

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca*
Queli Cristina Peccini Grelak**
Zuleica Pretto***

Resumo: Objetivamos, com o artigo proposto, apresentar os principais elementos que fundamentam a proposição metodológica do processo psicoterápico inspirado nos pressupostos filosóficos e psicológicos do filósofo francês Jean-Paul Sartre. A análise, que é descritiva e compreensiva, terá como pano de fundo a biografia de um personagem criado pelas autoras cujo *projeto de ser* está inviabilizado pelo seu saber de *ser/cogito* - o fracassado. A descrição do movimento existencial do personagem/analizando promove reflexões acerca de suas escolhas singulares e familiares e de seu projeto fenomenológico e existencial de ser. Pela *análise regressiva* e pela *síntese progressiva*, visamos, primeiramente, à investigação das dimensões antropológicas e sociológicas em que o analisando se encontra, para em um segundo momento, compreender a dimensão psicológica, sendo esta última, constituída a partir do desdobramento das duas primeiras. Por fim, nosso artigo nos leva a refletir sobre as condições universais constituintes do *cogito* do analisando e a forma como ele se edificou em sua singularidade/universalizada, complicando-se psicofisicamente corpo/consciência em situação.

Palavras-chave: alienação, biografia, *cogito*, má-fé.

THE PSYCHOTHERAPEUTIC PROCESS IN THE LIGHT OF JEAN-PAUL SARTRE'S THOUGHT

Abstract: The purpose of this article is to present the key elements that underlie the methodological proposition of the psychotherapeutic process inspired by the philosophical and psychological assumptions of French philosopher Jean-Paul Sartre. The analysis, which is descriptive and comprehensive, will have as background the biography of a character created by the authors whose project of being is made unfeasible by his knowledge of being/cogito - the unsuccessful one. The description of the existential movement of the character/analyzer promotes reflections about his singular and familiar choices and his phenomenological and existential project of being. Through regressive analysis and progressive synthesis, we aim, firstly, to investigate the anthropological and sociological dimensions in which the analysis is found, and, secondly, to understand the psychological dimension, the latter being constituted from the unfolding of the first two. Finally, our article leads us to reflect on

* Psicóloga Clínica. Doutora em Filosofia pelo Programa de Pós-Graduação de Filosofia da Universidade do Oeste do Paraná – UNIOESTE, de Toledo/PR com cotutela na Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC. Doutorado interinstitucional na UBI – Universidade Beira Interior – Covilhã/Portugal. Mestre em Psicologia Social e da Personalidade pela PUC/RS. Especialista em Psicologia Fenomenológico-Existencial pela UNIPAR, de Umuarama/PR. Especialista em Psicologia Existencialista Sartriana pela UNISUL, de Florianópolis/SC. Autora do livro *Psicanálise Existencial e o Método Progressivo-Regressivo: experiência psicopatológica em Jean-Paul Sartre*. Editora Appris, 2021. E-mail: boccamc@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9120-7223>.

** Psicóloga Clínica e docente do ensino superior. Especialista em Psicologia Sartriana pela Universidade do Sul do Brasil - UNISUL, Florianópolis – SC. Especialista em Psicologia Fenomenológico-Existencial pela Universidade Paranaense - UNIPAR de Umuarama PR. Especialista em Gestão Estratégica de Pessoas, pela Pontifícia Universidade Católica do Paraná – PUC de Toledo PR. E-mail: quelipeccini@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7062-8256>.

*** Psicóloga Clínica. Doutora e Mestre em Psicologia pela Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC. Professora de Psicologia em Cursos de Graduação, Pós-graduação *lato sensu* e de Espaços Formativos em Psicologia Existencialista Sartriana. Psicoterapeuta e supervisora clínica no Espaço Biografias – Atividades em Psicologia, Florianópolis/SC. Membro do Núcleo de Pesquisa Margens – Modo de Vida, Família e Ralações de Gênero (Psicologia/UFSC). Tem experiência na área de Psicologia, com ênfase em temas como: intervenção psicoterapêutica individual e com grupos, infâncias, famílias, gerações, estudos de gênero, territorialidades. Autora do livro *As infâncias em um bairro em processo de urbanização: o ponto de vista das crianças* (2021). E-mail: zuleicapretto@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6111-1041>.

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca
Queli Cristina Peccini Grelak
Zuleica Pretto

the universal conditions constituting the cogito of the analyzed and the way he built himself in his singularity/universalized, psychophysically complicated body/consciousness in situation.

Keywords: alienation, biography, cogito, bad faith.

36

INTRODUÇÃO

A trajetória existencial de uma pessoa ou de *Todxs*

São descrições concretas da história e da sociologia que é preciso que refaçamos e refaçamos em um conjunto para justamente ver, para rever, para reencontrar o sentido humano em todas as descrições que damos de estruturas ou de história.
Jean-Paul Sartre, 1986, p. 95.

Com este artigo, tem-se o objetivo de apresentar e analisar os dados da biografia da vida de *Todxs*¹, nome dado a um personagem² que criamos a partir de vivências de diferentes pessoas que foram atendidas em processo psicoterápico ao longo de nossas práxis.

