de se relacionar das pessoas. Então depois eu fui entendendo que tinha a ver com um tanto de pressupostos*

que a narrativa viria apresentar e então eu diria que o meu gosto pela literatura, o meu gosto pela arte... eu acho que tem um pouco a ver com essa minha inclinação.

***E na sua atuação, como você faz uso da linguagem?***

*Eu faço uso da linguagem, exatamente fazendo com o meu cliente, ou com aquele com quem eu estou fazendo uma interlocução, uma compreensão daquilo que está sendo dito, não no sentido léxico ou no sentido gramatical, ou no sentido literal da palavra, mas pegando a palavra e a conversa mais como um ponto para gerar palavras, para gerar e abrir novas conversações... muito mais do que pra definir o que aquela palavra exatamente quer dizer. Então eu diria pra você que a gente trabalha mais no sentido do tom, do som, das sensações, daquilo que as palavras vão te tocando visceralmente, muito mais no campo do sentido, vamos dizer assim, do que no campo da categoria das palavras, ou no campo das unidades de sentido, vamos dizer assim. Então é nessa direção que eu percebo que as coisas têm mais a ver com o trabalho que a gente desenvolve no cotidiano.*

***E como você tem visto a inclusão das metáforas na terapia narrativa, em todos os seus processos, como a externalização, conversas de reautoria, lembrança?***

*Eu tenho uma compreensão, que é uma compreensão hermenêutica mais heideggeriana, do que os outros que vieram depois, mas de que a palavra é a morada do ser. Eu acho que o ser das coisas, o ser daquilo que se vive, o ser daquilo que se deseja, que se expressa... mora de alguma maneira, na palavra. E aí eu diria pra você que a compreensão que eu tenho é que a metáfora é a morada do sentido que alguém dá para algo. E quando eu estou dizendo sentido, é aquilo que é tocado, aquilo que toca as pessoas, aquilo que lhes afeta, aquilo que de alguma maneira... com aquilo com os quais elas se encontram em termos de pensar, sentir e agir, que remete para algum lugar... que projeta essas pessoas pra um desejo, pra um horizonte, pra uma realização, pra uma mudança, uma transformação. Então dentro do campo das reautorias, lembrança, mesmo testemunhas externas... a palavra... a gente abre essa palavra pra poder ver o que que de fato mora ali, em termos disso que se deseja, em termos disso que se quer, em termos disso que se*

*planeja. E é o uso da metáfora mais como uma chave que abre uma grande porta que dá acesso a um horizonte infinito de possibilidades. Muito mais do que você utilizar o uso da palavra no sentido interpretativo. Eu até usei uma metáfora agora... que é a questão da metáfora como uma grande chave, que abre uma porta e que essa porta é uma porta que abre possibilidades infinitas de conversações de transformações, de construções, de significados, de novas visões... enfim, daquilo que o cliente no seu momento, com as suas questões trazidas, escolhe fazer.*

### ***E como a metáfora surge na conversação terapêutica?***

*Olha, em geral, na minha experiência, ela aparece de uma maneira muito espontânea, porque... primeira coisa: você tem que estar muito atento às metáforas, porque elas aparecem de uma maneira muito espontânea e a sua escuta tem que ser uma escuta bastante aberta e pouco pretenciosa até, para poder sacar quando vem alguma coisa diferente, como vem as metáforas. E eu penso que o terapeuta tem que estar sensível para aproveitar essa possibilidade que emerge, para abrir com o seu cliente, outras possibilidades em termos dessa conversa. Eu vou te dar um exemplo, às vezes o cliente fala assim: “fulana me parece uma jararaca muito afoita”, então eu me interesso: “uma jararaca muito afoita? Me conta como é isso? O que é uma jararaca afoita? Que imagem você tem? Que sensações você experimenta? O que na relação com essa pessoa se deu, para que você possa defini-la desse jeito?”, entende? E aí o que vai acontecendo? A pessoa vai se mostrando como ela se relaciona, como ela se percebe, como ela é afetada, os possíveis equívocos que ela constrói, os possíveis preconceitos, os possíveis temores, enfim. Eu diria que o terapeuta... eu acho que pra você trabalhar com metáfora, você tem que estar muito atento... menos atento! Parece até paradoxal o que eu vou dizer, mas menos atento ao conteúdo, porque se você está muito atento ao conteúdo, você fica muito preocupado em fazer uma análise lógica e encadeada daquilo que está sendo dito. Mas se você está menos pretencioso em relação a esse conteúdo, quando a metáfora vem, ou a expressão, ou o ditado, ou os silogismos – as novas expressões que o cliente traz –, emerge, você se sente mais à vontade e com mais liberdade para poder explorar isso que se diz. E tem uma outra característica, em geral, as metáforas, elas são palavras “pacotes” que te transportam pra universos muito ricos. Eu acho que essa é uma outra característica*

