



UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS
COORDENAÇÃO DO CURSO DE PSICOLOGIA

ANA PAULA DE ALMEIDA GOMES

O SILÊNCIO QUE ME (IN)FORMA: Quando horizontes gestálticos e orientais
coabitam o espaço-tempo psicoterapêutico

SÃO LUÍS

2022

ANA PAULA DE ALMEIDA GOMES

**O SILÊNCIO QUE ME (IN)FORMA: Quando horizontes gestálticos e orientais
coabitam o espaço-tempo psicoterapêutico**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Psicologia da Universidade Federal
do Maranhão como requisito para obtenção do
título de Bacharel em Psicologia.

Orientadora: Prof^ª. Ma Wanderlea Nazaré
Bandeira Ferreira.

SÃO LUÍS

2022

Ficha gerada por meio do SIGAA/Biblioteca com dados fornecidos pelo(a) autor(a).
Diretoria Integrada de Bibliotecas/UFMA

Gomes, Ana Paula de Almeida.

O SILÊNCIO QUE ME INFORMA : Quando horizontes gestálticos e orientais coabitam o espaço-tempo psicoterapêutico / Ana Paula de Almeida Gomes. - 2022.
14 p.

Orientador(a): Wanderlea Nazaré Bandeira Ferreira.
Curso de Psicologia, Universidade Federal do Maranhão,
São Luís, 2022.

1. Filosofias Orientais. 2. Gestalt-terapia. 3. Psicoterapia. 4. Silêncio. I. Ferreira, Wanderlea Nazaré Bandeira. II. Título.

ANA PAULA DE ALMEIDA GOMES

O SILÊNCIO QUE ME (IN)FORMA: Quando horizontes gestálticos e orientais
coabitam o espaço-tempo psicoterapêutico

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Psicologia da Universidade Federal
do Maranhão como requisito para obtenção do
título de Bacharel em Psicologia.

São Luís, 21 de dezembro de 2022.

BANCA EXAMINADORA

Prof^ª. Ma. Wanderlea Nazaré Bandeira Ferreira (Orientadora)
DEPSI - UFMA

Prof^ª. Dr^ª. Cristianne Almeida Carvalho
DEPSI – UFMA

Prof. Me. Silvério Lucio Karwowski
Externo – Instituto Gestalt do Ceará (IGC)

Prof. Dr. Jean Marlos Pinheiro Borba (Suplente)
DEPSI – UFMA

SÃO LUÍS

2022

Dedico este trabalho a todos os silêncios interrompidos. Que mesmo desabrigados da bagagem humana, ainda cumprem a labiríntica missão de serem parte (inaugural e elementar) desse todo que é ser melodia – e gente.

AGRADECIMENTOS

Ao meu pai, o primeiro e mais difícil silêncio que já vivi. Sua partida me ensinou sobre o afeto que coabita nos espaços mesmo quando o ruído se finda.

À minha mãe, meu oposto complementar, a pessoa mais sonora no planeta. Obrigada por me trazer ao mundo e me ensinar que, embora polares, silêncio e ruído são faces de uma mesma energia.

Ao meu amor Gabriel, que fez parte de cada palavra e entre-espaço que compõem esse texto. Obrigada por me apoiar e por aprender a respeitar meus silêncios, é uma honra passar essa existência ao seu lado.

À minha orientadora e mentora Wanda, pelo carinho e cuidado em me guiar desde que a Gestalt-terapia me encontrou. É uma alegria enorme poder contar com seu direcionamento.

Aos meus gatos Luna, Dudu, Lilo e Pipi, que sem dizer uma só palavra me fazem sentir todo o afeto que o universo pode oferecer.

Aos meus sogros Rozimelia e Antônio, por partilharem comigo o amor de vocês e por me ensinarem tanto sobre a vida.

À minha amiga Gabriela Belo, por me lembrar de quem eu sou e me aceitar em todas as versões que eu posso ser. Obrigada por todo o suporte ao longo da vida e na escrita desse artigo.

Às minhas amigas de longa data: Fernanda Botelho e Juliana Mondego. Amo vocês infinito!