Nosso analisando³ é, sob todos os enfoques, qualquer pessoa relatando seus impasses e complicações psicofísicas, propondo - à clínica - a compreensão dos acontecimentos

¹ Objetivamos com esse trabalho trazer, para além da questão central que é o processo psicoterapêutico de inspiração sartriana, a necessária temática sobre a linguagem neutra. Com a finalidade de trazer fluidez ao texto, facilitando tanto a escrita quanto a leitura, optamos por utilizar pronomes pessoais, pronomes possessivos, pronomes demonstrativos e artigos de forma mista, como: a (o/xs) para nos referirmos a todas as pessoas: mulheres, homens e não-binárias. De momento, parece ser o mais adequado para designar o nosso interesse na condição de psicoterapeutas em enfatizar a relevância do uso da linguagem neutra em nosso estudo. Por conta disso que nosso analisando (personagem) recebeu o nome de *Todxs*, embora sua identidade de gênero seja masculina. Nossa opção pelo nome *Todxs* se deu para enfatizar a relevância da linguagem inclusiva/neutra e, também, para fazer um trocadilho com o pronome indefinido, conforme a gramática normativa da Língua Portuguesa, trazendo ao discurso, maior atenção. O termo *Todxs* surgiu por meio de reivindicações feitas por indivíduos ditos “não-binárias”, que não se identificam com os gêneros masculino e feminino. Para maiores informações sobre a linguagem-neutra, inclusiva vide: *Todxs, tod@s, todos ou todes?: uma análise do posicionamento de profissionais da área de letras acerca da marcação de gênero no contexto da não-binariedade* – de Murilo Delgado Jorge, Bagé, 2021. https://repositorio.unipampa.edu.br/bitstream/rii/5788/1/TCC_Murilo_Delgado_Jorge.pdf

² O personagem criado e intitulado de *Todxs* foi inspirado em casos clínicos que atendemos ao longo de nossas experiências como psicoterapeutas. Tentaremos dar ênfase às semelhanças das queixas narradas, das escolhas e dos projetos existenciais de muitos de nossas/os/xs clientes/pacientes. Em alguns momentos, trazemos dados inspirados em casos verídicos, apenas tomando o cuidado de alterá-los e modificá-los, objetivando, com isso, o anonimato dos verdadeiros analisandos. Em outros momentos, criamos dados apenas como forma de dar continuidade ao movimento existencial do personagem *Todxs* para fins de uma análise sintética que é descritiva e compreensiva.

³ Sobre o termo “analisando”, Cannon, afirma: “[...] usei o termo “analisando” quando me refiro ao objeto das investigações psicanalíticas tradicionais [...] O próprio Sartre usa, mas também utiliza “sujeito” ou “analisando” (CANNON, 1991, p. xiii), seus “analisandos de papel”. Quanto ao uso dos termos “cliente” e “paciente” usaremos ambos sem fazer qualquer diferenciação entre eles. Utilizaremos tal qual Cannon (1991), de forma “mista”. Quanto ao termo “cliente”, vejamos o que a própria Betty Cannon tem a nos dizer: “Quanto ao modelo médico, minha solução é mista. Usei o termo rogeriano “cliente” quando me refiro a uma perspectiva

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca
Queli Cristina Peccini Grelak
Zuleica Pretto

“a um só tempo pelas duas pontas” (SARTRE, 1971/2013, p. 7), partindo do singular para o universal e retornando ao singular, a fim de desvelar seu projeto de ser (SARTRE, 2002; BOCCA, 2022).

Em concordância com Sartre, podemos dizer que *Todxs* se define antes de tudo como

[..] ser “em situação. Isso significa que constitui um todo sintético com sua situação biológica, econômica, política, cultural, etc. Não é possível distingui-lo desta situação, pois ela o forma e decide de suas possibilidades, mas, inversamente, é ele que lhe atribui o sentido, escolhendo-se **em** e **por** ela. Estar em situação [...] significa *escolher-se* em situação e os homens diferem entre si como diferem suas receptivas situações e também conforme a escolha que efetuam de sua própria pessoa. O que há de comum entre todos eles não é uma natureza, mas uma condição, isto é, um conjunto de limites e coerções: a necessidade de morrer, de trabalhar para viver, de existir num mundo já habitado por outros (SARTRE, 1960, p. 40-41, grifo nosso).

Assim, “em situação”, levantamos e analisamos as dimensões *antropológicas* e *sociológicas* visando, com isso, à compreensão a respeito da biografia de nosso analisando em seus processos de subjetivação, seus projetos (de ser) para o entendimento de seus impasses, sofrimentos e inviabilizações.

Compreender como um humano se constitui humano é um dos desafios impostos pela práxis do atendimento clínico psicoterápico na abordagem de inspiração sartriana. Para que essa compreensão se faça efetiva, faz-se necessário inventariar as escolhas e o projeto original do analisando. Para que isso se faz pertinente? Para poder compreender acerca das implicações que interferiram e interferem no modo de **ser** e se **fazer** no mundo.

Com a finalidade de conhecer e esclarecer o “*vécu*” (vivido) (BENE, 2013, p. 5) de uma pessoa, Sartre toma como base a fenomenologia de Husserl (2006), que objetiva resgatar a singularidade do sujeito, valorizando o que lhe aparece (o fenômeno) pela via do retorno “às coisas mesmas”, da experiência vivida em situação.

Uma vez informado o *contexto situacional* de criação de nosso personagem - o

existencialista e ao meu próprio trabalho como terapeuta [...]”. (CANNON, 1991, p. xiii).

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca
Queli Cristina Peccini Grelak
Zuleica Pretto

analisando em questão -, o esforço aqui será mostrar um pouco acerca de como se dá o processo psicoterapêutico na perspectiva de uma clínica psicológica de inspiração sartriana.

38

Da busca pela psicoterapia ao processo psicoterápico

Uma das formas das pessoas acessarem um processo de psicoterapia é pelo encaminhamento médico psiquiátrico. Não raro trazem consigo, para além do encaminhamento, um diagnóstico nosológico⁴, bem como o uso de medicamentos.