da metáfora, que potencializa, porque se a gente pensar que a metáfora tem um enraizamento social, cultural, de vivências, de histórias, de pertencimento a uma comunidade, a uma família, a um grupo, quando essa metáfora vem, ela já vem “grávida”, vamos dizer assim. Essa metáfora já vem “grávida” e aí, à semelhança do que nos orienta Sócrates, a gente tem que realizar esse parto. Então eu diria que a metáfora faz um convite pro terapeuta, pra ele realizar um “parto de significados”, porque na medida em que você vai abrindo essas palavras “pacotes”, o cliente ou a família vai se dando conta de que na verdade o caminho que se procura, a saída que se deseja, a clareza que é necessária pra compreensão de um determinado fenômeno, reside ali. Eu acho que a tarefa do terapeuta é se transportar para esses lugares que as metáforas convidam. Eu acho que ele tem que se transportar com seu cliente, com a sua família, pra esses lugares, pra ele ir fazendo, ir tecendo essas compreensões que as metáforas abrem. Eu estou te falando estritamente do trabalho prático cotidiano, eu não estou falando nada teoricamente sobre as metáforas, porque eu acho que não é o caso... eu estou te falando da minha experiência enquanto terapeuta, não estou te dando uma aula sobre metáforas...

**Exatamente isso, da conversação mesmo, de como ela aparece na terapia. Eu quero entender como é que o terapeuta usa as metáforas nesse contexto terapêutico mesmo.**

E elas me facilitam muito! Porque ela implica em menos esforço intelectual, vamos dizer assim. É como se quando a metáfora surge, eu pudesse pensar menos no que está sendo dito, e apreciar mais no sentido de estar junto com meu cliente. Não que eu não esteja junto com o meu cliente quando estou pensando. Mas como a metáfora me chama pra um lugar mais existencial e vivencial, então isso facilita muito. Facilita pelo livre trânsito no diálogo com o cliente. Eu acho que tem outra coisa, a metáfora ajuda a tornar a conversa mais lúdica. Ela possibilita você jogar com os conjuntos de palavras que formam a metáfora, ela favorece que você, na medida que você percebe que o cliente transformou o significado, ou que ele queira transformar em significado, ele também possa transformar as metáforas, então você justapõe, contrapõe, altera, sugere ditados que tenham a ver com aquela possibilidade que ele queira... você sugere metáforas ou expressões que ele possa contrastar, que ele possa fazer distinções. Então ela torna mais lúdica nesse que

*sentido de que você pode jogar com ela no campo... não no campo representativo, mas no campo simbólico da expressão que ela tem, pra você poder fazer vários trânsitos e realizar diferentes distinções pra que as compreensões do cliente a respeito de determinado aspecto, possam ficar mais claro possível pra ele. Então eu acho que ela facilita por causa disso, porque ela torna mais lúdica, ela torna mais prático o seu trabalho, ela permite uma criatividade no jogo das palavras, no jogo das expressões. E eu acho que ela insere a conversa num campo mais contextual, do ponto de vista da vivência, tanto do cliente quanto do terapeuta. Como se ela fosse possível transportar você pra um universo, pra um cenário, pra um contexto muito claro em termos dos elementos, em termos das pessoas, em termos dos acontecimentos... em termos do que se dá.*

