

**UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA E CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO**



**“OUTRO” INTERIORIZADO:
A ENTREVISTA ORIENTADA PARA AS SOLUÇÕES**

Ana Marques

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

Secção de Psicologia Clínica e da Saúde/Núcleo de Psicologia Clínica Sistémica

2007/2008

**UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA E CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO**



**“OUTRO” INTERIORIZADO:
A ENTREVISTA ORIENTADA PARA AS SOLUÇÕES**

Ana Marques

Dissertação Orientada pelo *Professor Doutor Luís Miguel Neto*

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

Secção de Psicologia Clínica e da Saúde/Núcleo de Psicologia Clínica Sistémica

2008

Resumo

Tendo por base a premissa do *Construcionismo Social* que toma o conhecimento como uma construção feita em interacção social e mediada pela linguagem (Gergen & Gergen, 2004), o presente trabalho pretende integrar na *Entrevista ao “Outro” Interiorizado* (Burnham, 1997a, 1997b; Tomm, 1998, 2007) uma forma de questionamento orientada para as soluções, no sentido de implicar na mudança elementos do sistema que não estejam disponíveis ou comprometidos com o processo terapêutico. Para exemplificar tal forma de intervenção, e como apoio à reflexão sobre a utilidade da técnica, procedeu-se a um estudo de caso, apresentando-se a transcrição da sua aplicação e respectiva análise descritiva do *Coordinated Management of Meaning* (CMM). Neste caso, pretendia-se colmatar as limitações da intervenção sistémica individual, trazendo para a sala de terapia uma irmã influente (Marta), recentemente falecida, bem como as suas soluções para lidar com os pais, fonte actual de conflito para a cliente, Vera. Através deste processo verifica-se que Vera conseguiu manter a sua individualidade, diferenciando-se da irmã e, simultaneamente, estabelecer pontes que lhe permitem identificar-se com atitudes que ambas partilham. É também possível reenquadrar positivamente comportamentos extremistas da Marta dentro do seu contexto natural e, de facto, a Vera encarou-os como uma estratégia para conseguir o apoio dos pais. Neste caso, a pessoa interiorizada funcionou como consultora das forças e potencialidades da cliente, que a sente como fonte de motivação para “dar um novo fôlego” à sua vida, o objectivo do processo terapêutico.

Palavras-Chave: *Construcionismo Social, Terapia Breve Orientada Para as Soluções, Entrevista ao Outro Interiorizado, Gestão Coordenada de Significados*

Abstract

Based on the premise of *Social Constructionism* which takes knowledge as a construction obtained by social interaction and bridged through language (Gergen & Gergen, 2004), this work intends to integrate in the *Internalized Other Interview* (Burnham, 1997a, 1997b; Tomm, 1998, 2007), a *Solution Oriented* way of questioning, in order to involve, in the therapeutic change, system elements that are not available or committed with the process. To exemplify such type of intervention, and as support to the reflection about the usefulness of the technique, the work proceeded with a case study, presenting the transcription of its application and the correspondent descriptive analysis of *Coordinated Management of Meaning* (CMM). In this case, it was intended to overcome the limitations of the individual systemic intervention, bringing into the therapy room an influent sister (Marta), recently deceased, as well as her solutions to deal with their parents, the current source of conflict for the client, Vera. Through this process it became evident that Vera was able to maintain her individuality, differentiating herself from her sister and, simultaneously, establish

bridges that allow her the identification with attitudes that they both share. It’s also possible to positively reframe Marta’s extremist behaviours in their natural context and, in fact, Vera could see them as a strategy to get support from their parents. In this case, the internalized person worked as a consultant of the client’s strengths and resources, who feels her as a source of motivation to bring a “new breath of fresh air” to her life, the goal of the therapeutic process.

Key Words: *Social Constructionism, Solution Focused Brief Therapy, The Internalized Other Interview, Coordinated Management of Meaning*

Agradecimentos

Se o mundo, tal como o concebo, é construído socialmente nas repetidas interações com os que no meu caminho se vão cruzando, então, também este trabalho resulta de tais experiências. Assim, os meus agradecimentos vão para as pessoas que me ajudam a edificar conhecimento social.

À “Vera” o meu “cumprimento” pela abertura e empenho na tarefa proposta e pela disponibilidade em partilhar a sua história com a comunidade científica.

Obrigada aos que me ensinaram a Sistémica! Professor Wolfgang Lind, agradeço-lhe por me ter feito ver o vidro ao olhar pela janela. Professoras Maria Teresa Ribeiro e Isabel Narciso Davide, pela *cuidadosidade* que depositam em tudo o que fazem. À Professora Rita Francisco pela partilha de bibliografia e de um sorriso acolhedor à porta do gabinete. E, para terminar o corredor Sistémico, um obrigada ao meu orientador de estágio e dissertação, Professor Luís Miguel Neto, cuja geração de entropia permitiu a proliferação de criatividade, autonomia e novas soluções!

Aos colegas sistémicos que partilham o “sentido psicológico de turma” (Guida Mendes, *a ser publicado, espero eu!*) e que me fazem sentir parte de um todo mais vasto do que a soma das partes. E neste sentido, quero agradecer aos que comigo partilharam profundamente os últimos tempos, apoiando de diversas formas (porque as partes não se esgotam no todo) a realização deste trabalho, bem como o meu desenvolvimento enquanto pessoa: Raquel Correia, Leonor Fontinha, Inês Sobral, Ana Vedes, Luís Roxo, Liliana Proença, Sofia Esteves, Ana Patrícia, Tânia Cardoso, Ludmila Nunes e Ana Luísa. Quero destacar a presença indispensável da Leonor ao longo destes meses e agradecer a partilha de horas e espaço de trabalho, numa gestão de significados e acções coordenadas que cultivou o substrato necessário à manutenção da sanidade mental.

Agradeço também aos que me lembram que há uma vida para além da faculdade: Nuno Vicente, Sofia Araújo, Mário Cruz, Margarida Mendes, e à Dina Vicente por me ter feito questionar e esticar os limites que pensava possuir.

Ao Zé Pedro, que sem saber tem em si a arte das Narrativas, quero agradecer a presença, o apoio e a ajuda na revisão deste trabalho. A mente sistémica que fizemos crescer permite-me *Ser* mais, e sei que *“juntos, tornamos mais possível um e o outro”*.

Por fim, o meu obrigada à minha mãe e avós, Alice e António, por terem acreditado que eu podia construir o meu caminho e terem sustentado o meu sonho.

Índice

	págs.
Introdução	
1. Enquadramento Conceptual	2
1.1 O Construcionismo Social	2
1.2 A Entrevista ao Outro Interiorizado	3
1.3 A Terapia Breve Orientada para as Soluções	6
1.4 A Entrevista Orientada Para as Soluções ao Outro Interiorizado	7
2. Objectivos	9
3. Metodologia	10
3.1 Dados do Caso	10
3.2 Procedimentos da Intervenção.....	11
3.3 Estudo de Caso	14
3.3 Coordinated Management of Meaning (CMM)	14
4. Resultados	16
4.1 Aplicação da EOPSOI e reflexão sobre o processo	16
4.2 Análise Descritiva do CMM	26
4.3 Desenvolvimento do Caso nas Sessões Subsequentes	29
5. Discussão	30
6. Direcções Futuras	34
7. Conclusões	35
8. Reflexão Sobre o Processo	35
Referências Bibliográficas	
Anexos	
ANEXO I – Preparação da 2ª sessão	
ANEXO II – Pós-sessão da 2ª sessão	

Introdução

“[...] nunca estamos a sós numa conversa, num dado momento.
Mesmo que estejamos sozinhos, estamos em conversações silenciosas com outros significativos
e quando falamos com outra pessoa,
estamos geralmente conscientes de que o que dizemos e fazemos
é também parte de outras conversas.”