Muitas são as vezes em que o primeiro contato com a/o/x profissional de Psicologia (para o agendamento da sessão de psicoterapia) acaba sendo feito por outra pessoa que não a/o/x analisando (cliente/paciente). Invariavelmente, é algum familiar ou amigo que tem a iniciativa de procurar ajuda. Neste tipo de situação, quase sempre quem faz o primeiro contato é a pessoa que pagará pelo tratamento. Eis, aqui, algo revelador acerca do movimento existencial daquela que será atendida. Mas, o que está sendo revelado? Revela um “fazer” feito **pelo** outro. Em outros termos, que outra pessoa fez **por** e **para** ela (cliente/paciente). Mesmo tendo esta última condições cognitivas de realizar esse primeiro contato, ora optou por não fazer. Essa foi a conduta de nosso personagem *Todxs*. Quem agendou a primeira sessão com a psicoterapeuta⁵ foi um de seus familiares.

Em Sartre - *Ter, Fazer e Ser* - são “categorias da realidade humana. Classificam em si todas as condutas” de um sujeito. E, ainda, “o Para-si é o ser que se define pela ação”, logo, ser é agir (SARTRE, 1943/2005, p. 535). Em *Psicanálise Existencial*, o filósofo afirma que, não cabe a/o/x(s) profissional(is) “catalogar a lista das condutas, tendências e inclinações, mas outrossim, é preciso *decifrá-las*, ou seja, saber *interrogá-las*” (SARTRE, 1943/2005, p. 695), já que, embora

a maioria das pessoas possa, com efeito, negligenciar as indicações contidas em um gesto, uma palavra, uma expressão significativa, e equivocar-se a respeito da **revelação** que trazem, cada pessoa humana não deixa de possuir *a priori* o sentido do

⁴ Nosologia é o ramo da ciência médica que descreve, define e classifica as doenças. O adjetivo utilizado para tal definição é nosológico (MICHAELIS, 2019).

⁵ Optamos por utilizar, em alguns momentos do texto, os termos: psicoterapeuta e psicóloga no feminino, tendo em vista o fato de as autoras serem mulheres e de descrevermos situações clínicas diversas por nós vivenciadas nas nossas condições de psicoterapeutas.

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca
Queli Cristina Peccini Grelak
Zuleica Pretto

valor revelador dessas manifestações, nem de ser capaz de decifrá-las, na pior das hipóteses se bem auxiliada e **conduzida** (SARTRE, 1943/2005, p. 696) (grifos nossos).

Pois bem: é isso que veremos na sequência. Afinal, todo processo psicoterápico na perspectiva clínica de inspiração sartriana deve ser **conduzido** de modo que a/o/x (s) profissional(is) deverá, como “ponto de partida”, escutar a descrição fenomenológica dos “acontecimentos que levaram o paciente a buscar o trabalho de um/a psicólogo/a” (TORRES; DOS SANTOS; LANGARO, 2022, p. 48). Isso se dá pelas vias da “experiência” vivida pela pessoa em atendimento e pela compreensão fundamental que o profissional tem a respeito dela. Nas palavras de Sartre (1943/2005, p. 696), “[...] o trabalho essencial é uma hermenêutica, ou seja, uma decifração, uma determinação e uma conceituação”.

Passemos agora aos pressupostos teóricos-metodológicos que compõem o processo psicoterápico pela compreensão das *dimensões antropológica, sociológica e psicológica*.

Do início do processo psicoterápico às dimensões antropológica, sociológica e psicológica

Cabe a/o/x(s) profissional(is) da psicologia, logo no início do processo psicoterápico, investigar os elementos que compõem as *dimensões antropológica e sociológica* do sujeito que procura por ajuda. Como se dá esta investigação? Pela compreensão da descrição fenomenológica acerca da *relação* que o sujeito estabelece com sua *época*, desde seu nascimento (ou mesmo antes) até o momento atual em que se apresenta no processo psicoterápico. As condições materiais e financeiras em que vive e viveu, o posicionamento político, as crenças, a religião, os saberes vigentes, seus *arredores*, enfim, o *cotidiano*, sua história (SCHNEIDER, 2011; BOCCA, 2021; TORRES; DOS SANTOS; LANGARO, 2022). E, tudo mais, que faz parte deste arranjo existencial que traz “em-si” um significado pronto, que estabelece sentido sobre as coisas e os acontecimentos.

É necessário, ainda, que o profissional investigue as relações que são importantes e significativas na vida daquela pessoa, especialmente as relações familiares, pois, segundo Sartre (1960/2002), o grupo familiar é fundamental para o tecimento sociológico do sujeito.

Assim, as relações chamadas *sociológicas* implicam em “tecimentos afetivos”, são relações de mediações do ser. Estas comprometem o ser em seu *saber de ser* – seu “*cogito*” (SARTRE, 1986, p. 87). São relações significativas na vida do sujeito, que exercem influências

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca
Queli Cristina Peccini Grelak
Zuleica Pretto

no modo que este se reconhece e se sabe sendo (mesmo sem estar em consciência reflexiva posicional de si), exerce influência no projeto de ser da pessoa, seu modo de ser no mundo, com os outros e consigo, bem como em suas escolhas e nas relações no presente e no futuro.

Vejamos, de forma breve, um recorte da *estrutura sociomaterial* em que o personagem *Todxs* estava inserido desde sua infância até o momento em que procurou por psicoterapia e, como isso acarretou sua constituição singular/universal (SARTRE, 1960/2002).

Todxs, nosso personagem, nasceu e cresceu em uma cidade do interior do Sul do Brasil, filho único, primeiro neto da família materna. Naquela mesma cidade, residia toda a família materna, gerando, com isso, uma convivência próxima e constante entre eles.