***No sentido de ficar mais fácil pra compreender o contexto da pessoa?***

*Isso.*

***Então você também estava dizendo que assim como qualquer palavra, as metáforas são como “pacotes” que a gente tem que ir abrindo. E no geral as palavras são esses pacotes, e as metáforas ajudam a ampliar as possibilidades e abertura desses pacotes. Mas eu queria saber o que tem de especial nas metáforas para a abertura desses “pacotes”...***

*O que a metáfora têm de especial, é que ela já te transporta pra um lugar, pra um lugar certo. Ela já te transporta pra um universo, vamos dizer assim, aspas o que eu vou dizer: um universo de possibilidades que eu diria que já é “pré-dado”, ou “pré-fabricado”. Então, por exemplo, eu tenho um paciente aqui que tem um diagnóstico de psicótico e ele tem uma coisa que acontece na cabeça dele, que é uma sensação que se altera, na medida em que ele fica tendo pensamentos repetitivos. Então ele ficava nessa descrição rala do que se dava com ele e aí eu disse assim: “bom, se você tivesse que dar um nome pra isso que se passa com você, que nome ou metáfora você daria?” aí ele falou assim: “olha doutor, isso é muito parecido com um pica-pau”. Então na verdade ele fez uma externalização e quando ele externalizou como um pica-pau, eu pude entender perfeitamente o que se dá, porque aí você vai pegar o pica-pau que é uma coisa que fica batendo ininterruptamente e que*

*desconcentra e que atrapalha, e que me interrompe. Então veja, se eu sou transportado pra isso... primeiro que isso possibilitou de ele ter uma compreensão diferente da que ele até então vinha tendo. Ao mesmo tempo é um convite pra ele poder ter essa compreensão do que nós estávamos dizendo. E o pica-pau está na minha história de criança, de infância, ele está na história do meu cliente, e o pica-pau é um personagem, e a gente pode personificar esse sintoma inspirado nesse personagem e inspirado nesse personagem ou nessa metáfora, o que a gente pode fazer? Trazer isso pro campo experiencial do cliente e explorar como é que ele se relaciona com esse sintoma, com esse pica-pau, o que esse pica-pau faz com ele, qual é o jogo relacional que se estabelece? Não sei se estou sendo claro...*

***Você está me dizendo que no seu mundo, você conhece esse pica-pau, então é como se fosse mais fácil pra você compreender o que ele está dizendo?***

*Perfeito! Esse mundo pica-pau, já é um mundo “pré-fabricado”, ele é compartilhado. E nisso, você pode transitar pra fazer os diversos manejos que você quiser fazer em termos de significados e coisas do gênero... e aí é engraçado, porque esse mesmo cliente foi pra um outro contexto, colaborativo, e ele trouxe o pica-pau como expressão e aí apareceu a metáfora da borboleta, nesse contexto. Uma pessoa partilhou, e disse que via o cliente na sua história, como uma borboleta muito colorida e bonita, transitando num jardim de flores muito diversificadas. Essa metáfora surgiu em uma outra conversação com a qual ele foi pra partilhar a história dele. E o que que isso me ampliou? Quando ele voltou pra cá, a gente acabou trabalhando de novo numa perspectiva narrativa de externalização, e a borboleta dialogou com o pica-pau. Então ele pôde conversar metaforicamente sobre o sintoma. A metáfora abriu possibilidades de conversações transformadoras. As metáforas abriram possibilidades de que nós pudéssemos fazer trocas para que ele pudesse então ir além do universo limitado, determinado pela compreensão metafórica que ele tinha do pica-pau acerca do sintoma e isso na vida dele. E quando aparece essa borboleta, ela... falar sobre borboletas, por onde transitam as borboletas, as características da borboleta, os universos por onde ela transita... e comparar isso com ele com esse sintoma, e o que é a vida dele num universo borboleta e o que é a vida dele num universo pica-pau. E fazer distinções entre os*