Pearce Associates *in* Using CMM, 1999, p. 55

No contexto terapêutico, sente-se frequentemente a necessidade de tomar contacto com o ponto de vista de outra pessoa a fim de melhor o compreender e aceitar e, posteriormente, facilitar a mudança. Ocorre também que nem sempre estas pessoas estão disponíveis ou comprometidas com o processo terapêutico. Dada esta necessidade e a noção de que o “self” é constituído por uma comunidade internalizada que inclui a família, Tomm (1998) começou a entrevistar um membro dessa comunidade como parte da sua identidade e também como parte da comunidade dessa pessoa. Desta forma, nasce a técnica da *Entrevista ao Outro Interiorizado*, que permite experienciar profunda e directamente uma diferente perspectiva, influenciando os padrões de interacção entre a pessoa entrevistada e a, por ela, internalizada (Tomm, 1988).

O presente trabalho pretende acrescentar a esta intervenção uma forma de questionamento e uma linguagem com orientação para as soluções, através da conjugação com princípios e técnicas da abordagem da *Terapia Breve Orientada Para as Soluções* (TBOS) proposta por Steve De Shazer e Insoo Kim Berg nos anos 80.

Para melhor exemplificar este procedimento, será apresentado um estudo de uma aplicação da *Entrevista Orientada Para as Soluções ao Outro Interiorizado* (EOPSOI) com uma análise descritiva do *Coordinated Management of Meaning* (CMM), modelo que toma a comunicação como o lugar onde ocorre o processo através do qual as pessoas co-constroem, gerem e transformam a realidade social da qual fazem parte (Cronen, Pearce & Tomm, 1985).

1. Enquadramento Conceptual

1.1 O Construcionismo Social

Na abordagem do *Construcionismo Social*, as ideias, conceitos e memórias emergem da

interacção social e são mediados pela linguagem (Hoffman, 1992) sendo o conhecimento visto como acção prática sobre o mundo (Leppington, 1991). Para Tomm (1998; 2007) o “self” tem uma base social e pode ser entendido como a internalização de uma comunidade e de padrões de interacção entre os membros de um grupo. Assim, a experiência e comportamento do “self” individual não se confinam aos limites do corpo mas resultam da interacção contínua entre a pessoa e o conjunto das pessoas actuais incluídas. De facto, para Hoffman (1992) o conhecimento envolve o espaço que fica entre os indivíduos, na esfera do “mundo comum” ou da “dança comum” (pp. 8) e é na partilha conversacional que estes desenvolvem um sentido de identidade e uma voz interior. Então, se aquilo que se considera real é socialmente construído, tudo o que é edificado como “problema” pode ser reorganizado sob a forma de “oportunidade” (Gergen & Gergen, 2004).

Uma das implicações da perspectiva do *Construccionismo Social* é a de que as pessoas vivem e compreendem as suas vidas, através de narrativas construídas socialmente, que dão significado e organização às suas experiências (Anderson & Goolishian, 1992) e assim, a terapia pode ser compreendida como um processo de transformação do discurso (Sluzky citado por Gergen & Warhuus, 2001). O foco na narrativa gerou uma preocupação sobre as formas pelas quais a linguagem elabora o “self” e o mundo, bem como as implicações destas construções para o bem-estar pessoal (Gergen & Warhuus, 2001).

Esta abordagem defende a existência de múltiplas construções do real, sendo cada uma delas legítima se enquadrada no seio de uma determinada comunidade interpretativa (Gergen & Warhuus, 2001). Desta visão de multiplicidade do “self” emergiram processos como a *Entrevista ao Outro Interiorizado* (EOI) que implica o questionamento da voz de uma pessoa que o cliente internalizou.

Dado que para o *Construccionismo Social* a linguagem dá forma e medeia a experiência, os contextos social e relacional assumem um importante papel na negociação de significados (Lowe, 2005) e o termo “problema” é, então, visto como um mero dispositivo linguístico, sendo que a sua utilização pode ser pensada em função das consequências (Gergen & Warhuus, 2001). Deste modo, alguns autores, decidiram mudar a atenção do discurso do problema para as potencialidades, e daqui emerge a *Terapia Breve Orientada Para as Soluções* de Steve de Shazer e Insoo Kim Berg.

1.2 A Entrevista ao Outro Interiorizado

De acordo com Burnham (1997a; 1997b) David Epston propôs a técnica do “*cross referential questioning*”, um desenvolvimento imaginativo das questões circulares de Milão, que foi convertida em

Entrevista ao Outro Interiorizado (EOI) através do trabalho de Karl Tomm. Estes dois autores propuseram assim, uma forma de questionamento Sistémico que representa uma oportunidade de entrar no mundo do “outro”, de ganhar uma perspectiva diferente e uma apreciação aprofundada desta posição (Burnham, 1997b). Ao entrevistar o cliente como se fosse uma pessoa, ideia ou emoção diferente, o terapeuta está a facilitar a compreensão, mudança e desenvolvimento de ideias, emoções, comportamentos e relações (Burnham, 1997b).

A EOI foi já aplicada em vários contextos e com diferentes populações. Epston (citado por Burnham, 1997b) e Tomm (1998; 2007) utilizaram esta técnica com casais e, o segundo, explorou-a também com crianças e seus pais. Paré (2001) ampliou a aplicação da EOI no trabalho com pessoas com atitudes violentas, pelo poder de salientar a perspectiva da pessoa que foi vítima. Segundo o autor, esta forma de questionamento é um meio de auto-descoberta e de contacto com aquilo que partilhamos enquanto seres humanos. Nesta linha, Hurley (2006) utiliza a técnica integrada numa abordagem que encoraja o uso das narrativas associadas ao problema, ao invés das descrições “vividias”. No seu trabalho com crianças, o autor explora a violência como parte de uma história, e não como “A” própria história, de modo a desconstruir os discursos dos “outros” interiorizados através do poder e de comportamentos disruptivos. Deacon e Davis (2001) integram a EOI com a *Internal Family Systems Theory* (IFS), entrevistando as “partes” que constituem a identidade da pessoa de forma a alcançar um maior número de dimensões do sistema interno e resolver problemas metaforicamente. Esta perspectiva parte do princípio que as “partes” podem incluir qualidades de outros membros da família, ou mesmo, ser um desses membros internalizado e aqui o objectivo posiciona-se na diferenciação entre o “self” e o “outro”. Vasconcelos e Neto (2003) utilizaram esta intervenção na relação pais-filhos no sentido de aumentar a empatia e também como forma de trazer para a terapia individual informação relacional. Burnham (1997a) fala ainda das mais valias da utilização da EOI em contextos de supervisão, em casos de sucesso ou fracasso terapêutico, no que diz respeito a questões éticas, como forma de reflexão e, no treino de terapeutas, proporcionando uma oportunidade de experienciar o que é estar no lugar do cliente. Esta forma de questionamento permite que os terapeutas obtenham uma visão diferente em relação aos clientes, práticas e conceitos.

O grande contributo de Burnham (1997a; 1997b) reside na proposta de planeamento do processo da EOI em oito passos:

1. Escolher a pessoa, ideia, capacidade, problema ou emoção a ser entrevistado(a). A identificação do “outro” relevante é mais útil quando acontece no decorrer de uma conversa ou

está directamente relacionada com o seu objectivo.