Havia na família o hábito, por parte dos homens, do uso abusivo de bebida alcoólica, trazendo, desse modo, consequências desastrosas como: perda do emprego, dificuldade relacionais, fragilidades econômicas, enfim, impasses diversos. Esses acontecimentos marcaram significativamente a biografia daquela família, que passou a se organizar em relação a isso e a se entender como tendo um “problema familiar” a ser resolvido: o álcool.

Foi ainda na infância de *Todxs* que seus pais se separaram. O pai mudou-se para outra cidade e constituiu outra família. Sendo assim, pai e filho passam a ter contatos eventuais, havendo não apenas um distanciamento da convivência, mas também, dos laços afetivos. Logo, *Todxs* cresceu muito vinculado com sua mãe e com a família dela. Isso contribuiu para que ele fosse, de algum modo, visto pelos familiares como o: “filho de pais separados”, logo, “o coitado” - assim, “precisava de muito amor e proteção”.

Já adulto, *Todxs* passa a ter uma relação mais próxima com seu pai e a família paterna. Um dado a ser destacado é que escolhe a mesma profissão do pai para seguir carreira. Na família paterna, vários homens são bem-sucedidos como médicos.

A escolha profissional também sofreu influência e pode-se dizer até que foi “autorizada” pela família materna, uma vez que há, na família de sua mãe, algumas médicas. As mulheres que constituem a família materna revelam-se como “fortes” e apresentam-se como tais, são respeitadas, ditam normas, o que de certa forma corrobora para a crença de que os

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca
Queli Cristina Peccini Grelak
Zuleica Pretto

homens da família sejam vistos como frágeis e fracassados, afinal, “são alcoolistas⁶”.

Assim, *Todxs* está envolto, circunscrito em uma tradição profissional escolhida **para e por** ele – vale aqui a máxima sartriana – retratada, em *Saint Genet*: “o importante não é o que fazem de nós, mas, sim, aquilo que nós mesmos fazemos do que fizeram de nós” (SARTRE, 1952, p. 55), em outras palavras – essa tradição familiar acerca da profissão passa a ser também um projeto de *Todxs*. Afinal, por meio da medicina, poderia ser um “homem, um médico de sucesso”! Com isso, seria diferente dos outros homens da família materna – “os ditos fracassados”.

Embora haja o temor de “ser-fracassado” como os outros homens da família, *Todxs* tem profundo afeto e envolvimento com seus tios e tias. Em seus relatos, é como se morassem todos em uma única casa, assim, vive a experiência do “nós” como projeto, como um pacto de fidelidade a eles, prioritariamente se objetificando nesta dinâmica relacional, talvez como forma de “pagar a dívida” por ter sido tão bem cuidado, protegido, já que, quando criança, era visto pela própria família como o “coitado, filho de pais separados”.

A atmosfera de preocupação familiar era constante. Havia uma moral religiosa que endossava a possibilidade de que *Todxs* poderia “pegar o caminho errado, o caminho do mal”.

Todxs cresceu ouvindo frases como: “não pode beber cerveja”, “não pode fumar”, “não pode usar nenhum tipo de substância química”, sendo direcionado a “andar pelo caminho certo”. Tais recomendações eram feitas mesmo sendo *Todxs* maior de idade. Uma espécie de lembrete: “estamos aqui para te proteger dos perigos do mundo”! Isso era para ele uma confirmação de seu *saber de ser* o: menino/homem frágil, tal qual os demais homens da família.

Além do alcoolismo, outros diagnósticos psiquiátricos faziam parte do estigma da família materna, de ser “a problemática”.

Com a presença dos diagnósticos, havia a crença absolutizada que acabava por confirmar que aquele grupo familiar tinha uma “herança genética”, logo, hereditária, eram doentes/problemáticos. Assim, a vivência do alcoolismo por parte de alguns membros da família passa a unificá-los (pelo medo), transformando-se em uma espécie de responsabilidade

⁶ Para maior esclarecimento sobre os fundamentos existencialistas e compreensão do uso de drogas, sugerimos a leitura do capítulo: *Um olhar existencialista sobre o uso problemático de drogas* das autoras – Daniela R. Schneider; Milene Strelow e Virgínia L. dos Santos Levy, na obra *J-P Sartre e os Desafios à Psicologia Contemporânea*, 2017. Vide em: <https://www.viaverita.com.br/product-page/j-p-sartre-e-os-desafios-a-psicologia-contemporanea>.

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca
Queli Cristina Peccini Grelak
Zuleica Pretto

42

coletiva familiar, ou seja, cuidar para que *Todxs*, o único neto/homem, não virasse um alcoolista.

O que era um “problema” passa a ser também um sentido de vida, que unifica o grupo e visa protegê-lo do “mundo” (ilusoriamente), portanto, era preciso que os homens (potencialmente autodestrutivos) fossem contidos, controlados e vigiados constantemente, pois eram frágeis.

O contexto antropológico da infância e da juventude de *Todxs* foi marcado pela insegurança, pelo medo de errar, de fracassar, de ter um futuro ameaçado tal qual dos homens da família materna.

Diante da breve contextualização antropológica e sociológica da biografia de *Todxs* é que “encontramos o geral [...], é na infância e por meio da família [...] como primeiro grupo social que a criança descobre a existência do social e da história” (BOCCA, 2022, p. 241). É, pois, no processo dialético, que um sujeito ao produzir sua história objetiva-se e perde-se nela, sendo produto e produtor (SARTRE, 1960/2002). A realidade humana é como um tecimento, em que cada um é meio para o outro realizar seu ser, não é uma relação natural, e sim, é construção *em* relação. O humano se socializa nestas condições, é isso que o diferencia dos animais, pois tem a possibilidade de se fazer em curso (SCHNEIDER, 2006).