dois universos de possibilidades. Contrastar, sobrepor, contrapor, fazer distinções, principalmente dialogando num campo simbólico, favoreceu que ele pudesse criar um universo de possibilidades tremendas, em termos de coisas que ele queria concretizar. E depois disso, nunca mais ele falou do pica-pau, nunca mais ele falou do sintoma nas conversas, ele começou a falar de um projeto de vida. Ele não falou mais nem em borboleta e nem em pica-pau. Desse dia pra frente, ele começou a falar de projeto de vida. Então um mês depois, ele prestou vestibular na área de informática, passou nesse vestibular, começou a procurar emprego, começou a pensar se era mesmo essa área que ele deveria seguir, começou a pensar se ele queria se casar, que estava na hora de ele arrumar uma namorada... nunca mais falamos. Então eu não sei... só sei te dizer assim, que as metáforas elas são essas chaves que abrem possibilidades de conversações transformadoras, que não tem poder em si, mas que favorecem o empoderamento do outro, construindo uma nova narrativa, construindo um novo universo, mas ancorados nessas ideias, nesses universos que de alguma maneira estão presente nas metáforas.

***E você acha que em algum momento esse uso das metáforas pode atrapalhar o processo terapêutico?***

Olha, eu acho que assim, primeira coisa que... a gente não é treinado pra falar e conversar cotidianamente metaforicamente. Uma conversa metafórica é uma conversa de louco, como diz o meu cliente: “nossa, mas que papo louco, né doutor?”, aí eu falo: “é... papo doido, né? Mas esse papo doido faz sentido pra você?”, “todo o sentido doutor! Eu acho que é isso mesmo”. Então a primeira coisa é isso. Eu acho que atrapalha se você ficar querendo o tempo todo focar nisso. Eu acho que metáforas são possibilidades que se abrem, que você pode ou precisa estar aberto e sensível para que quando ela aparecer, ou quando acontecer, você aproveite a oportunidade. Mas ainda há de se verificar o quanto faz sentido pro contexto da conversa, seguir adiante na conversação. Em geral eu digo pro meu cliente: “olha, achei interessante essa expressão que você usou, nós podemos abrir isso? Podemos falar um pouco sobre essa expressão, sobre essa metáfora? Ou você prefere seguir adiante na conversa?”, ou: “o que você acha que isso que você acabou de dizer, tem a ver com o que nós estávamos conversando? Por que você acha que exatamente nessa altura dessa conversa, você está trazendo essa

*expressão?”. Então nesse sentido, eu atuo muito colaborativamente com o cliente, no sentido de fazer com ele a agenda do que é possível fazer, desejável fazer e se ele quer fazer com aquilo que aparece. Então eu acho que atrapalha, se não fizer sentido pra conversa que você esteja tendo, ou se você não quiser partilhar isso com o seu cliente, no sentido de você dar a ele a autoria da abertura dos pacotes que devam ser feitas em cima das metáforas. Porque se você vai abrir a metáfora, você corre o risco de ser mais interpretativo, do que gerar conversas que gere possibilidades, então eu acho que atrapalha, se você não souber fazer um bom manejo da metáfora, da expressão, do ditado... quando ela aparece. Porque eu acho que quando parte do terapeuta querer fazer o encaminhamento do trabalho com metáfora, sem que aquilo faça muito sentido na conversa, ou que o cliente também escolha por aquilo, é que aí pode soar mais interpretativo, e eu acho que isso atrapalha. Porque veja, conversações são estradas com muitas bifurcações e na conversação, o terapeuta escolhe qual é a bifurcação, qual é a entrada que ele... a metáfora é uma possibilidade. Agora, eu posso partilhar com o meu cliente, que nessa trajetória que estamos indo, é meu desejo que a gente pudesse transitar um pouco por essa estrada metafórica, então eu faço o convite pra ver se ele quer, porque ele pode não querer.*

***Então você diz de uma postura de bastante cuidado, né?***

*Isso, porque são infinitas as possibilidades dentro de uma conversação. Então poder cuidar dessa conversação pra você potencializar o uso dessa metáfora é muito importante.*

***Tá... você me contou um caso em que seu cliente utilizou a metáfora do pica pau e da borboleta. Tem algum outro caso que foi muito significativo para você no uso da metáfora?***