À minha psicóloga Adrienne Carvalho, por acolher todas as minhas melodias, sejam elas silenciosas ou barulhentas. Você me ajuda a resgatar potências que eu nem sabia que existiam.

Aos meus amigos e companheiros de Budismo: Rapha, Lívia, Kaic, Maisa, Carol e Gabriel. Agradeço por todos os ensinamentos, orações e parceria.

Às amigas que a Psicologia me trouxe: Raira, Fernanda, Natallie, Mariana, Cleydson, Julieni, e toda a turma 2017.2 da UFMA. Obrigada por me acolherem e fazerem da graduação uma experiência mais leve.

Ao universo, que me abre e me direciona ao silêncio sagrado: Nam-Myoho-Rengue-Kyo!

“Não quero perguntar por que, pode-se perguntar sempre por que e sempre continuar sem resposta: será que consigo me entregar ao expectante silêncio que se segue a uma pergunta sem resposta? Embora adivinhe que em algum lugar ou em algum tempo existe a grande resposta para mim. (...)

*Ouve-me, ouve meu silêncio. O que falo Nunca é o que falo e sim outra coisa. (...)
Capta essa outra coisa de que na verdade falo porque eu mesma não posso.
Lê a energia que está no meu silêncio.”*

(Clarice Lispector)

RESUMO

No cenário ocidental repleto de ruídos e tecnologias, a sobrecarga sonora, sensorial e informacional tem ocasionado graves afetações ecossistêmicas. Partindo daí, o direcionamento para a escuta e proteção do silêncio torna-se um movimento ético e também político. Embora seja interpretado enquanto desperdício e improdutividade na realidade capitalista moderna, o silêncio é uma noção central para pensar a experiência humana em diversas culturas e filosofias orientais como o Taoísmo e o Budismo. Quando assimilamos os conhecimentos destas tradições no cuidado com o outro e na apreciação do vazio, abre-se a possibilidade de construção de um espaço que acolha e legitime o silêncio e suas polaridades enquanto valorosos elementos comunicativos e afetivos. Essa discussão é de grande relevância para a Psicologia, já que o silêncio comparece na clínica de diversas formas, a cada vez. Para além disso, a lógica de excessos também permeia o espaço-tempo psicoterapêutico – seja nos clientes ou nos próprios terapeutas – cabendo um questionamento acerca do lugar que o fazer Psi ocupa nesse processo. Por sua vez, as raízes orientais da Gestalt-terapia (abordagem da Psicologia) refletem a noção de contato para além do verbal em sua teoria e práxis, abrindo os sentidos à vivência presente que pode (in)formar: em silêncios, intervalos e experiência. Através da autoetnografia performática, metodologia escolhida em oposição ao discurso hegemônico de exclusão subjetiva na escrita acadêmica, este artigo pretende analisar as formas de coabitação do silêncio no espaço-tempo psicoterapêutico a partir da Gestalt-terapia e das Filosofias Orientais. Dando lugar central às minhas experiências como budista, cliente, estagiária, estudante, e gestalt-terapeuta em construção, o presente trabalho objetiva apontar as fundamentações teóricas da Gestalt-terapia associadas ao silêncio, apresentar as perspectivas das Filosofias Orientais na compreensão do silêncio e articular o silêncio no espaço clínico com a fundamentação teórica da Gestalt-terapia e as Filosofias Orientais. Como conclusão, ficam os direcionamentos para: a valorização do silêncio como elemento comunicativo figural na clínica, o reencontro potente com a experiência presente e o acolhimento das polaridades sonoras que emergem na psicoterapia. Por fim, ressalto a escassez de materiais que discutam a temática, convidando a comunidade científica para a discussão urgente e visceral sobre o silêncio no espaço-tempo psicoterapêutico, bem como as (in)formações que ele pode inaugurar em nós.

Palavras-chave: Silêncio; Gestalt-terapia; Filosofias Orientais; Psicoterapia.

