

PSICOTERAPIA SEGUNDO ROLLO MAY

Ayla Gabriele Pereira de MELO¹

Anne Danielle TOBARUELA¹

Yáscara Correia PEREIRA¹

Samara Luana Silva RIBAS¹

Profa. Dra. Janete de Aguirre BERVIQUE²

RESUMO

Este artigo objetiva descrever propostas apresentadas por Rollo May sobre a questão do conhecer a si mesmo e o posicionamento deste terapeuta durante todo o processo do chamado por ele, aconselhamento psicológico. Palavras chaves: dilema humano, psicoterapia, Rollo May.

ABSTRACT

This article aims proposals submitted by Rollo May on the issue of knowing yourself and positioning of the healer throughout the process called by him psychological counseling. Key words: human dilemma, psychotherapy, Rollo May.

1.INTRODUÇÃO

May (1996) difere o “dar conselho” de “aconselhamento psicológico” indicando que o conselho são orientações superficiais que podem ser entendidas como regras, normas que nunca contribuirão para mudanças - que a pessoa poderá assumir sua nova forma, mudando sua estrutura, o aconselhamento genuíno e mais profundo ocorre através da ação de ambos; aconselhador (terapeuta) e aconselhando (pessoa).

A personalidade considerada como determinada apenas em poucos aspectos como o da neurose de repressão-complexo, mantém-se até a pessoa assumir a responsabilidade por si mesma, que tanto deve se prezar na psicoterapia. (MAY, 1996).

Rollo May, após ser expulso da Universidade de Michigan, por ter problemas devido sua participação em um periódico de cunho radical, forma-se em Artes em Ohio; viaja para a Europa onde se aperfeiçoa em algumas artes e tem contato com outros autores, como Alfred Adler. Posteriormente, volta para os Estados Unidos onde leciona Teologia e é tido como conselheiro, exercendo uma reflexão atenciosa no modo de se trabalhar com as pessoas; aprofundou-se também em Psicanálise, o que contribuiu para seus primeiros livros. Anos mais tarde, embora tivesse adoecido ao contrair tuberculose, durante o período que permaneceu no hospital, obteve relatos de outros pacientes quanto às suas ansiedades e conjuntamente foi influenciado por suas leituras de Freud e

Kiekegaard, que apesar da ideia de ambos serem divergentes tratou de uní-las (PONTE; SOUZA, 2011). Isto que contribuiu, gradativamente, para sua aproximação ao Existencialismo e culminou na reunião de mais dois outros autores na publicação do livro *The meaning of anxiety*, que propagou, pela primeira vez, as ideias e pesquisas da abordagem existencial centrada na humanidade (PONTE; SOUZA, 2011; COLLIN, 2012).

METODOLOGIA

Foi selecionado por nós o método da pesquisa bibliográfica em livros de autoria do próprio Rollo May, seus artigos publicados, bem como a contribuição de trabalhos de outros autores.

2.O DILEMA HUMANO E A DIFICULDADE DE CONHECER A SI MESMO

Na História da Humanidade, o homem viveu um dilema básico, o de não saber quem o era, intensificado nos momentos de mudanças culturais acentuadas, envolvendo questões sexuais ou religiosas. O homem se encontra em um estado entre a dúvida da validade de seus esforços; se pode ele agir; que mudança ocorrerá, caso ocorra mudança; sua autoimagem revela uma ausência de confiança em si mesmo paulatinamente comprometida em decorrência da evolução cultural e tecnológica (MAY, 2000).

Considerá-los, tanto a cultura como a tecnologia responsáveis por toda e completa descrença em si próprio, é esperar que sua mudança seja o ponto necessário para sua melhor qualidade de vida, é isentar - se do confronto gerado a partir do contato com sua identidade. De fato a tecnologia, grande massificadora, ao suprimir a identidade das pessoas suprimiu também a significação delas para consigo mesmas. (MAY, 2000)

Tal situação pode ser representada quando as pessoas desistem de saber “quem são” e se contentam em como “são vistas”; um exemplo desse fato é quando nos coloca diante da seguinte frase “sou apenas uma coleção de espelhos refletindo o que os outros esperam de mim”. Com essa frase May (2000) nos faz refletir se o que queremos é realmente aquilo que desejamos, ou é simplesmente um reflexo do que a sociedade espera de nós, como por exemplo, completar um curso superior, arranjar ou mudar de

emprego, apaixonar-se, casar-se, ter filhos, etc. (MAY, 2002); ou ainda se conformam e buscam por situações em que permanecerão confortáveis quase como uma encapsulação, seja no útero ou na cova, longe de quaisquer demandas, exigindo que assumam suas responsabilidades e se defrontem com o fato que, como creem, não serão atendidos, mesmo assumindo-a não teriam nenhuma mudança (MAY, 2000).