2. Propor a técnica como forma de atingir um objectivo.
3. Explicar o processo, tanto quanto necessário, para poder começar, ou aceitar polidamente a decisão de recusa por parte do cliente.
4. Começar por criar ambiente de conversa (“*grounding*”) fazendo perguntas simples (ex.: idade, estatura, cor do cabelo, forma de vestir, ocupação, interesses...) à pessoa que está a ser entrevistada como o “outro”. Esta fase facilita a interiorização do novo papel bem como a utilização frequente do nome do “outro” ao longo da conversa.
5. Explorar de forma mais profunda a experiência do “outro” em relação aos objectivos da entrevista.
6. Explorar a relação entre o “outro” e a pessoa a ser entrevistada, incluindo possíveis efeitos reflexivos.
7. Indicar à pessoa que está a ser entrevistada que irá terminar dizendo “Adeus” ao “outro” e “Olá” ao cliente.
8. Reflectir sobre o processo e os seus efeitos nos objectivos da proposta de entrevista.

Este guia de oito passos pode ser usado em diferentes contextos e adaptado consoante a situação, a relevância e a confiança com o cliente (Burnham, 1997b).

A utilização desta técnica em terapia apresenta várias potencialidades (Tomm, 2007) para quem responde, para quem ouve, bem como para a relação. Ao ser aplicada estimula no cliente, a curiosidade e a empatia, facilitando a compreensão das experiências e atitudes do “outro” e, como tal, permite efectivas mudanças de comportamento. A EOI potencia ainda um aumento de auto-estima, através da apreciação que o “outro” faz da pessoa e da relação. Pelo seu poder de revisitar e modificar a internalização das relações, permite um efeito de “libertação”, bem como a possibilidade de introduzir influências positivas no “outro”. No caso da aplicação na presença do “outro”, criam-se condições que fomentam o *feedback* e permitem a correcção de ideias ou crenças acerca da pessoa que foi internalizada. Nesta situação, o ouvinte tem uma oportunidade para tomar consciência e reflectir sobre a representação do outro acerca da sua própria experiência. Quem ouve pode ainda mudar as suas atitudes e comportamentos através da observação. No que diz respeito à relação, o trabalho com a EOI estimula a reflexão sobre acontecimentos passados que influenciam padrões actuais de interacção e facilita a atenuação de conflitos ao redireccionar a energia das críticas aos outros para uma maior responsabilidade pessoal. Esta técnica ajuda também a desconstruir componentes individuais de padrões de interacção disfuncionais e, portanto,

apresenta-se como uma co-construção de novos padrões mais benéficos para as pessoas.

A *Entrevista ao Outro Interiorizado* apresenta também desvantagens (Tomm, 2007) e, de facto, se não for conduzida com cuidado e respeito pelos clientes e pelas suas experiências pode ser danosa. Além disso, a técnica possui limitações pelo seu carácter complexo e desafiante. Assim, pode ser difícil para o terapeuta imaginar o “outro” e formular questões relevantes, bem como, para o cliente, colocar-se e manter-se na posição do “outro”, até porque pode ser considerada uma tarefa invasiva. Em termos da posterior reflexão sobre a conversa, é necessário ter em conta que as pessoas podem estruturar preferencialmente a experiência do “outro” em termos dos seus próprios interesses.

1.3 A Terapia Breve Orientada Para as Soluções

No âmbito do *Construcionismo Social* podem ser encontradas várias dimensões, donde se destaca a *Ênfase nas Potencialidades* (Gergen & Warhuus, 2001) representada pela abordagem da *Terapia Breve Orientada Para as Soluções* (TBOS). Esta perspectiva visa “utilizar o que os clientes trazem com eles no sentido de os ajudar a encontrar as suas necessidades, de forma a poderem construir vidas satisfatórias para eles próprios” (De Shazer et al., 1986, pp. 208). Segundo O’Hanlon e Weiner-Davis (1994) esta forma de fazer terapia implica tentativas deliberadas para produção de mudanças e/ou acções que levem à solução do problema. O foco dirige-se para os aspectos do sistema que parecem mais passíveis de mudança, pois dar início a alterações positivas e ajudar as pessoas a atingir pequenas metas pode ter efeito de ampliação e alastrar-se a outras áreas, até mesmo à personalidade. Para que se dê a mudança torna-se necessário procurar, explorar e ampliar as excepções ao problema, ou seja, os momentos em que a queixa não se verifica (De Shazer, et al., 1986). Desta forma as sessões terapêuticas podem ser conduzidas sem que o problema seja descrito, já que o que importa é a forma como o cliente vai saber que o problema desapareceu, ou, de outro modo, o que é que vai estar a fazer de diferente nessa altura. Toda a conversa durante a sessão deve considerar que o que a família diz e faz é natural “dada a situação” (De Shazer, 1986, p. 64), verificando-se assim uma tentativa deliberada de normalização (O’Hanlon & Weiner-Davis, 1994). Outra das características desta abordagem é o seu carácter breve e De Shazer (1991) chega a afirmar que uma conversa terapêutica que não está a dirigir-se para um fim é um fracasso parcial, já que um dos objectivos da terapia deve ser resolver a queixa dos clientes e terminar o processo o mais depressa possível, como forma de garantir e potenciar a autonomia do indivíduo e do sistema.

Estas intenções estão bem patentes no questionamento típico desta abordagem, muito focado na

definição de objectivos e nas acções que permitem alcançá-los, tomando cada acto de fala como um impulso para mudar.

1.4 A Entrevista Orientada Para as Soluções ao Outro Interiorizado

Esta perspectiva sistémica com foco na solução, assume como princípio que os problemas se desenvolvem e são mantidos no contexto das relações humanas, tomando o indivíduo como possuidor de atributos (recursos, crenças, limitações, valores, dificuldades e experiências) que se vão desenvolvendo em interacção social (De Shazer et al., 1986). Assim, as soluções emergem das alterações introduzidas nestas interacções. Por outro lado, esta abordagem advoga que a mudança numa parte do sistema vai conduzir necessariamente a alterações no sistema como um todo e assim, o número de pessoas que estão comprometidas na construção do problema ou da sua solução não é importante (De Shazer et al., 1986). Como resultado destes pressupostos, é possível fazer intervenções individuais ou com parte do sistema, promovendo a mudança no todo.

A técnica do *Outro Interiorizado*, utilizada no seio desta forma de fazer terapia, propõe-se a colmatar algumas limitações da intervenção individual no âmbito da perspectiva sistémica bem como a tornar mais rico o trabalho a nível familiar, trazendo outros pontos de vista para a sessão. Torna-se então possível trazer para a terapia um elemento do sistema que não está disponível ou comprometido com o processo de mudança e que de outra forma não estaria acessível. Além disso, a entrevista com foco nas soluções permite trabalhar padrões familiares e intergeracionais de sucesso e ampliá-los, ou, por outro lado substituir padrões de insucesso (um pouco como os genogramas orientados para a solução de Kuehl (2007) mas com contacto mais directo com outra perspectiva). No âmbito familiar, esta técnica pode ajudar na normalização da narrativa de vida do próprio através da reconstrução da história e comportamentos de membros da sua família de origem. Ainda que o “outro” não pertença ao sistema familiar, se tiver influência sobre o cliente, pode funcionar como um “consultor” e ser utilizado como forma de incremento das forças e recursos adormecidos ou sub-aproveitados da pessoa na terapia. Essencialmente, esta conjugação de abordagens permite aceder, fazer emergir e tornar consciente e actualizável a perspectiva, experiência e padrões de resolução de problemas de outro, quer pertença ou não à família, quer esteja ou não na sala de terapia.

