

Do Super-Homem à Co-Aprendizagem

Graça Galamba

Viagem no Tempo

Começar a pensar no que teria/gostaria de dizer aqui hoje, levou-me a uma viagem no tempo.

Primeiro – **supervisão**, a palavra.

Já tenho expressado várias vezes e em diversas circunstâncias, o meu “desconforto” em relação a palavras que usamos em psicanálise: “caso” e “objecto” são exemplos disso. Referimo-nos à pessoa do outro correndo o risco de a coisificar. Mas ainda não encontrei substitutos melhores. Talvez vocês possam encontrar.

Supervisão é outra dessas palavras. Remete-me para o mundo da infância, dos heróis com superpoderes, do Super-Homem com uma visão que vê tudo, que vê de cima, uma visão superior! Como não penso que a supervisão seja assim, procurei outra palavra. Talvez “co-visão” fosse melhor, mas também levanta dificuldades, de que falarei mais à frente.

Depois, lembrei-me de quando comecei a actividade clínica e da minha primeira supervisão, com o Dr. Manuel Saldanha de Azevedo, psiquiatra, grupanalista, nos primórdios da Grupanálise em Portugal. Lembrei-me de como ficava fascinada, e a sentir-me pequenina e ignorante, com a capacidade que ele tinha de ouvir o que era dito com as palavras, mas escutar e compreender o que estava para além delas, o latente para além do manifesto, o que não estava consciente, mentalizado, mas era comunicado pelo paciente. Foram uns anos de grande aprendizagem, com um homem sábio e benevolente até à sua morte, que muito me entristeceu.

A seguir, a minha viagem levou-me ao Dr. João Azevedo e Silva, o meu segundo supervisor. Levei-lhe o “caso” de uma paciente e, a determinada altura, disse-me que ela era uma pessoa para a vida, que eu a iria acompanhar por muito tempo.

Lembro-me de ter pensado: “Pode lá ser? Vou ser capaz de fazer melhor”. A minha omnipotência narcísica da altura! Ainda não tinha aprendido a humildade.

Foram mais outros anos, bastantes, a ganhar maturidade.

Depois, uma quarta memória: a primeira vez que ouvi, citada por Amaral Dias, a frase de Bion - “Sem compreensão, sem memória e sem desejo”. Pareceu-me completamente absurda: então, para que andamos a estudar tanto? Então, como vamos compreender o outro?

Ainda não tinha compreendido esta coisa, que ainda ando a aprender, de como estar com a outra pessoa com tudo o que sou – teoria, experiência clínica, experiência de vida, forma de ser e de estar na vida – e, ao mesmo tempo, despida de tudo isso e aberta ao outro, ao serviço do outro. Suficientemente despida de mim, para dar espaço para o Outro entrar e para poder chegar ao Outro.

Supervisão

Voltando à supervisão:

- Vejo-a como um dos pilares da formação, juntamente com a análise pessoal e com a aprendizagem da teoria. Interligadas no caminho de alcançar a maturidade psicanalítica.
- Vejo-a como uma forma de aumentar a compreensão dos conteúdos e dos processos que se passam numa psicoterapia:

- debruçando-se sobre: o paciente, o terapeuta e a relação terapêutica.

- Incidindo sobre:

- a) a aplicação da teoria à prática clínica,
- b) a capacidade de escuta empática do terapeuta,
- c) a detecção de eventuais dificuldades pessoais do terapeuta que interfiram no processo (e que deverão ser remetidas para a sua análise pessoal).

Sempre, tendo como objectivo conseguir o melhor para o paciente.

Como se Faz?

A forma como se faz supervisão depende em grande parte do modelo que se experienciou, mas também do modelo psicanalítico que se segue. O modelo clássico e o relacional têm algumas perspectivas diferentes, por exemplo quanto a: neutralidade, *self exposure*, interpretações, o tipo de assimetria, *etc.*

Aqui, voltamos ao super-homem *versus* a co-aprendizagem. Sim, vejo a supervisão como uma co-visão. A dificuldade é: como vamos chamar a um e a outro do *duo*? Para supervisão temos supervisor e supervisando. Nesta relação de cooperação, não sei. (Agradeço sugestões).