Uma vez localizadas as *condições sociomateriais* do passado familiar, poderemos compreender como *Todxs* as elaborou. Como e de que forma isso o impactou em sua constituição - *dimensão psicológica* – que é construída, pelo vivido em situação (SARTRE, 1960).

Veremos isso por meio do processo psicoterapêutico.

Do processo psicoterápico

Quando *Todxs* iniciou o processo psicoterápico estava com 20 anos.

Estava prestando vestibular para o curso de medicina, logo, era sustentado pela família materna. Assim, as sessões eram periódicas e contavam com períodos de pausa (especialmente pela escassez financeira), retomando quando sentia necessidade, com encontros intensificados em períodos que *Todxs* entendia por “crises⁷”.

⁷ O Transtorno de Pânico se caracteriza por intensos ataques de medo ou de desconforto, originando diferentes

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca
Queli Cristina Peccini Grelak
Zuleica Pretto

Nas primeiras sessões, *Todxs* tentava descrever, por meio de seus sintomas, aquilo que chamava de “crise”. Mostrava-se tenso, ansioso, relatou manifestações *psicofísicas* como mãos suadas, forte angústia no peito, náusea, vertigem e medo de enlouquecer e de morrer. Em concordância com Sartre (1943/2005), nosso *corpo* é sempre *psicofísico*, em outros termos, o corpo/consciência é o *psíquico* em situação (na casa, na rua, na família, no mundo). Ou ainda: o “nosso eu psicofísico é contemporâneo do mundo, faz parte do mundo e cai com o mundo sob o impacto da redução fenomenológica, o outro aparece como necessário à própria constituição desse eu” (SARTRE, 1943/2005, p. 303).

Desta forma, nosso analisando se revela concretamente em sofrimento *psicofísico* ao descrever o palpitar de seu coração, o aperto no peito, as mãos suadas alarmando que a qualquer momento terá uma “crise”. *Todxs*, ao descrever os sintomas físicos, ainda comenta acerca de seu maior temor: “*não conseguir ser alguém na vida profissional*”. Esta frase demonstra a força do medo em relação ao futuro, de não ser bom o suficiente, de não ser um médico de sucesso.

Estava em vias de prestar o vestibular para medicina, seria “testado/avaliado” e em seu imaginário, seria “reprovado”, receberia o “laudo de incapaz, incompetente”.

Experimentava medo do fracasso (herança que deveria combater) e, diante destas situações, colocava-se em consciência imaginária (aterrorizante), vivenciava imediatamente pelo imaginário o que temia: a reprovação caso fizesse o vestibular. Logo, o destino iria se cumprir – ele (*Todxs*) seria **o fracassado**. Diante disso, a saída: não fazer a prova do tão desejado vestibular, pois acreditava que: “não adiantaria fazer nada para ser diferente (um novo projeto) a não ser aceitar-se vencido pelo destino – o de ser derrotado.

A existência de *Todxs* era idealizada para o sucesso e superação daqueles familiares (homens) ditos fracassados, no campo antropológico e sociológico. *Todxs* nutria medo de estar destinado ao fracasso, como herança familiar.

Experimentava-se em uma tensão (tal qual um elástico sendo puxado pelas extremidades com forças iguais, até o momento em que as fibras se rompem, fazendo com que o elástico perca totalmente sua função – sua elasticidade/maleabilidade, por fim, rompendo)

sintomas, como: palpitações, sudorese excessiva, falta de ar, náusea, medo de enlouquecer, de morrer, entre outros (DSM-5, 2014, p. 211).

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca
Queli Cristina Peccini Grelak
Zuleica Pretto

44

entre a certeza-de-ser destinado ao fracasso (o Em-si como verdade absolutizada) e o *poder-ser* enquanto condição humana de superação (um *dever*, o Para-si aberto para um campo de possibilidades) (SARTRE, 1943/2005).

Todxs revela-se desejando ser-em-si, como um ser acabado, determinado, negando, com isso, sua condição de liberdade (BOCCA, 2021). Como *Todxs* resolveu desatar esse “nó” (tensão, impasse)? Ora, pela atitude de negação, nas palavras de Sartre, pela “má-fé”. Em Sartre, a atitude de má-fé se caracteriza pelo ato de mentir a si mesmo, mascarando uma

[...] verdade desagradável ou apresentar como verdade um erro agradável. A má-fé tem na aparência, portanto, a estrutura da mentira. Só que – e isso muda tudo – na má-fé eu mesmo escondo a verdade de mim mesmo. Assim, não existe neste caso a dualidade do enganador e do enganado [...] aquele a quem se mente e aquele que mente são uma só e mesma pessoa, e isso significa que eu, enquanto enganador, devo saber a verdade que é-me disfarçada enquanto enganado (SARTRE, 1943/2005, p. 94-95).

Todxs se apropriava da crença absolutizada de ser mais um dos “doentes” da família (uma herança genética). Acreditava que seu diagnóstico de “transtorno de pânico e ansiedade” era oriundo dessa herança familiar. Pautado em um *saber de ser* “o fraco”, era também “culpado”, afinal, não conseguiu romper com a hereditariedade (eis aqui mais um de seus paradoxos, afinal, a crença era absolutizadora, algo hereditário, portanto, não passível de culpa). Entre muitas de suas crenças, havia a moral religiosa muito atuante, frequentemente aparecia o temor ao divino. Não podia errar, senão seria penalizado por Deus.