Em TBOS esta técnica pode ser utilizada em qualquer fase do processo e com qualquer “outro” que se considere pertinente. A forma de introdução e desenrolar da tarefa pode ser feita segundo as linhas orientadores de Burnham (1997a, 1997b; referidas *supra*), sendo que muda a forma de questionamento.

De facto poder-se-á recorrer a todas as técnicas da TBOS, no sentido de estabelecer objectivos e formas de os atingir, elicitando excepções e meios de resolução do problema já tentados anteriormente e ampliando os padrões de sucesso. Isto pode fazer-se de duas formas: 1) recorrendo à experiência e influência do “outro” na situação problemática actual, 2) recorrendo ao ponto de vista do “outro” sobre o problema e recursos do cliente, oferecendo novas alternativas.

Assim, depois do convite à colaboração na tarefa e explicação do processo, nos pontos cinco e seis do processo da EOI (Burnham, 1997b) devem explorar-se os momentos em que o problema não ocorre, segundo o “outro”. Estas Excepções, oferecem uma grande quantidade de informação sobre o que é necessário para resolver o problema (O'Hanlon & Weiner-Davis, 1994) e trazem à luz os comportamentos efectivos das pessoas (De Shazer, et al., 1986) que posteriormente podem ser ampliados como forma de alcançar a solução. Neste caso, se o “outro” for um membro da família, poder-se-á analisar a capacidade de não permitir que o problema tenha absoluta influência na vida das pessoas. Aqui poderão ser utilizadas questões do tipo “quando foi a última vez que [o comportamento X] não ocorreu”, “já enfrentou uma situação semelhante no passado? O que fez nessa altura?”. Além disso, deve-se questionar sobre as soluções que o “outro” já tentou e não funcionaram [não repetir] (Berg, 1991) e os padrões de sucesso [ampliar], bem como a sugestão sobre “o que faria o “outro” no lugar de X?”.

Comuns na TBOS são as intervenções que têm como finalidade normalizar e despatologizar as narrativas do cliente (O'Hanlon & Weiner-Davis, 1994). Este trabalho será mais efectivo com o enquadramento no contexto de uma ou mais gerações. Assim, entrevistar as crenças e padrões de solução de um membro da família pode ajudar o cliente a compreender a sua experiência actual. No período de reflexão subsequente à tarefa, poder-se-á questionar a pessoa sobre “como é que ouvir a perspectiva do seu avô/mãe/”outro” o/a ajuda a compreender a situação pela qual está a passar neste momento?”.

Paralelamente podem ser utilizadas técnicas mais estruturadas como a Pergunta Escala, que permite identificar avanços, atribuir a responsabilidade da mudança e estabelecer pequenas metas (Beyebach, 1995). Na *Entrevista Orientada Para as Soluções ao Outro Interiorizado* (EOPSOI) esta técnica pode ser utilizada para aferir o posicionamento do “outro” face ao problema (“numa escala de 1 a 10 em que nível se situa?”) e/ou confrontar com a posição do cliente durante a sessão (“O X disse-me que hoje estava no 5, o que acha que ele está a fazer para não dizer 4? E o que pensa que poderia fazer para chegar ao 6?”).

A típica Pergunta Milagre permite criar a esperança de que a vida pode ser diferente sem o

problema (Berg, 1991) ajudando a estabelecer objectivos através dos comportamentos descritos durante a imaginação da situação ideal (Beyebach, 1995). Conhecer a descrição do “outro” sobre “o que está a fazer de diferente agora que o Milagre aconteceu?” pode ser importante para o cliente. Assim, este pode encontrar novas formas de imaginar a vida pós-problema, conhecer as expectativas do “outro” bem como a forma escolhida para alcançar essa mudança. No caso do “outro” não estar directamente implicado na manutenção do problema, pode-se simplesmente questionar sobre: “como vai saber que aconteceu o Milagre à/ao X?”, permitindo operacionalizar comportamentos que descrevem um padrão de sucesso.

Embora se complementem, estas técnicas não têm que ser utilizadas em conjunto. De facto o mais importante é utilizar uma linguagem positiva que crie a expectativa de mudança (Reiter, 2007), que foque os comportamentos eficazes do cliente e do “outro”, evidencie anteriores padrões de sucesso na resolução do problema ou ofereça novas perspectivas acerca destas soluções. Ainda que apenas utilizado como consultor, a influência do “outro” pode ser uma força catalizadora de mudança. Fazendo parte da construção do problema, o cliente pode obter uma descrição do que seria preciso o “outro” fazer de diferente para que o problema se resolva, sendo que posteriormente se poderá trabalhar a sua influência na alteração destes comportamentos do “outro”.

2. Objectivos

Para dar forma a esta técnica de intervenção, foi seleccionado um exemplo de aplicação extraído de um caso atendido pelo SAFI¹ (Serviço de Atendimento Familiar e Individual da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Lisboa) no actual ano lectivo (2007/2008).

O presente trabalho pretende, assim, apresentar a articulação entre a EOI e a linguagem *Orientada Para as Soluções*, exemplificada através de um estudo de caso, com recorrência a uma análise descritiva do modelo CMM – Gestão Coordenada de Significações – de Pearce e Cronen². Torna-se, então, possível identificar dois níveis de objectivos neste trabalho. Um, mais específico e relacionado com a aplicação e consequências para o caso da Vera, entrevistada no papel da sua irmã Marta, recentemente falecida. Outro mais geral, inclui uma reflexão sobre as vantagens da utilização da EOIPSOI em terapia.

¹ Serviço aberto à comunidade, dependente do trabalho de estagiários finalistas do Mestrado Integrado em Psicologia Clínica Sistémica, coordenado pelo Professor Doutor Luís Miguel Neto. Os objectivos do SAFI visam o bem-estar da comunidade e a formação clínica dos alunos.

² Apesar do CMM constituir uma forma de conceptualização teórica será aqui usado como método de análise e, deste modo, a sua apresentação constará da secção da *Metodologia*.

Vera está a passar por um processo de luto após a morte da irmã “rebelde”, e muito influente na sua vida já que é vista como “um modelo”. Esta perda aumentou os conflitos de Vera com os pais. Assim, ao introduzir a EOPSOI pretendia-se especificamente: 1) recuperar padrões de resolução de conflitos utilizados pela irmã de Vera em relação aos pais de ambas; 2) dar mais um passo no processo de luto ao entrar em contacto com as atitudes da irmã, integrando-as na sua história de vida e, conseqüentemente 3) que isto a ajudasse a encontrar o seu lugar assumindo a sua individualidade, 4) utilizar a irmã Marta como consultora das forças e recursos de Vera bem como força motivadora para “encontrar um novo rumo”, 5) que esta intervenção tenha impacto imediato no momento da aplicação, proporcionando novas perspectivas acerca dos problemas presentes da Vera.

A nível mais geral, pretende-se, através deste exemplo, encontrar algumas implicações da integração do questionamento orientado para as soluções com a Entrevista ao Outro Interiorizado, ao nível da aplicação concreta desta intervenção e das suas conseqüências imediatas e também a mais logo prazo, no processo terapêutico.