Em psicanálise estamos muitas vezes confrontados com a utilização da mesma palavra para conceitos diferentes, outras vezes com palavras diferentes para o mesmo conceito, o que aumenta a dificuldade de encontrar o termo certo.

Sei que vejo esta relação, tal como a relação terapêutica, como um processo de procura a dois. Com uma assimetria que para mim reside em dois pontos principais:

- Um tem mais experiência do que o outro (mas talvez o outro tenha um olhar mais novo e uma compreensão maior do contexto social actual).
- Um está lá, vive a situação; o outro está de fora, só tem acesso indirecto, por relato. Nomeadamente, não tem acesso à comunicação não verbal – ao tom de voz, ao silêncio, à postura, ao olhar, *etc.* – quer do paciente, quer do terapeuta.

Dois aprendizes: um aprendiz mais antigo e um aprendiz mais recente.

É uma relação que se debruça sobre outra relação. Talvez pudéssemos chamar “sobrevisão”, não de um sobre o outro, mas de uma relação sobre a outra. Mais uma vez: os dois centrados sobre o melhor para o paciente. Também considero que, tal como a relação terapêutica, a relação de co-visão deve proporcionar um espaço de:

- Segurança
- Confiança
- Respeito mútuo
- Escuta empática
- Encorajamento

que permitam uma procura e uma descoberta em conjunto.

Penso que, no nosso modelo, não há lugar para uma assimetria em que um lado possa ser autoritário, detentor da verdade, de juízo de valor, por vezes até sádico, tentando impor-se e fazer o outro à sua semelhança.

Pelo contrário, há um espaço em que ambos vão aumentando a sua maturidade analítica, onde o mais experiente também está aberto a descobrir e a mudar, onde vai disponibilizando a sua visão, sem promover a dependência ou a submissão do outro, apoiando e encorajando a sua autonomização como terapeuta e recebendo a sua visão.

Reflexões, à laia de conclusões não conclusivas

- Entre a relação terapêutica e a relação de co-visão/sobrevisão há um paralelismo, com semelhanças e diferenças, mas ambas centradas sobre o melhor para o paciente.

- A relação de co-visão/sobrevisão debruça-se sobre a relação terapêutica, em termos de:

- a) conteúdo – pretendendo desenvolver as competências do terapeuta quanto à aplicação da teoria na compreensão do paciente, do seu funcionamento, do que se vai passando com ele.
- b) forma – pretendendo desenvolver a sua capacidade de escuta empática e de comunicação interpessoal, que promova uma aliança de procura e descoberta conjunta de significados e sentidos para o paciente.

- Mais do que ensinar teoria ou técnica, deve centrar-se sobre a relação entre terapeuta e paciente.

- A relação de co-visão/sobrevisão, tal como a relação terapêutica, necessita de tempo: tempo para se conhecerem ambas as partes; tempo para a relação se estabelecer de forma criativa e construtiva para ambos; tempo para ambos irem conhecendo e compreendendo o paciente.

- O uso da personalidade/subjectividade do terapeuta como um instrumento de trabalho vai-se adquirindo devagar. A co-visão/sobrevisão também pode contribuir para o terapeuta ir descobrindo como utilizar a sua própria personalidade ao serviço da actividade psicoterapêutica.

Este processo/caminho exige tempo e grande investimento pessoal e financeiro. Quanto a este último, penso (e tenho tornado pública a minha opinião) que é necessário e urgente, imperioso, que as sociedades psicanalíticas façam uma reflexão profunda, e, na minha perspectiva, se unam, para encontrar soluções que permitam democratizar e aumentar o acesso quer à formação, quer à terapia. As instituições psicanalíticas têm muito mais em comum do que diferente. É curioso como o que advogamos para a relação terapêutica não conseguimos pôr em prática na relação intra, inter e trans instituições psicanalíticas!

Não basta fazermos conferências inclusivas ou criar clínicas sociais assistenciais, é preciso uma mudança mais radical.

Há uma pergunta de fundo que se me coloca aqui: O que pretendemos é: ser um terapeuta psicanalítico, um terapeuta que usa/aplica a teoria psicanalítica à actividade terapêutica? Ou o que pretendemos ser é: um psicanalista, que também exerce a actividade terapêutica?