O ser humano, então, sente-se sem significado, encontra sua significação onde não exigem que a tenha, por exemplo, em meio a multidões; ou ainda espera encontrar nas drogas ou nas máquinas resoluções e satisfações, o que pode decorrer da consciência diminuída, estado mais profundo da perda de significação (MAY, 2000).

Ainda, May (2002) afirma que, para algumas pessoas, hoje em dia, o vazio passou do tédio à sensação de inutilidade e desespero, o que contém muitos perigos a saúde emocional desses indivíduos.

Para May, conhecer a si mesmo significa se desviar dos caminhos psicanalíticos tradicionais, bem como a visão do ser humano. Pela sua convivência com Tillich, alguém que não poderia ser inserido nesta ou naquela corrente de pensamento; por ser um teólogo sem fronteiras, tendo uma postura eclética, na qual May perceberá um modo diferente de ver o ser humano e suas dimensões trágicas, houve simultaneamente a dúvida entre ser sujeito e ser objeto. Opção em que não se escolhe, mas se vive em situações sem soluções.

Apesar de ter tido forte influência freudiana, como diz, por ter sido “treinado” dentro do modo psicanalítico na escola interpessoal neo freudiana, May não seguiu essa linha de pensamento (MAY citado por PONTE;SOUZA, 2011), ainda com sua convivência com Adler, foi absorvido pela convicção de que o ser humano se expressa no mundo através da luta sem fim para impor seu plano de vida pessoal em meio as exigências da vida social.

May considerava então que o atendimento clínico freudiano agrega-se com as premissas existenciais. Apesar disso May realizava reconstruções em novas perspectivas a partir daqueles saberes, servindo assim de contribuições para a psicologia existencial.

Conhecendo bem a teoria Freudiana do inconsciente como princípio na psicanálise, May elege “potencialidades inconscientes da experiência” em divergência às “instâncias psíquicas” da Psicanálise; acreditava que a consciência era a parte essencial do ser humano, sendo então capaz de raciocínio totalmente consciente e

autônomo, no qual poderá acender uma conscientização clara que existe uma distância (não uma cisão) entre nós e o mundo que nos rodeia (PONTE; SOUZA, 2011, p.54).

Seria assim uma das suas formas de psicoterapia o tornar conscientes esses contextos e seus sentidos possíveis e ver tais potencialidades concretas como uma criação existencial de si mesmo. May percebe a consciência, a personalidade como um ente que realiza o seu próprio Eu, tendo uma visão particular claramente otimista e positiva. (MAY, 1996). Apresenta então algumas contribuições provindas dos seus estudos de forma a orientar sobre a arte do aconselhamento psicológico.

PRÁTICAS PSICOLÓGICAS

O indivíduo não experienciando sua existência como uma realidade, adota assim uma modalidade instituída pelo seu passado, pois o mesmo passa a viver características de identidades que já não fazem parte de seu presente, atrapalhando assim seu desenvolvimento, não conseguindo projetar-se no devir.

A crise de identidade comumente da adolescência estendeu-se durante toda a vida (MAY 2000), as questões pertinentes a tais conflitos e/ou ao desajustamento das tensões da personalidade estão relacionadas com atitudes errôneas frente a vida. Tais atitudes vão sendo reajustadas conforme o processo de transformação que visa através do aconselhamento psicológico a reestruturação da personalidade, formando-a com o propósito de libertá-las (MAY, 1996).

Ao aconselhando ocorre, eventualmente, de fazer o uso de algumas sugestões; essas sugestões embora condenadas como técnicas de influências carregam uma probabilidade, de caso aceitas (pois recebem a todos os instantes do ambiente que o cercam e ainda sim, algumas rejeitadas) pelo aconselhando de fazer com que algo presente no inconsciente venha “fermentado” a consciência. (MAY, 1996).

O conteúdo presente até então no inconsciente agora acessível à consciência faz dele um ser mais uno consigo mesmo. Para que assim, depois que atingido tal objetivo, o aconselhador apresente todas as alternativas construtivas. (MAY, 1996).