3. Metodologia

Nesta secção será apresentado um breve resumo dos pontos fulcrais deste caso, seguido dos procedimentos de intervenção com a EOPSOI na sua segunda sessão de TBOS. A par destes dados referir-se-ão, do ponto de vista teórico, os métodos de análise utilizados para o excerto de sessão a ser trabalhado: Estudo de Caso e CMM.

3.1 Dados Do Caso

No sentido de clarificar e exemplificar os procedimentos descritos anteriormente, será apresentado de seguida o Caso N³, recebido pelo SAFI (Serviço de Atendimento Familiar e Individual) no presente ano lectivo.

No primeiro contacto telefónico, o pedido situou-se ao nível do processo de luto, dada a morte da irmã de Vera (31 anos) há poucos meses. Já nessa altura evidencia soluções tentadas como a frequência de fórum para pais/irmãos em luto, e a procura de apoio dos amigos e namorado. Na primeira sessão

³ A cliente autorizou a utilização do seu caso bem como de excertos das sessões terapêuticas para o presente trabalho. Todos os nomes utilizados são fictícios de forma a proteger a identidade da “Vera”.

explora-se as actividades que pratica para ocupar o seu tempo e “não pensar” na irmã: desporto, passear os cães, etc.. Nesta fase, começa a relatar problemas com os pais, que são também a sua entidade patronal, e que se encontram muito abalados com a morte de Marta, a quem apoiavam muito. Vera fala de diferenças nas expectativas dos pais em relação a ela e à sua irmã rebelde, sendo que se mostravam mais afáveis quanto à segunda. Refere que no passado se aliava muito ao pai e a Marta à mãe, mas com a perda da filha, Vera sente que os pais formaram “uma aliança” entre eles e os conflitos não se atenuaram. Como soluções, tenta ouvir calmamente quando lhe falam e ignorar assuntos que a possam perturbar, bem como procurar momentos adequados para explicar o seu ponto de vista. A ponte para comunicar com os pais são os cães, dos quais Vera trata com muita dedicação, oferecendo-se esporadicamente para tomar conta dos animais dos pais quando estes vão sair. No estabelecimento de objectivos refere que necessita trocar de emprego (já está a procurar) e mudar-se para outra região ou país. Acrescenta ainda que se a irmã fosse viva, “ia atrás” do seu espírito aventureiro.

Dada a admiração de Vera pela Marta e o semelhante contexto familiar em que viviam, resolveu-se proceder à técnica da EOPSOI, na segunda sessão (Anexo I). No início da conversa Vera fala da finalização da relação com o seu namorado que muito a apoiava, bem como da situação actual dos pais, referindo que não a conhecem tal como é. Refere ainda a preocupação dos seus amigos quanto ao seu “amor-próprio”, que Vera não percebe, pois diz gostar de si: “gosto da minha maneira de ser, da minha forma de estar na vida, gosto das causas que defendo e olho para mim e vejo mais aspectos positivos do que negativos” (...) “Se calhar os meus amigos dizem isso porque eu fico numa posição de submissão (em relação aos meus pais, aos outros)”. Pouco depois refere a aprendizagem que está a fazer com a perda da irmã, tendo aprendido a valorizar mais o tempo e a si própria, apesar de acreditar que se estivesse presente, a Marta a poderia ajudar a “andar para a frente”. Aqui, as terapeutas introduziram a proposta de entrevista.

3.2 Procedimentos de Intervenção

Na segunda sessão do *Caso N* foi aplicada a técnica da EOPSOI, através dos oito passos propostos por Burnham (1997b). Dada a estrutura inerente ao modelo da TBOS, a sessão foi previamente preparada de modo a contemplar esta forma de intervenção (Anexo I). Na sala de terapia estava presente a cliente Vera, a Terapeuta e a Co-terapeuta (ambas estagiárias do SAFI) e a sessão foi registada em vídeo. Posteriormente procedeu-se à transcrição deste episódio comunicacional (EOI) bem como da posterior reflexão.

De seguida apresenta-se a preparação da aplicação da EOPSOI em discurso directo, já que o cuidado na intervenção deve estar ao nível do acto de fala.

Consoante o fluxo da conversa, aplicar *Entrevista Orientada Para as Soluções ao Outro Interiorizado*:

Cuidados a ter:

Apesar de a Vera estar a lidar de forma construtiva com a morte da irmã, é necessário certificarmo-nos de que recuperar a ideia não será danoso para ela. Para isso a tarefa deve ser introduzida com cuidado, sob a forma de sugestão e explicando as fases de todo o processo e pedindo a aprovação da Vera para a participação no mesmo.

Passos do Processo (Burnham, 1997a, 1997b - adaptado):

1. Entrevista à irmã de Vera.

2. *Propor*:

“Gostaria de lhe propor uma tarefa que penso que a poderá ajudar a perceber algumas coisas. Pode parecer um pouco estranho mas gostaria que pensasse nesta ideia e nos dissesse se lhe faz sentido.

Pela nossa conversa, temos percebido que a sua irmã era uma pessoa muito importante para si e possuía algumas estratégias para lidar dos os seus pais e com as adversidades da vida. É como se fosse uma espécie de modelo, será? Então pensámos em entrevistá-la, Vera, como se fosse a sua irmã, já que não a podemos ter aqui a falar connosco. O que lhe parece? Muito estranho? Compreendo se for muito difícil para si recuperar a memória da sua irmã.... O que me diz? Vamos tentar ver o que a Marta teria para nos dizer?

3. *Apresentação do Processo*:

Se disser que não está disposta a este exercício, deve-se aceitar a resposta, pelo carácter recente da morte da irmã, e deixar no ar que tentaremos noutra altura, quando/se a Vera se sentir mais confortável.

Se aceitar, dizer: “Então eu vou falar consigo como se fosse a Marta e no final, despeço-me dela e digo olá à Vera de novo. Depois poderemos reflectir sobre a conversa

com a sua irmã.

4. *Grounding*

Falar com a Marta como se fosse a primeira vez. Perguntar questões práticas e simples por forma a facilitar a interiorização. Nesta fase é importante usar o nome da Marta com frequência. O tempo que dura esta fase é variável e depende da rapidez com que a Vera for conseguindo entrar na personagem da irmã.

- “Olá Marta! Obrigada por estar aqui connosco hoje! Gostaríamos de a conhecer melhor, pode-nos falar um pouco de si? Que idade tem? De que cor é o seu cabelo? O que gosta de fazer?”

5. *Exploração*

À medida que a Vera comece a falar pela Marta de forma mais fluente, é possível começar a introduzir outras questões. Nesta fase, as pessoas podem começar a responder “não sei” mas isso não deve desencorajar o terapeuta. Estes “gaps” de informação apenas querem dizer que a pessoa não está a usar as suas próprias opiniões para responder às perguntas para as quais não sabe que resposta o outro poderia dar.

Questões Orientadas Para a Solução:

- “A Vera disse-nos, na última conversa, que a Marta era uma rebelde. Quando é que começou a usar essa estratégia?”, “O que estava a fazer nessa altura?”, “Como é que isso a ajuda na sua vida?” “O que diria à Vera se ela quisesse tentar ser mais rebelde e tomar decisões com confiança?”

- “A Vera tem feito um grande esforço para conversar com os seus pais e já tem algumas estratégias para adoçar a sua mãe. No lugar dela o que faria?”; “O que faz quando os seus pais “chocam” consigo?”; “Como faz para *adoçar* a sua mãe?”

(Explorar exceções como a da festa de fim de curso) “O que fez dessa vez? O que fez a Vera?”

