



O que há de especial na relação terapêutica?

Psic. Raiana B. S. Botão e Psic. Roberta S. Costa

Editoria

Carina Costelini Isper

contato@institutoinnove.com.br

A primeira sessão terapêutica pode parecer um encontro entre duas pessoas desconhecidas e em certa medida o é, afinal, em boa parte das situações, terapeuta e cliente não se conhecem previamente. Contudo, não se trata apenas de um encontro ocasional com uma pessoa que nunca se teve contato antes. Geralmente vai além das apresentações breves e conversas sobre algum assunto em comum, característicos de encontros casuais. Com terapeuta e cliente o diálogo se dá entre uma parte que buscou algum tipo de ajuda e a outra que está disposta e preparada para ajudar.

Já que mencionamos a questão da ajuda, é possível se pensar que a relação terapêutica compara-se a uma amizade, porém, engana-se novamente. O psicólogo, assim como um amigo, também está pronto para acolher o sofrimento do outro, bem como para escutar o que ele tem a dizer. No entanto, isso ocorre em um contexto bastante diferente, do qual certas frases como "se eu fosse você, faria assim..", "você está fazendo tudo errado!" ou "eu não te avisei para não fazer isso?" não devem fazer parte. Os apontamentos e intervenções realizadas seguem uma abordagem teórica dentro da Psico-

logia e não devem ser feitas com base na opinião do terapeuta, de acordo com o que o mesmo julga ser certo ou errado. O foco de análise se dá a partir da história do cliente e de sua realidade atual e é sempre voltado para o bem-estar e melhora clínica deste, mesmo que, às vezes, melhorar signifique entrar em contato com algumas lembranças que nos fazem sofrer.

A relação íntima estabelecida entre o terapeuta e o cliente claramente não diz respeito a mesma intimidade vivenciada por um casal. Afi-

ocupando ativamente o seu papel.

Embora a relação entre terapeuta e cliente aparentemente se restrinja a um encontro de 50 minutos semanais, cercado pelas paredes de uma clínica psicológica e marcado pelo encontro entre duas pessoas, ultrapassa em muito essa definição, tendo em vista que a extensão do processo terapêutico é muito maior e acompanha o cliente em seu ambiente cotidiano, ultrapassa os limites da sala de atendimento e permeia os seus mais variados relacionamentos.

Além do cliente, o terapeuta também é modificado por esta relação. Muitas vezes vê o seu cliente com mais frequência do que encontra com um querido amigo e um caso complicado pode tirar-lhe horas de sono e

demandarem outras tantas de dedicação. Sendo assim, o que qualifica uma relação terapêutica como especial é sua capacidade de reunir duas pessoas e desenvolver uma relação sincera, mesmo que imperfeita. É a possibilidade de transformação de duas vidas que só assumem tais papéis – cliente e terapeuta – na sua relação com o outro. Afinal, um profissional de psicologia só se faz terapeuta na sua relação com o seu cliente, caso contrário, é como pensar na lua sem o sol para fazê-la brilhar.

"O RELACIONAMENTO TERAPÊUTICO É UMA RELAÇÃO SINCERA, MESMO QUE IMPERFEITA. É A POSSIBILIDADE DE TRANSFORMAÇÃO DE DUAS VIDAS"

nal, a intimidade da relação terapêutica tem como objetivo principal alcançar as metas estabelecidas entre ambos para o cliente, sendo este compromisso o coração da relação. Todavia, assim como em um relacionamento romântico, há uma estreita parceria. Enquanto o terapeuta propõe intervenções e análises no decorrer dos atendimentos, os objetivos só serão alcançados em consequência das mudanças comportamentais promovidas pelo cliente, portanto, ambos devem aceitar participar da terapia, cada qual