O que pretendemos é ter um *self* psicanalítico como terapeutas, e outros *selves* fora da situação terapêutica? Ou pretendemos ter uma identidade/personalidade psicanalítica, como forma de ser e de estar na vida, um *ethos* psicanalítico, que se expressa nas diversas circunstâncias (na relação terapêutica, nas instituições, na família, na sociedade)? Psicanalista é saber fazer ou saber ser? É uma actividade que se faz ou é uma forma de ser? A escolha é nossa.

Miguel Ricou dizia-nos na Conferência Pré-Jornadas (conferência PsiRelacional

em 17 de Abril de 2023), que o objectivo da psicoterapia é: “Aumentar o autoconhecimento para promover a autodeterminação”. (Não sei se estou a ser textual). Azevedo e Silva falava em: “Aumentar o espaço interior de dúvida optativa”.

Disse noutros *fora*, e repito, o que é a minha compreensão destas duas perspectivas, que subscrevo: o que constitui o objectivo da psicanálise, na sua vertente terapêutica é aumentar, no indivíduo, as suas capacidades de reflexão sobre si próprio e sobre o mundo, a capacidade de interrogação, de incerteza e de procura, de conhecimento intra, inter e trans subjectivo, que permita escolhas sobre a acção/intervenção que quer ter, na sua vida e na realidade que o envolve, e o fortalecimento dos recursos de que dispõe para tal.

Este é um caminho para toda a vida! Quer para o aprendiz mais antigo, quer para o mais recente. Uma grande dificuldade está em que: é mais fácil defendermos valores e causas que, ou enquanto, também defendem os nossos interesses pessoais, mais difícil é continuarmos a defendê-las quando nos podem retirar benefícios adquiridos. Lembro uma frase de Freud (1980) de 1937: “Quando um homem está dotado de poder, é difícil não abusar dele”.

Ainda uma última palavra: no seu filme “Tempos Modernos”, o genial Chaplin alertava-nos para os perigos de desumanização da sociedade industrial. Agora confrontamo-nos com os perigos de desumanização da sociedade tecnológica.

Os gregos tinham dois termos para o tempo: o *Kronos* e o *Kairos*. O tempo cronológico e o tempo psicológico. Penso que um grande perigo actual é adaptarmo-nos, nós seres humanos, ao tempo da tecnologia: a aceleração, o imediato, o efémero. A vida torna-se uma corrida, vive-se para o momento seguinte, ou para outro lugar: deixa-se o presente, o aqui e agora, por viver. Olha-se para a meta, esquece-se o caminho. O que se esquece é que a vida é o caminho e a meta é a morte!

Faço uma citação: “Não é que tenhamos pouco tempo para viver, a verdade é que dele desperdiçamos muito.” E “Assim é: não nos é dada uma vida curta, nós fazemo-la curta. Não estamos mal abastecidos, lançamo-nos é ao desperdício.”

Sabem quem disse isto? Séneca (2022), há cerca de 2000 anos! Está nas nossas mãos ser a contracorrente!

E termino com um grande agradecimento aos meus pacientes e aos colegas, aos mais experientes e aos menos experientes, com quem vou partilhando a minha visão e que tanto contribuem para a minha contínua aprendizagem.

Leituras Recomendadas

Berman, A. & Berger, M. (2007). Matrix and Reverie in Supervision Groups. *Group Analysis*, 40(2), 136-250. DOI:10.1177/0533316407077061.

Brunori, L., Magnani, G. & Raggi, C. (2007). Supervision between rituals: creativity and the development of the reflective function. *Group Analysis*, 40(2), 216-235. DOI:10.1177/0533316407077072.

Gregurek, T. (2007). Internal and External Boundaries of Supervision. *Group Analysis*, 40, 176-177. DOI:10.1177/0533316407077070.

Referências

Freud, S. (1980). Análise terminável e interminável. In S. Freud, Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud (Vol. 23, pp. 239-287). Rio de Janeiro: Imago. (Trabalho original publicado em 1937).

Séneca (2022). Sobre a brevidade da vida. *Infinito Particular*.