Considerando que o conhecimento da verdade está intimamente relacionado com a compulsão por concretizá-la, o aconselhador contribuirá para que o aconselhando compreenda os fatos, a verdade, abandone suas formas neuróticas de comportamento, como enganar a si mesmo, racionalizar, conformar-se com seus falsos motivos, assim o

ego dispensará modelos de treinamento de autoderrota e tenderá aos socialmente construtivos de comportamento. A partir de então, com o empenho do aconselhador em fazê-lo identificar fatores que causaram os problemas somando a atividade criativa do aconselhando, isto acionará instantaneamente os insights a fim de corrigir suas falhas (MAY, 1996).

Outro fator significativo é o chamado por May de “vontade de coragem”, acredita que é possível que tais transformações ocorram como um efeito da influência que o aconselhador pode exercer através da empatia, simplesmente demonstrando de sua disposição e vontade, logo o aconselhando toma para si tal força e energia, como um “empurrão psicológico” (MAY, 1996).

O sofrimento aparece como propulsor “uma das forças mais potencialmente criativas” caso bem direcionado à mudança, pois pode resultar no alívio, o que não é o pretendido e sim o aproveitamento dessa energia disponível à transformação. O aconselhador caso assuma a responsabilidade em casos mais intensos imediatamente deverá devolvê-la ao aconselhando, pois, o sofrimento é uma oportunidade de crescimento. Este habitualmente sairá mais corajoso do que entrou, porém, pode não gostar de imediato das questões devido à dor que delas podem surgir em virtude do reconhecimento da necessidade de mudança; posteriormente, caso bem canalizado, o todo o processo poderá ser motivo até mesmo de gratificação do aconselhando para o aconselhador, pois agora poderá aplicar e ter insights em outras áreas e situações de sua vida.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste artigo, segundo princípios de Rollo May, vimos uma Psicologia com muita contribuição para uma compreensão maior e profunda do ser humano em seus vários aspectos existenciais, tendo muitas intercessões e atalhos ricos para que possamos construir esta existência. Mostrou-nos de forma simples como lidar com as pessoas em situação de aconselhamento vendo a pessoa como um todo e não focando apenas no seu problema.

O título escolhido nos mostra que a relação paciente x psicoterapeuta deve ocorrer de maneira natural, empática e sem pré-conceitos estabelecidos.

Quando o aconselhando entra em contato com o seu “eu” abre um leque de possibilidades de entender sua existência sob vários aspectos como: angústias, dores, traumas, neuroses etc. Em função disto, ele será capaz de tomar atitudes para modificar sua vida, assumindo a responsabilidade pelas suas escolhas.

Para que isso ocorra o psicoterapeuta precisa sentir empatia pelo aconselhando e precisa estar livre dos conceitos pré estabelecidos, então ele próprio crescerá também.

4.REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CARPINTEIRO, H., M., L.; ZALBIDEA, M. A. **Condiciones del Surgimiento y desarrollo de la Psicología Humanista**. Revista de Filosofía. Editorial Complutense. Madrid. 3(3), 71-52. 1990.^{4 3 6}

COLLIN, C. et al. **O livro da psicologia**. São Paulo: Globo, 2012.

MAY, R. **A arte do aconselhamento psicológico**. Petrópolis: Vozes, 1996.

MAY, R. **A descoberta do ser**. São Paulo: Rocco.1988.

MAY, R. **A psicologia e o dilema humano**. Petrópolis: Vozes, 2000.

MAY, R. **O homem a procura de si mesmo**. São Paulo: Vozes, 2002.

PONTE, C. R. S.; SOUZA, H. L. **Reflexões críticas acerca da psicologia existencial de Rollo May**. Revista da Abordagem Gestáltica. XVII(1): 47-58, 2011.

¹ Acadêmicos do curso de Psicologia da FASU - Garça – SP - Brasil. e-mail: meloayla@hotmail.com; danitobaruela@hotmail.com; yascaracorreia@gmail.com; samara.ribas@hotmail.com

² Orientadora Dra. Docente do Curso de Psicologia da Faculdade de Ciências da Saúde de Garça – SP – Brasil.

³ Curso de Psicologia, Faculdade de Ciências da Saúde – FASU, Faculdade de Ensino Superior e Formação Integral – FAEF, Sociedade Cultural e Educacional de Garça-GARÇA/SP – Brasil. www.grupofaef.edu.br