Todxs fez-se um ser para os outros, “misturado”, desconsiderando sua possibilidade de singularidade, encerrando-se nos saberes alheios, fazia-se projeto **do** e **para** o outro, na imanência da alienação⁸ (escolher-se a partir da escolha do outro). Fazia-se o que fizeram dele para manter-se neste projeto coletivo familiar, parecia querer permanecer aceito naquele espaço e a proteger-se, no entanto, paradoxalmente, desprotegia-se.

⁸ Para Fernando Gastal de Castro (2017, p. 152), “na alienação, o sujeito totaliza-se como outro e despossui-se a si mesmo em função de uma práxis serial dominada pela impotência e pela passividade. Ao mesmo tempo, porém, é preciso a todo momento, a fim de não trair a ontologia sartriana, ver como o sujeito se recupera dentro de cada situação alienante por meio de um projeto de má-fé, reproduzindo a práxis serial e alienante. O autor sustenta que as noções de má-fé e alienação “não devem ser pensadas separadamente” (2017, p. 153). Vide - obra J-P Sartre e os Desafios à Psicologia Contemporânea, 2017. Em: <https://www.viaverita.com.br/product-page/j-p-sartre-e-os-desafios-à-psicologia-contemporânea>

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca
Queli Cristina Peccini Grelak
Zuleica Pretto

45

Em suma, nosso analisando revela-se constituído pelo “par má-fé-alienação”, nas palavras de Castro: “a má-fé nos aparece como uma saída dentro de uma situação alienante e, ao mesmo tempo, a alienação é indutora de atos de má-fé que, por sua vez, terminam por reproduzir a estrutura alienante (CASTRO, 2017, p. 111).

Freitas (2018) traz uma definição, baseada no pensamento de Sartre, sobre a dinâmica grupal, com a qual podemos fazer uma analogia ao modo de relacionamento da família materna de nosso personagem, constituindo um projeto coletivo comum que os unificam em experiência de enfrentamento do sofrimento coletivo ao lidar com os homens ditos alcoolistas:

O mundo do prático-inerte faz um convite aos homens para que vivam juntos com os outros, mas em estado de solidão e inumanidade. A unidade negativa pela matéria tem como resultado totalizar falsamente, isto é, de forma inerte, os homens, do mesmo que da cera são unidas [...] ajuntados e alienados por projetos de terceiros, resignados ao determinismo, a história pode aparecer-lhe como um destino [...] sujeitam-se a agir por projetos alheios inscritos no campo prático-inerte e de olhares de terceiros que apreendem seu ser objetificado (FREITAS, 2018, p. 194).

Compreendemos que alguns elementos corroboram para a verdade absolutizada no coletivo familiar, dimensão antropológica apropriada por nosso personagem sobre um “destino” comum aos homens da família, **o fracasso**. Vejamos:

- A crença em uma *tendência genética e hereditária* para a “doença” psíquica, em especial a dependência química (pela experiência do alcoolismo) assim como por diagnósticos e medicalizações psiquiátrica da maioria dos integrantes da família materna;
- O medo da família pela *repetição e perpetuação da história* do alcoolismo;
- A *influência religiosa* sobre o adoecimento psíquico poder ter como fundamento um castigo divino merecido.

Todxs produzia-se transtornado, com manifestações *psicofísicas*, e seu *saber de ser*, seu *cogito*, afirmava-se toda vez que as experimentava, então se objetificava como doente e portador de potencial para a determinação. O impasse psicológico de *Todxs* parece estar vinculado com a tensão experimentada pela certeza de ser em contraponto com o desejo de não ser determinado.

Em Sartre, o *cogito* caracteriza-se pela maneira como uma pessoa compreende a si mesma.

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca
Queli Cristina Peccini Grelak
Zuleica Pretto

Vejamos:

Se considerarmos o mundo sob a forma da compreensão, há objetividade total, somos todos perfeitamente objetivos; simplesmente, é preciso substituir as noções, o par subjetivo-objetivo pelo par interiorização-exteriorização [...] o momento da compreensão é o momento da interiorização. Compreendemos o que interiorizamos. Isto faz com que, metodologicamente, compreender situe-se no nível em que a interiorização do movimento repousa sobre si mesma para tomar consciência de si ou, se quiserem, no nível do *cogito* [...] o *cogito* é unicamente [...] o momento da compreensão, porque a compreensão é ao mesmo tempo consciência de si mesma como compreensão (SARTRE, 1986, p. 87).

O sofrimento psicofísico, manifesto por *Todxs*, revela a compreensão acerca de si, seu *saber de ser* pela contradição, entre a certeza de ser o **fracassado** (pelos seus atos/projeto) com o desejo singular de romper com esse *cogito* (certeza).

Seu sofrimento fez com que cogitasse “desistir da vida” (pela via do suicídio). Se por um lado, acreditava que estava condenado, sentenciado a ser o doente (o depressivo, aquele que sofre de crises de pânico), por outro, a angústia existencial o mobilizou a crer em novas possibilidades, fazendo outras escolhas. Buscando outras verdades, para além das compartilhadas em família. Foi quando aceitou a ajuda pela via da psicoterapia.

Apesar de vivenciar sua futura profissão (ser médico) por vezes como um peso, pelo *dever ser* (competente) idealizado pela família materna e por ele, colocava nesta relação uma esperança de realizar o desejo de ser respeitado e admirado. *Todxs* encontrou nesta relação um sentido fundamental para sua existência, mesmo que idealizado.