6. *Explorar a relação com a própria pessoa*

“Marta, como descreveria a sua relação com a sua irmã?” ; “O que nessa relação lhe dá força para enfrentar estes conflitos?”

7. *Terminar*

Quando se considera que foi feito algo de útil com a entrevista ou quando parecem não existir mais questões a explorar, termina-se dizendo “adeus” à Marta e “Olá” à Vera.

“Bom Marta, gostei muito de falar consigo e queria agradecer-lhe pela sua participação aqui na sessão com a Vera. Acha que a Vera esteve a ouvir? O que terá ela achado da nossa conversa? Vou-me despedir de si para poder voltar a falar com a sua irmã.”, “Olá Vera!”

8. *Reflectir sobre o processo e os efeitos da EOPSOI, com especial incidência nas soluções encontradas pela Marta que podem ser úteis à Vera.*

“Como foi esta experiência?”, “O que aprendeu com a Marta?”

Dado que este procedimento não foi aplicado no vácuo, serão tidos em conta (*infra*) acontecimentos e aspectos mencionados nas restantes sessões.

Com estes dados, recorreu-se a um estudo de caso complementado com uma análise descritiva do CMM (Coordinated Management of Meaning).

3.3 Estudo de Caso

Na elaboração do presente trabalho recorreu-se a uma metodologia de estudo de caso do tipo *Informal* (Moon & Trepper, 1996) e *Instrumental* (Stake, 1994). O primeiro situa-se no nível do descritivo e é tipicamente utilizado na investigação clínica que advém da experiência do terapeuta e da introdução de novas formas de intervenção. Constitui uma forma de investigação flexível e mais focada na geração de hipóteses do que no seu teste. O tipo Instrumental coloca o estudo de caso num papel secundário mas permitindo facilitar a compreensão ou o refinamento de uma perspectiva teórica.

3.4 Coordinated Management of Meaning (CMM)

De forma complementar ao estudo de caso procedeu-se a uma análise descritiva do CMM (*Coordinated Management of Meaning*) tendo em conta a transcrição da aplicação da EOPSOI.

Apesar de beber de várias fontes, este modelo baseia-se na abordagem do *Construcionismo Social* (Pearce, 1994) e, mais precisamente da *Perspectiva da Comunicação* proposta por Pearce (1989). Esta abordagem consiste na capacidade de ver os acontecimentos e objectos do mundo social como co-construídos por acções coordenadas de pessoas em conversação (Pearce & Pearce, 2000) e advoga o olhar *para* a comunicação, e não *através* dela, pressupondo que os actos de fala são reais, a base dos mundos sociais em que vivemos e constituem, por si só, matéria-prima de investigação (Pearce & Pearce,

2003; Pearce, 2006).

O modelo do CMM, proposto por Pearce e Cronen no início dos anos 70 (Pearce Associates, 1999) descreve a comunicação como um duplo processo de: acções coordenadas (que fazem parte do mundo dos acontecimentos), por um lado, e construção/gestão de significados (provenientes do mundo das histórias), por outro (Pearce 2006). Dito de outro modo, as pessoas gerem os significados do mundo em que vivem, de forma a torná-lo coerente e, simultaneamente, coordenam a maneira como fazem a gestão dos significados com as outras pessoas (Pearce Associates, 1999). Esta perspectiva difere de outras, dentro do *Construcionismo Social* por insistir que a comunicação envolve acções coordenadas, chegando mesmo a dar primazia a esta dança entre pessoas e só depois olhar para as histórias que informam e interpretam esta coordenação (Pearce, 2006).

As investigações decorrentes do uso do CMM partem de episódios comunicacionais, sendo que (e tendo em conta os pressupostos e características deste modelo) os estudos de caso são o formato de investigação mais adequado (Neto, 2003). Em geral os estudos com o CMM implicam uma série de objectivos que se vão acumulando em vários níveis: Descritivo, Interpretativo, Crítico, Prático e Transformativo (Pearce, 2007). Para o autor, *descrever* consiste em olhar para o que as pessoas dizem e fazem quando interagem (Pearce, 2007), através de uma sequência de acções e informação contextual (Pearce, 2006). Já a *interpretação* implica uma análise mais fina acerca do significado atribuído às acções, sendo que daqui deriva o nível *crítico* que inclui um julgamento do que é melhor ou pior e detecta pontos de bifurcação na comunicação (Pearce, 2006), resultando numa compreensão mais inclusiva das pessoas e situações em estudo. A *prática* envolve uma tomada de decisão ponderada que leva à acção, cujos efeitos são monitorizados e usados para rever a decisão que pode ser alterada conduzindo a uma nova forma de acção. Neste nível a questão permanente é: “o que podemos fazer para construir melhores mundos sociais?”. A última fase na evolução dos procedimentos do CMM é a *transformação* que encontra respostas efectivas para esta pergunta (Pearce, 2006; 2007). Não sendo estritamente necessário recorrer a todos os níveis de análise, este trabalho ficar-se-á pelo patamar do descritivo, representado pelo modelo *Atómico* ou *Daisy* (Neto, 2003; Pearce, 2006). Este modelo permite diferenciar a força ou saliência de relações particulares numa dada conversa (Pearce, 2006) e foi desenhado para chamar à atenção para os múltiplos temas em conversação (Pearce 1999; 2005).

Watzlawick, Beaving e Jackson (2004) seguiram a ideia de Hall e Fagen (citado por Watzlawick et al., 2004) sugerindo que a comunicação ocorre a dois níveis em simultâneo: *conteúdo* e *relação*; sendo que o último dá sentido ao primeiro. O CMM baseia-se nesta premissa, acrescentando que existem mais

do que dois níveis de contexto, geralmente definidos em termos de: *acto de fala, episódio, relação, self* ou *Identidade e cultura* (Pearce, 1999). Pearce (1994) alia cada uma destas categorias a uma parte do modelo *Atómico* ou *Daisy*⁴, permitindo a elaboração de uma análise descritiva (Pearce, 2006) ou descritiva-categorial (Neto, 2003) muito semelhante a uma análise de conteúdo. Assim, neste caso pressupõe-se: a existência de um acto de fala, a co-construção de um episódio, a reprodução de uma relação social, a representação de um auto-conceito e o movimento através de uma cultura (Pearce, 1994).

O pano de fundo dos mundos sociais desloca-se à medida que nos movemos por entre as posições pessoais. Ficar preso numa dada perspectiva pode criar problemas e assim deve ser cultivada a capacidade de transição entre diferentes pontos de vista, o que pode ser feito através de vários procedimentos, incluindo a entrevista da voz do “outro” (Pearce Associates, 1999). Dada esta possibilidade, no presente trabalho o CMM será utilizado de forma a melhor descrever o episódio comunicacional, diferenciando as perspectivas da Vera e da Marta interiorizada pela Vera em termos de quatro categorias de análise: *Episódio, Self* ou *Identidade*⁵, *Cultura e Relação*.

4. Resultados

Nesta secção apresenta-se a descrição de um exemplo de aplicação da *Entrevista Orientada Para as Soluções ao Outro Interiorizado*. A par da transcrição serão focados pontos de interesse neste excerto de segunda sessão do *Caso N*. Numa segunda fase é exposta uma análise descritiva do CMM segundo o modelo *Daisy*. Por fim, procede-se ainda a uma apresentação de aspectos do desenvolvimento do caso com relevância para a compreensão de possíveis consequências desta intervenção.

4.1 Aplicação da EOPSOI e reflexão sobre o processo

Alguns minutos depois de iniciada a sessão (Anexo II), aquando da abordagem das melhorias inter-sessão, a Vera menciona a morte da sua irmã e as consequências no seu estado espírito.