ABSTRACT

In the western scenario full of noise and technology, the sound, sensory and informational overload has caused serious ecosystem damage. Starting from there, the direction for listening and protection of silence becomes an ethical and political movement. Although it is interpreted as waste and unproductiveness in the modern capitalist reality, silence is a central notion when thinking about the human experience in several eastern cultures and philosophies such as Taoism and Buddhism. When we assimilate the knowledge of these traditions in caring for others and appreciating the void, opens the possibility of building a space that welcomes and legitimizes silence and its polarities as valuable communicative and affective elements. This discussion is of great relevance for Psychology, as silence appears in the clinic in different ways, each time. In addition, the logic of excesses also permeates the psychotherapeutic space-time – either in clients or in therapists themselves – making it necessary to question the place that psychologists occupy in this process. In turn, the eastern roots of Gestalt Therapy reflect the notion of contact beyond the verbal in its theory and practice, opening the senses to the present experience that can (in)form: in silences, intervals, and experience. Through performative autoethnography, a methodology chosen in opposition to the hegemonic discourse of subjective exclusion in academic writing, this article intends to analyze the forms of cohabitation of silence in psychotherapeutic space-time based on Gestalt therapy and Eastern philosophies. Giving a central place to my experiences as a Buddhist, client, intern, student, and gestalt-therapist under construction, this work aims to point out the theoretical foundations of Gestalt-therapy associated with silence, present the perspectives of Eastern Philosophies in understanding silence and articulate silence in the clinical space with the theoretical foundation of Gestalt-therapy and Eastern Philosophies. In conclusion, there are directions for: the appreciation of silence as a figural communicative element in the clinic, the powerful reencounter with the present experience and the embracement of sound polarities that emerge in psychotherapy. Finally, I emphasize the scarcity of materials that discuss the theme, inviting the scientific community to an urgent and visceral discussion about silence in the psychotherapeutic space-time, as well as the (in)formations that it can inaugurate in us.

Keywords: Silence; Gestalt therapy; Eastern Philosophies; Psychotherapy.

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi apresentado em formato de artigo, sendo submetido ao periódico IGT na Rede. Para preservar a confidencialidade dos dados e os direitos autorais do conteúdo, cedidos à revista, o manuscrito foi propositalmente omitido. Maiores informações sobre a restrição do acesso ou sobre o trabalho podem ser obtidas escrevendo para paulaalmeidag@live.com ou wanderlea.ferreira@ufma.br

REFERÊNCIAS

- BARROS, M. *Poesia completa*. São Paulo: Ed. Leya, 2010.
- BLOFELD, J. *The Zen Teaching of Huang-Po: On the Transmission of Mind*. New York: Grove Press, 1994.
- BRAMAN, S. When nightingales break the law: Silence and the construction of reality. *Ethics and Information Technology*, v. 9, n. 4, p. 281-295, 2007.
- BRUMM, H. (Ed.). *Animal communication and noise*. Springer Science & Business Media, 2013.
- BUCHER, R. E. *A psicoterapia pela fala: fundamentos, princípios, questionamentos*. São Paulo: EPU, 1989.
- BUCI-GLUCKSMANN, C. *L'Esthétique du temps au Japon: du zen au virtuel*. Paris: Galilée, 2001. 209 p.
- CABRAL, B. P; ALVIM, M. B. Repercussões sensíveis da música em Musicoterapia: Uma reflexão em diálogo com Merleau-Ponty. *Revista Latinoamericana de Psicoterapia Existencial: Un Enfoque Comprensivo del Ser*, n. 15, p. 51-56, 2017.
- CAGE, J. *Silence: lectures and writings*. Middletown: Wesleyan U.P. 1961.
- CAORSI, V. Z. *Efeito do ruído antropogênico no comportamento animal*. 2018.
- CAVALHEIRO, J. S. A Voz e o Silêncio em 4'33", de John Cage. In: *16º Congresso de Leitura do Brasil*. 2007.
- CHEVITARESE, L. O conceito de Vazio na tradição budista. Uma perspectiva ontológica? In: CHEVITARESE, L; ARGÔLO, P; RIBEIRO, R. (Orgs.): *Sociedade e religião na antiguidade oriental*. UFRJ/ LHIA. RJ: Fábrica de Livros, 2000.
- CONQUERGOOD D. Beyond the text: Toward a performative cultural politics. In: DAILEY S. J (ed). *The future of performance studies: Visions and revisions*. Washington: National Communication Association, p. 25- 36, 1998.
- CREMER, E. S. *Silêncio, fala e expressão: a linguagem na clínica da Gestalt-Terapia e seus entrelaçamentos com a filosofia de Merleau-Ponty*. Dissertação de mestrado. Programa de Pós-Graduação em Psicologia. UFRJ. Rio de Janeiro, p. 120, 2020.
- DELACROIX, J. Intercorporalité et aimance du thérapeute. *Cahiers de Gestalt-thérapie*, n. 2, p. 39-70, 2011.
- DENHAM-VAUGHAN, J; EDMOND, V. The value of silence. *Gestalt Journal of Australia and New Zealand*, v. 6, n. 2, p. 5-19, 2010.
- DUSEN, W. V. Wu Wei, não-mente e o vazio fértil. In: STEVENS, J. O. *Isto é Gestalt*. Summus. 1977.