Comumente, encontramos em nossas práxis movimento de contradição por parte de muitos que estão em processo psicoterapêutico, em que se questionam acerca de um possível autoengano, ao optarem, pela via da psicoterapia, em busca de “melhora”, porém, pautados no paradoxo de que se o seu “destino” é o fracasso, logo, a atitude deveria ser de aceitação e resignação e não de busca por melhora. E ainda, muitos buscam na figura da o/x(s) psicoterapeuta(s) tal confirmação. Com isso, enfatizam o movimento e o projeto de ser-para-o-outro, ou seja, colocam-se diante da profissional dando a ela o poder de saber o que seria melhor para si, e assim manter suas escolhas na passividade alienada, transferindo a tutela de si mesmo para outro sujeito.

Cabe, então, aos/xs profissionais mostrarem para a/o/x(s) cliente/paciente(s) sua condição de abertura para o futuro, com possibilidades de escolhas (situacionais) e

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca
Queli Cristina Peccini Grelak
Zuleica Pretto

ontologicamente livre. Uma singularidade sem destino prévio e com necessidade de empreender a si mesmo como responsabilidade intransferível.

Entender as expectativas, individuais/singulares, bem como universais/familiares é crucial para o levantamento da experiência antropológica e sociológica em um processo psicoterápico de inspiração sartriana. Só assim, poderemos contribuir para que nossas o/a/x(s) clientes/pacientes percebam o sentido dos elementos nas suas escolhas e experiências, a fim de favorecer a sua apropriação do que era seu projeto (Para-si) e seu desejo do que era projeto para a família, (para-o-outro) e o que era projeto em comum.

Neste atravessamento de projetos, poderá aparecer um sujeito alienado de si mesmo, de suas reais possibilidades, experimentando-se aprisionado, destinado, mas diante disso se “ocupando” em seu desejo de *não-ser* este, mas na *certeza-de-ser*, logo, “sem saídas, sem futuro”, em adoecimento, em “crise”.

O movimento realizado no trabalho clínico, em boa parte do processo, é o de viabilizar o posicionamento dos sujeitos para o nível de *consciência reflexiva*, principalmente em relação ao projeto fundamental e às escolhas, foi isso que tentamos mostrar a partir de nossa personagem *Todxs*.

Com o processo psicoterapêutico, é possível posicionar - pela consciência reflexiva - um eu mais reflexivo acerca de quem a pessoa está sendo, suas escolhas, seu engajamento, experimentar outras possibilidades de existir. Considerando como possibilidade de *vir-a-ser*, numa “totalização-em-curso” (SARTRE, 1960/2002), constante, como abertura para o futuro ao invés de fechamento.

A psicoterapia é uma das vias possíveis para que se passe a se fazer existente, arriscar novas atitudes e, assim, surpreender-se com o resultado, ela torna-se mais segura e confiante, inclusive alterando seu *papel*, “*perfil*” (*dimensão social*) (BOCCA, 2022, p. 247) nos grupos que pertence (como a família e outros). Daquela pessoa que sempre foi amparada, para ser também aquela que ampara. Modificando com isso seu projeto de ser, seu movimento existencial, pondo “em cheque” a verdade comungada e absolutizada até então.

Não raro, esse processo de mudança (pela via da psicoterapia) também contribui para gerar outras “crises” na/no/nx(s) cliente/paciente, pois ao romper com a verdade, com a crença absolutizada, teme trair a confiança dos grupos aos quais pertence, a exemplo de nossa personagem, com sua família. Teme que para mudar será necessário romper com o projeto

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca
Queli Cristina Peccini Grelak
Zuleica Pretto

familiar, teme a ruptura afetiva, teme não ser aceito se perceberem sua mudança, teme ficar sem lugar, teme a mudança de seu papel/*perfil*, bem como o de seus familiares. Este tipo de situação aparece nos processos psicoterápicos, exigindo da/do/x(s) profissional atenção para poder auxiliar o sujeito a ter consciência crítica por meio da reflexão acerca da inviabilização de seu projeto de ser e a necessidade de alterá-lo.

Trata-se de mostrar ao indivíduo que está em processo psicoterápico que, por meio de suas escolhas, vem possibilitando exatamente aquela que teme ser, no caso do nosso personagem em questão, o fracassado. Assim, a psicoterapia de inspiração sartriana pode proporcionar às/aos/xs clientes/pacientes a reconstrução de um novo sentido de ser – de ser aquele que é posicional, ativo e responsável, premissas básicas para um futuro aberto de possíveis.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com este artigo, contextualizamos as condições nas quais o processo psicoterápico de inspiração sartriana se fundamenta. Desse modo, visamos criar um personagem que pudesse servir de aporte analítico para que retratássemos o movimento existencial de uma pessoa em processo psicoterapêutico. Logo, apontamos para as principais contribuições sartrianas para pautar o processo.

Primeiramente, pela ótica fenomenológica; esta possibilita a/o/x(s) profissional(is) da Psicologia a descrição e a compreensão a respeito da vivência existencial do analisando quando lançado ao mundo em suas dimensões constituintes, sendo elas: antropológica e sociológica. Suas experimentações e apropriações, ao longo de seu processo dialético com outros e com as coisas, levando sempre em consideração sua época, sua histórica.

A psicoterapia de inspiração sartriana possibilita a compreensão acerca do *cogito/saber de ser* de uma pessoa, convidando-a a se lançar no mundo em situação, como um agente ativo (inclusive em seu tratamento psicoterapêutico), que se experimenta um ser com limitações, mas também com incontáveis e ilimitadas possibilidades de ser. Desmistifica a crença absolutizante e totalizada de que há um ser ou um saber *a priori*.

O processo de psicoterapia de base sartriana aponta para o esclarecimento de que somente em *situação* e em *relação* (considerando a biografia e o projeto de ser (desejo)) que a pessoa/analisando será (enquanto projeto de ser), um vir-a-ser. Assim, em situação (por meio

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca
Queli Cristina Peccini Grelak
Zuleica Pretto

de suas escolhas, pautadas pelo exercício de liberdade) é que *Todxs*, ou qualquer sujeito, poderá produzir-se, (re)inventar-se, bem como, a seu *cogito*.