⁴ Daqui para a frente utilizar-se-á a denominação “*Daisy*” para este modelo.

⁵ Por uma questão prática e de significado do termo, de futuro referir-se-á esta categoria apenas como *Identidade*.

[...]

Vera: A perda da minha irmã mexe comigo todos os dias e há dias em que eu, parece que penso, penso que “se a minha irmã aqui estivesse”... mas o mundo é para a frente, mas ela não está aqui! Não está aqui e eu sinto a falta dela! E todos os dias acaba por mexer, uns dias dá-me mais força pensar que ela me poderia estar a ajudar a andar para a frente e outros dias me dá menos força porque não a tenho! E, e... de facto, o encontrar, às vezes, o fôlego também depende um bocado disso. Depende do estado de espírito.

Dado o foco na relação com a irmã e a força que a sua pessoa lhe pode trazer versus a mágoa da sua perda, a Terapeuta decide então propor a intervenção do EOPSOI, coordenando-se com o fluxo conversacional.

Terapeuta: Então agora gostaria de lhe propor uma tarefa que lhe pode parecer esquisita.... (se não quiser fazer deixamos para outra altura) ...que nos vai poder ajudar a perceber algumas coisas. Pode-lhe parecer estranho e se não estiver disponível, se não estiver à vontade, diga-nos e nós passamos para outra questão e se quiser voltamos a tentar noutra sessão.

Nós já tínhamos percebido que a sua irmã é uma figura importante na sua vida... e que ela possuía muitas estratégias para lidar com os seus pais e com as dificuldades da vida. E então, ela era como que um modelo, em muitos aspectos, para si, certo? [Vera anui sorrindo] Então, o que nós queríamos era entrevistar a Vera como se fosse a sua irmã, que se coloque na pele da sua irmã. Se a qualquer momento não se sentir à vontade, diga que...

V: Não é não sentir à vontade, mas eu acho que isso é.... Impossível...

T: ...Mas conhece-a...

V: Pronto, está bem, siga!

T: Não, se não se sentir à vontade...

V: Depende, lá está, depende... Depende da pergunta, logo vejo se sou capaz ou não!

T: A sua irmã chamava-se...?

V: Marta.

T: Entretanto, se não se sentir à vontade, diga...

V: Está bem.

T: ... que nós paramos.

Co-Terapeuta: Acho que podíamos começar por explicar o intuito.

T: O intuito [...] é tentar que a Vera. pense um bocadinho nas estratégias que a sua irmã tinha [...] para lidar com as situações [...]. Se ela estivesse aqui hoje connosco como é que ela lidaria com isso. No final iremos reflectir sobre o que a Marta disse.

A terapeuta escolheu e deu a conhecer a pessoa a ser interiorizada pela Vera e propôs a entrevista em forma de tarefa, evidenciando a utilidade para o processo.

Para iniciar [...] eu vou cumprimentar a sua irmã e no final digo adeus à M. e começo a falar de novo com a V. Isto pode-lhe parecer um pouco estranho, mas já foi utilizado noutros casos. Vamos ver o que conseguimos com esta tarefa.

Olá Marta! Obrigada por estar aqui connosco, é um prazer tê-la aqui hoje connosco. Para começar de uma forma simples, fale-nos um pouco de si, como é que é, a sua cor de cabelo, a cor dos seus olhos, como é que se gosta de vestir...?

V: A Marta gosta de se vestir assim como está! A roupa por acaso é da Marta ...Tem o cabelo castanho com madeixas, agora tenho 27 anos, tenho os olhos castanhos sou míope, mas uso lentes de contacto. Sou uma miúda desportiva, fiz o curso de arqueologia...

T: E que mais gosta de fazer?

V: Viajar!

T: Onde é que gostava de ir?

V: Viajar no sentido de conhecer, de partir para outros mundos de... conhecer novas realidades e de facto ter sempre uma nova meta a atingir. E... um gosto muito grande pelo desconhecido.

Aqui a terapeuta começou por criar ambiente de conversa, questionando sobre características da Marta, de forma a facilitar a interiorização do papel do outro.

T: A Vera disse-nos, na conversa que nós tivemos, que a Marta é uma rebelde! Quando é que começou a utilizar essa estratégia da rebeldia?

Nesta fase a terapeuta começa a explorar estratégias usadas com sucesso pela Marta.

V: Desde pequenina... Deixa cá ver...

T: Alguma situação em que isso tenha acontecido.

V: Por exemplo aos 15 anos... Decidi por à prova os meus pais e aos 15 anos parti com os meus amigos da escola secundária, para trabalhar para um hotel e... foi, acho que foi isso, acho que foi uma maneira de por à prova os meus pais e testá-los, para eles perceberem mesmo que em mim não mandavam! Que eu tinha algumas responsabilidades, também tinha alguns deveres, mas que eu era livre.

T: E como é que isso a ajuda na sua vida?

V: Não ajuda muito [ri-se]! Ajuda no sentido em que eu sinto que também tenho os meus pais na mão, por eu ser rebelde, por eu testar, por eu me pôr à prova e pôr os outros à prova, por... pelo medo que eles têm, exactamente, de me perder. É uma maneira de os ter garantido e... lá está, quando eu estou longe é quando eles estão mais presentes.

Vera, no papel de Marta, reconhece na “rebeldia” uma forma de conseguir a atenção e o apoio dos pais.

T: O que diria à Vera se ela quisesse tentar ser mais rebelde e tomar decisões com mais confiança?

Aqui a terapeuta usa a interiorização da Marta como consultora, trazendo à luz possíveis soluções para a situação actual da Vera de falta de apoio por parte dos pais.

V: Essa é lixada! [ri-se] Como é que é??

T: O que diria à Vera se ela quisesse tentar ser mais rebelde e fazer as coisas com mais confiança?

V: A Marta acha que a Vera não tem coragem para isso.

T: Porquê?!

V: Eu não sei, não sei... A Vera nunca percebeu o que é que a Marta achava disto! [rindo]

T: A Vera também tem feito um grande esforço para conversar com os seus pais e já tem até algumas estratégias para adoçar a mãe através dos cães, através de, no trabalho, tentar fazer coisas novas. Mas agora, no lugar dela o que faria?

V: [rindo] Não fazia nada disso!

T: Então o que faria?

V: Faria o oposto, não ligava, dava desprezo, seguia a minha vida... Independentemente da mossa que poderia causar aos meus pais.

Estão, pois, presentes dois padrões diferentes de comportamento em relação à situação familiar: Vera tenta ir pela comunicação, assuntos comuns e recompensas no trabalho e Marta pela indiferença. De facto as irmãs colocam em prática estratégias diferentes para lidar com os pais e isso é reconhecido pela Vera (interiorizando a Marta).

Co-Terapeuta: De onde é que vem essa força toda?

V: Não faço ideia...

A terapeuta procura aqui tornar explícita a origem da força demonstrada pela Marta mas a Vera não encontra estas fontes. Assim tenta fazer a Vera pensar nas suas próprias forças catalizadoras através de uma questão à Marta interiorizada:

T: E de onde é que acha que vem a força da Vera para continuar a viver?

V: Do amor que tem aos pais, à família e às pessoas de que gosta.

T: Que potencialidades é que acha que a Vera tem que a faça atingir os seus objectivos?

Mais uma vez, aqui e na intervenção seguinte, a Marta é utilizada como consultora na actualização das potencialidades da irmã.