- ENG, D. L. The value of silence. *Theatre Journal*, v. 54, n. 1, p. 85-94, 2002.
- ERTHAL, T. C. S. *Treinamento em Psicoterapia Vivencial*. Rio de Janeiro: Vozes, 1994.
- FELDMAN, C; MIRANDA, M. L. *Construindo a relação de ajuda*. Belo Horizonte: Crescer, 2002.
- FLETCHER, A. *The Art of Looking Sideways*. Phaidon Press, 2001.
- FREITAS, J. L. Reflexões sobre a relação psicoterapêutica: diálogos com Merleau-Ponty. *Revista da Abordagem Gestáltica* [online], 2009.
- GALLI, L. M. *Comunicação Contemporânea: uma visão da Fenomenologia, Gestalt-terapia e da Hermenêutica*. 2007. 185 f. Tese (Doutorado em Comunicação Social) – Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2007.
- GERHARDT, T. E; SILVEIRA, D. T. *Métodos de pesquisa*. Plageder, 2009.
- GINGER, S; GINGER, A. *Gestalt: uma terapia do contato*. São Paulo: Summus Editorial, 1995.
- GOVINDA, L. A. *Reflexões budistas*. 1993.
- GREEN, A. Le silence du psychanalyste. In: GREEN, A. *La folie privée* (p. 317-346). Paris: PUF. (Original publicado em 1979), 1990.
- HALL, R. K. Minha Vida Medida em Palavras Abandonadas. In: STEVENS, J. O. *Isto é Gestalt*. São Paulo: Sumus, 1977.
- HAN, B. *Sociedade do cansaço*. Editora Vozes Limitada, 2015.
- HANH, T. N. *Silêncio: o poder da quietude em um mundo barulhento*. 2 ed. Rio de Janeiro: Harper Collins Brasil, 2016.
- HYCNER, R. A base dialógica. In: JACOBS, L; HYCNER, R. *Relação e cura em gestalt-terapia*. São Paulo, Summus, 1997. p. 29-49.
- JOSLYN, M. *Figura/Fundo: Gestalt/Zen*. In: STEVENS, J. O. *Isto é Gestalt*. São Paulo: Sumus, 1977.
- JULIANO, J. C. *A arte de restaurar histórias*. Summus Editorial, 1999.
- KALTENMARK, M. *Lao Tzu and Taoism*. Stanford University Press, 1969.
- KARWOWSKI, S L. Setting e contrato terapêutico. In: FRAZÃO, L M; FUKUMITSU, K O. *A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia: Coleção Gestalt-terapia: fundamentos e práticas*. São Paulo: Summus, Cap. 2. p. 30-54, 2015.