*Tem. Tem muitos! Eu vou te falar de um caso muito rico, eu vou escrever sobre isso possivelmente agora em 2013. A cliente vem em surto psicótico e basicamente, eu vou trabalhando com as metáforas que ela vai trazendo. É um surto psicótico de cunho religioso e ela vem trabalhando com metáforas, só metáforas. Porque discurso dela é desconectado, carregado de metáforas. E aí atrapalha, foi*

como eu disse para você, como a narrativa dela era só em cima de metáfora, e a nossa visada de consciência cotidiana não é pra organizar nossa conversação em metáforas, a conexão em conversações com ela, ficava muito dificultada, porque era uma enxurrada de metáforas, entende? Então o que foi acontecendo? Eu deixava ela seguir num fluxo e elegia junto com ela, uma metáfora. Pegava uma metáfora, abria esse “pacote”, e dessa metáfora eu ia explorando o significado, o que tinha, quem eram os personagens ali, de que maneira eles se relacionavam com os personagens, como ela se relacionava, como ela se sentia, pra onde remetia, enfim. E aí a gente foi abrindo, na medida em que ela foi se conectando com o fluxo de construção narrativa mais estruturado, em termos do nosso cotidiano... o uso de metáforas foi ganhando então, muito mais sentido pra ela. E foi interessante, porque quando a gente foi diminuindo o grande fluxo da presença de metáforas nas sessões, foi quando ela foi organizando mais o pensamento, tendo consciência do que aconteceu com ela e aí ela trouxe uma outra grande metáfora, que foi uma gravidez psicológica. Ela se dizia grávida de Jesus Cristo, então ela se dizia que era mãe de Cristo e nós trabalhamos a metáfora de Jesus Cristo como o grande salvador, como aquele que salvou a humanidade, aquele que morreu pelos desamparados. A metáfora da gravidez dela, teve como sentido, ela não ficar sozinha e abandonada no mundo. Porque ela tinha uma história de vida que, em nome de “ser louca”, todo mundo virou as costas pra ela. Então ela “engravidou” e buscou no sentido da maternidade, a única saída para escapar da profunda solidão e isolamento que ela tinha. E vieram muitas metáforas, veio a metáfora de Cristo, veio a ideia de Maria, mãe de Jesus, depois veio a metáfora da cobra, da serpente, depois veio a metáfora da travessia do mar Vermelho, enfim. E tudo isso foi trabalhado em termos de potencializar o processo dela. E por último apareceu uma, que ficou constante e que hoje até ela reedita, que é a metáfora de “Pollyana”, a personagem do livro que vê tudo cor-de-rosa, que era ingênua, que era boba, que não tinha consciência, que era alienada... então o que ela fez? O caminho que achamos pra ela compreender o que marca o antes e o depois do processo de loucura dela e a tomada de consciência, foi a personagem Pollyana. Então a Pollyana é uma personagem, uma metáfora, sobre a qual nós trabalhamos, exploramos em termos de quem é Pollyana, de ver o lado Pollyana que tem dentro dela. Quando o lado Pollyana está atuando, quando não está... então pra todo aspecto cindido ou pra aqueles aspectos muito separados, desconexos, incoerentes

do dinamismo dela, ela ancorou na Pollyana. Não sei se faz sentido o que eu estou dizendo pra você...

***Ela deu um nome à tudo aquilo que ela vivia, como quando ela chegou aqui, por exemplo?***

*Isso, e aí quando ela quer dizer de um lado alienado, ingênuo, apaixonado, irracional... ela diz: “ai doutor, a Pollyana aí! Isso é Pollyana, né?”. Ela não precisava me descrever, ela só me convida pra ir pra esse universo que eu já sei e entendo o que está se passando com ela. E facilita, porque o que que acontece? A gente já conversou sobre a Pollyana, o que era, como era, de que maneira afetou... quer dizer, isso tem a ver com um pedaço da história dela que ela denominou como sendo Pollyana. E tem um outro lado, que é a “louca”, e tem outro lado que é ela “consciente, revoltada, indignada”. Então essas compreensões só foram possíveis a partir das distinções que pudemos fazer da Pollyana, da louca, da revoltada da indignada, e da consciente. Então quando ela fala da Pollyana, já sabemos do que estamos falando. Então essas metáforas, no caso dela, são constantemente revisitadas em situações muito novas, muito diferentes, em coisas que ela está experimentando e que ela vai contrastando. Então também enquanto ela vai se diferenciando e se transformando e criando novas possibilidades, fazendo novas escolhas, ela vai sempre ter como referência e vai contrastando na Pollyana. E é muito interessante, porque ela descobriu o quanto ela deve à Pollyana e o quanto ela não deve matar, enterrar a Pollyana, mas ela deve integrar a Pollyana, porque ela tem muito o que aprender com a Pollyana, e a Pollyana tem muito o que aprender com ela. E à semelhança da borboleta e do pica-pau, também fizemos muitas conversas externalizadoras entre a Pollyana e ela. Então é algo transformador.*