Ora, quando em Sartre (1986, p. 97) a noção de interiorização nos remete ao *cogito* e esse por sua vez ao movimento existencial de exteriorização do interior (pela possibilidade do humano ser dialético), esse é o momento da partida em psicoterapia “se não se parte da ideia de liberdade, do *cogito*, de sua certeza, de seu absoluto, teremos perdido o homem” /a pessoa, o analisando.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5. ed. Trad. Maria Inês Corrêa Nascimento. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BENE, A. *Le vécu chez Sartre*. In : *Annales de L'université de Craiova. Série de Philosophie*, n.32 (2/2013). Roumanie. Disponível em : https://www.academia.edu/5540923/Le_vécu_chez_Sartre. Acesso em: 17 de novembro de 2022.

BOCCA, M. C. **Psicanálise existencial e o método progressivo-regressivo: experiência psicopatológica em Jean-Paul Sartre**. Curitiba: Appris, 2021.

_____. **Aplicabilidade da psicanálise existencial e do método progressivo-regressivo em psicoterapia**. In: ANGERAMI, V. A. (Org.) **A Psicoterapia sob Sartre**. São Paulo: Artesã, 2022, 233-250.

CANNON, B. *Sartre and psychoanalysis: an existentialist challenge to clinical metatheory*. Kansas, EUA: University Press of Kansas, 1991.

CASTRO, F. G. **O sofrimento psíquico compreendido na tensão dialética entre má-fé e alienação**. In: CASTRO, F. G.; SCHNEIDER, D.R.; BORIS, G. D. J. B. (Orgs). **J-P Sartre e os desafios à psicologia contemporânea**. Rio de Janeiro: Via Verita, 2017, 111-156.

FREITAS, S. M. P. **Sartre, psicologia de grupo e mediação grupal**. Maringá, PR: Universidade Estadual de Maringá, tese (Doutorado em Psicologia), 2018, 269.

HUSSERL, E. **Ideias para uma fenomenologia pura e para uma filosofia fenomenológica: introdução geral à fenomenologia pura**. Trad. Márcio Suzuki. Aparecida do Norte, SP: Ideias & Letras, 2006.

JORGE, M. D. **Todxs, tod@s, todos ou todes?: uma análise do posicionamento de profissionais da área de letras acerca da marcação de gênero no contexto da não-binariedade**.

O PROCESSO PSICOTERÁPICO À LUZ DO PENSAMENTO DE JEAN-PAUL SARTRE

Marivania Cristina Bocca
Queli Cristina Peccini Grelak
Zuleica Pretto

Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal do Pampa, Bagé, Curso de Letras: Português e Literaturas, 2021. Disponível em: https://repositorio.unipampa.edu.br/bitstream/riu/5788/1/TCC_Murilo_Delgado_Jorge.pdf

MICHAELIS. **Moderno Dicionário da Língua Portuguesa**. Disponível em: <http://michaelis.uol.com.br/moderno/portugues/index.php>. Acesso em: 31 mar. 2019.

SARTRE, J-P. **Saint Genet: comédien et martyr**. Paris: Gallimard, 1952.

_____. **Critique de la raison dialectique: précédé de questions méthode**. Paris: Gallimard, 1960.

_____. **Crítica da razão dialética: precedido por questões de método**. Trad. Guilherme João de Freitas Teixeira. Rio de Janeiro: DP&A, 2002.

_____. **Reflexões sobre o racismo**. Trad. J. Guinsurg. São Paulo: Difusão Européia do Livro, 1960.

_____. **Sartre no Brasil: a conferência de Araraquara; filosofia marxista e ideologia existencialista (1960)**. Trad. Luiz Roberto Salinas Fortes. Rio de Janeiro: Paz e Terra; São Paulo: UNESP, 1986.

_____. **L'Être et le néant: essai d'ontologie phénoménologique**. Paris: Gallimard, 1943.

_____. **O Ser e o nada: ensaio de ontologia fenomenológica**. Trad. Paulo Perdigão. 13. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2005.

_____. **L'idiot de la famille**. Gustave Flaubert de 1821 a 1857. Paris: Gallimard, 1971.

_____. **O idiota da família**. Volume 1. Trad. Júlia da Rosa Simões. Porto Alegre: L&PM, 2013.

SCHNEIDER, D. R. **Liberdade e dinâmica psicológica em Sartre**. *Natureza humana* 8 (2), p. 283-314, jul-dez/2006. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/nh/v8n2/v8n2a02.pdf>. Acesso em: 11 de agosto de 2019.

_____. **Sartre e a psicologia clínica**. Florianópolis: Editora da UFSC, 2011.

SCHNEIDER, D.R.; STRELOW, M.; LEVY, V.L.S. **Um olhar existencialista sobre o uso problemático de drogas**. In: CASTRO, F. G.; SCHNEIDER, D.R.; BORIS, G. D. J. B. (Orgs). **J-P Sartre e os desafios à psicologia contemporânea**. Rio de Janeiro: Via Verita, 2017, 209-236.

TORRES, E. R. T.; SANTOS, A. H. D.; LANGARO, F. **Uma proposta de método clínico baseado em Jean-Paul Sartre**. In: PRETTO, Z.; SCHNEIDER, D.R.; STRELOW, M.; GRIGOLO, T. M. (Orgs). **Psicoterapia existencialista: princípios metodológicos**. Curitiba: Juruá, 2022, 47-63.