- KUNC, H. P; MCLAUGHLIN, K. E; SCHMIDT. Aquatic noise pollution: implications for individuals, populations, and ecosystems. *Proceedings of the Royal Society B: Biological Sciences*, v. 283, n. 1836, 2016.
- LANE, S. T. M (Org.). *Psicologia social: o homem em movimento*. São Paulo: Brasiliense, 1984.
- LIONNET, F. *Autobiographical voices: Race, gender, self-portraiture*. Cornell University Press, 2018.
- LISPECTOR, C. *Água viva*. Rio de Janeiro: Ed. Rocco, 1998.
- MAIR, V. H.; TZU, L. *Tao Te Ching: The classic book of integrity and the way*. Bantam, 2012.
- MARCONI, M. A; LAKATOS, E. M. *Fundamentos de metodologia científica*. São Paulo: Atlas, 2003.
- MCGREGOR, P. K. *et al.* Anthropogenic noise and conservation. In: *Animal communication and noise*. Springer Science & Business Media, p. 409-444, 2013.
- MENDES, J. P. S; GRESSLER, S. K. A; FREITAS, S. M. P. Ser psicoterapeuta: reflexões existenciais sobre vivências de estagiários-terapeutas iniciantes. *Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies*, v. 18, n. 2, p. 136-143, 2012.
- MERLEAU-PONTY, M. *A Linguagem Indireta e as Vozes do Silêncio*. In: Signos. São Paulo: Martins Fontes, p. 39-88, 1991.
- ORLANDI, E. P. *As formas do silêncio: no movimento dos sentidos*. 42ed. Campinas, SP. Editora da Unicamp, 1997.
- PERLS, F.; HEFFERLINE. R.; GOODMAN, P. *Gestalt-Terapia*. São Paulo: Summus Editorial, 1997.
- QUINTANA, M. *Esconderijos do tempo*. Globo Livros, 2005.
- RAIMONDI, G. A. *Corpos que (não) importam na prática médica: uma autoetnografia performática sobre o corpo gay na escola médica*. Campinas: Universidade Estadual de Campinas, 2019.
- RAIMONDI, G. A. *et al.* A autoetnografia performática e a pesquisa qualitativa na Saúde Coletiva: (des)encontros método+lógicos. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 36, 2020.
- RIBEIRO, D. *Dicio* – Dicionário online de português. 2019. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/silencio/>. Acesso em 03 de junho de 2022.
- RIBEIRO, J. P. *Gestalt-terapia: refazendo um caminho*. São Paulo: Summus, 1985.
- RIBEIRO, J. P. *Vade-mécum de Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus, 2006.

- ROGERS, C. R. *Um jeito de ser*. São Paulo: EPU, 1983.
- SCHMIDT, M. B. Um discurso sem palavras: desafios no processo psicoterápico. *Revista de psicoterapia da infância e da adolescência*, p. 89-98, 2017.
- SIM, S. *Manifesto for silence: Confronting the politics and culture of noise*. Edinburgh University Press, 2007.
- SOUSA, L. A. *A associação livre em Freud: fundamento do tratamento psicanalítico*. 2018. 100 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica e Cultura) - Universidade de Brasília, Brasília, 2018.
- STEVENS, B. Vazios, Vazios, Vazios. In: STEVENS, J. O. *Isto é Gestalt*. São Paulo: Sumus, 1977.
- STEVENS, B. *Não apresse o rio (ele corre sozinho)*. Summus Editorial, 1978.
- ULKOWSKI, I. D. P; PINHEIRO, N. N. B. O silêncio na obra freudiana: um estudo longitudinal. *Sociedade Brasileira de Psicanálise do Rio de Janeiro*, p. 69. 2021.
- WINNICOTT, D. W. Comunicação e falta de comunicação levando ao estudo de certos opostos. In: WINNICOTT, D. W. *O ambiente e os processos de maturação: estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional* (p. 163-174). Porto Alegre: Artmed. (Original publicado em 1963), 1983.
- WRIGHT, D. S. *Philosophical Meditations on Zen Buddhism*. Cambridge University Press, 2000.
- YANO, L. P. *A Influência das Religiões/Filosofias Orientais na Gestalt-terapia: Taoísmo e Zen Budismo*. Belém: Universidade da Amazônia, 2002.
- ZIMMERMANN, A. C; MORGAN, W. J. A time for silence? Its possibilities for dialogue and for reflective learning. *Studies in Philosophy and Education*, v. 35, n. 4, p. 399-413, 2016.
- ZOLLINGER, S. A; BRUMM, H. The lombard effect. *Current Biology*, v. 21, n. 16, p. 614-615, 2011.