***E como esse caso foi significativo pra você enquanto terapeuta?***

*Ele foi significativo... entre outras coisas, eu aprendi melhor, emoldurei a compreensão de que há momentos em que nós precisamos mais trabalhar no campo do sentido, do que no campo do significado necessariamente. Não que uma coisa esteja desatrelada da outra, é que eu penso que no significado, a gente está*

*mais aqui (apontando para a cabeça), mas eu penso que as coisas primeiro passam pelo campo do sentido e depois eles vem pro campo do significado. O que eu quero dizer com isso? Que às vezes o terapeuta tem que trabalhar com as vísceras... mais na sensação. Porque se você for trabalhar no campo do significado a partir das metáforas, num primeiro momento, não rola... primeiro você tem que vir para o campo das sensações, para depois, na medida em que você transita nessas sensações, você vai pondo em palavras, você vai organizando isso em palavras, porque há certas experiências que não são possíveis colocar em palavras, ela fica mais no campo do sentido mesmo, mais no campo da sensação. Então o que eu aprendi com essa cliente, por exemplo, foi que há um campo no diálogo, na conversação, e nesse sentido, remete pra pensar que estar com o outro é o que há de mais transformador em qualquer relação terapêutica. Porque se você está visceralmente com o outro, sentindo com o outro, experimentando com o outro, esse "junto com" o outro, é o que possibilita uma relação de co-presença, de não solidão, de não isolamento e é o que eu acho que te dá a sensação de que você existe no mundo, com a sua singularidade, apesar desse outro que está ali com você, que sente com você, que está experimentando com você. Então é trabalhar metaforicamente e sobretudo, nesses dois casos que eu te disse, me ajudou a compreender que o campo da construção do significado transcende as nossas operações cognitivas, vamos dizer assim, nas conversas. Ele traz pra um campo, que eu não sei te dizer qual é, mas que é um campo que transcende qualquer compreensão de significado que passe necessariamente pelo o que a gente pensa. Aliás, eu acho que pouco passa até pelo que a gente pensa. Então esses dois clientes tem me feito pensar na qualidade do estar com o outro, abrindo essas novas conversações. De que é um campo de comunicação que transcende ao campo da palavra, estritamente e exclusivamente. Então o que eu aprendi e tenho aprendido com eles, é estar mais atento, é aprender a trabalhar mais no campo do sentido, do que no campo do significado. Shooter que fala um pouco disso, quando ele fala da questão da corporeidade, da comunicação incorporada, da palavra... ele fala do corpo no trabalho terapêutico e enfim...*

***Tá, deu pra eu entender bem como você tem usado e vivido as metáforas com seus clientes e eu queria saber se tem alguma pergunta que eu não fiz que você acha que seria interessante ser feita?***

*Não... eu que pergunto se eu me fiz claro e se ajudei...*

***Ajudou bastante, com certeza!***

*Eu te falei mais do que eu vivo do que necessariamente do que eu penso, então eu acho que é isso... são muitas coisas pra gente poder organizar, estudar e emoldurar enquanto experiência, mas eu tenho estado bastante atento à isso, porque eu acho que há um enraizamento cultural, um enraizamento simbólico, visceral, com as metáforas. Então eu acho que esse aspecto potencializa as conversações. E se potencializa as conversações, potencializa então a abertura dessas novas possibilidades, que são necessárias frente algumas situações ou contextos de vidas que são difíceis e que as pessoas enfrentam, querem e desejam transformar... é isso.*

***V – ok, foi muito rica a nossa conversa, obrigada!***