V: A Marta acha que a Vera tem muitas potencialidades, só que não as sabe utilizar, não sei...

Co-ter: Qual seria o conselho que a Marta poderia dar à Vera de forma a explorar essas potencialidades?

V: “Liberta-te das amarras, Liberta-te das amarras!”

Co-Ter: O que era preciso a Vera fazer? O que é que a Marta acha que a Vera possa fazer para se libertar dessas amarras?

Dada a solução proposta pela Marta para explorar as suas potencialidades alegadamente sub-aproveitadas, a Co-terapeuta prossegue com uma questão de concretização desta solução em comportamentos efectivos.

V: Possivelmente é isso, é ganhar coragem e libertar-se das amarras, cortar o dito cordão umbilical, seguir a vida, se calhar um bocado como a Marta segue, sem olhar a quem! Se calhar é isso, é ser como ainda há bocado falámos, ser um bocado egoísta! Mas a Vera não é assim, a minha irmã [referindo-se à Marta] era uma coisa para mim... realmente uma força que ela tinha! E a minha irmã é uma pessoa com muita força, e eu não a tenho porque sou diferente! Lá está, não é ser melhor nem pior, éramos diferentes! Cada um com as suas qualidades e os seus defeitos.

Vera sai temporariamente do papel de Marta, inicialmente concordando que deveria seguir a sugestão da irmã de se libertar para depois mencionar as diferenças entre ambas, diferenciando-se e afirmando a sua individualidade.

T: O que é que a Marta fez em relação á sua irmã, que faça com que ela seja o que é hoje?

V: [ri-se] Não sei, acho que da sua forma, por vezes muito bruta, rebelde, parva... com atitudes às vezes estranhas mesmo, deu-lhe confiança, deu-lhe o amor, deu-lhe o apoio que os irmãos supostamente dão uns aos outros.

Dada a situação de luto recente é explorada a influência da pessoa da Marta e das suas atitudes concretas, na pessoa actual da Vera.

T: Como descreveria a vossa relação?

V: Era uma relação não diria de amor-ódio, mas de amor-conflicto, porque... Somos diferentes, temos gostos idênticos em algumas coisas, mas na maneira de estar, na maneira de fazer as coisas, somos diferentes. A Vera, segundo a Marta era um anjinho! [ri-se] Tem a mania que é anjinha, e a Marta tem a mania que é diabinha! E a Marta... procurou sempre que as coisas... Lá está, enquanto que a Vera procura o lado positivo da vida, procura encontrar algo... algumas energias positivas que a façam avançar, a Marta procura as energias negativas. E muitas vezes acaba mal [referindo-se à Marta] por causa disso, às vezes no sentido, às vezes mesmo físico, e isso era... nunca percebi se era uma maneira dela fugir de algumas coisas que se passavam na vida dela, ou uma maneira de conseguir a tal rebeldia, às vezes exagerada. Chegando a extremos que, de facto às vezes a faziam ser agredida não só moramente como também fisicamente. E aí lá está, a Vera era pela paz, sempre com paz e o diálogo da Marta era a partir

tudo se fosse preciso! E nisso eram diferentes e nelas às vezes existia esse problema diferente e às vezes uma estava “ah nhanhanha” e a outra “tumba!” Mas eu acho eu sempre foi uma relação de muita cumplicidade, muita cumplicidade. A Vera sempre protegeu a Marta, e a Marta sempre se sentiu protegida pela Vera mas também, à sua maneira e ao seu jeito, e agora nestes anos em que já éramos maiores, a Marta era isso, era um apoio era a Vera. Era a pessoa da família que ainda conseguia fazer-me [à Vera] ir lá a casa (pessoa, porque os cães conseguem)... [ri-se] que me dava, às vezes me dava nas orelhas e outra vez me dava abraçinhos e de alguma forma me conseguia transmitir o carinho e o amor que sentia por mim, umas vezes mais revoltada e outras vezes menos. Mas acho era isso, essencialmente, que nos unia e a cumplicidade também.

Coloca-se o foco na relação entre as irmãs. Aqui a Vera faz a comparação, em comportamentos concretos, entre ela e a Marta em diferentes situações. Em comum têm a cumplicidade, necessidade de protecção mútua e há muita expressão de afectos.

T: Bom Marta, gostei de falar consigo e agora vamo-nos despedir para podermos falar de novo com a Vera, está bem?

Como combinado inicialmente, a terapeuta despede-se da Marta, ajudando a Vera a sair do papel da irmã para que possam reflectir sobre esta intervenção.

T: Bem Vera como foi para si esta experiência?

V: Foi, para mim foi muito confuso porque houve alturas que não era bem a Marta a falar, era um misto de Marta com Vera e de Vera com Marta e foi um bocado complicado. Eu estou aqui toda... Aqui com aspecto, toda certinha, mas de facto a minha vontade não era de estar assim...

T: Mas esteja à vontade....

V: Não, não!

T: Esteja à vontade!

V: Bem, eu não sei se já testaram em mais situações idênticas mas não é nada fácil! É assim, a minha irmã está viva todos os dias em mim e... às vezes de facto olho para o exemplo dela [começa a chorar]... lá está, a dita coragem, mas... Tipo, confrontar a cena não é fácil! [pausa]

A primeira reacção ao finalizar desta tarefa é muito intensa e apesar da Vera ter estado a falar de forma muito dinâmica e por vezes até divertida, nesta fase quebra e começa a chorar.

T: O que é que aprendeu com isto?

V: Que devia ser como a minha irmã... Se eu fosse como a minha irmã não olhava a quem e seguia caminho. Mas lá está somos diferentes, não vale a pena... Há uma coisa que eu disse em relação à minha irmã que eu acho que de facto me devia servir de exemplo, que é... nomeadamente em relação aos meus pais, cortar o dito cordão umbilical! É assim, eu preciso deles, mas eles também precisam de mim! Portanto a nossa relação não é estritamente profissional e eles como pais, se eu começar a cortar... Pode dar para os dois lados: “ah é estás-te a borrar, então também não te ligo” (aconteceu isso este fim-de-semana), consegui só mandar-lhes uma mensagem, pensei “não vou ligar-lhes!”. Estive com o meu pai no Sábado e fomos ver um sítio, para onde nos vamos mudar [trabalho]... A minha mãe não vi, no fim-de-semana... E mandei-lhe uma mensagem no Domingo, a dizer que estava com um ataque de sinusite, forte, e ela não foi capaz sequer de ligar, de mandar uma mensagem... E é o que eu penso: “às tantas vale a pena estar a insistir? Eles um dia hão de precisar de mim, quando eles precisarem hão de cá vir!”.

Reflectindo sobre a utilidade desta intervenção a Vera reconhece que, tal como a irmã interiorizada disse, deveria “cortar o cordão umbilical” e essa é uma solução já contemplada por ela. De facto, coloca já em prática esta estratégia e relata “excepções”, não tendo, no entanto, conseguido obter atenção por parte da mãe. Assim, como se verá de seguida, a terapeuta tenta explorar as consequências de continuar a utilizar esta estratégia.

T: E assim vale a pena, continuar a insistir?

V: ...Hoje não, amanhã não sei.

T: Mantendo a sua individualidade, A Vera é a Vera, a Marta é a Marta, o que é que podia pegar da Marta para si? Mantendo a sua individualidade. Depois desta conversa que tivemos com a Marta, o que pode ir buscar aí?

Reforço da ideia, já implícita no discurso da Vera, de que não é suposto ela ser como a irmã mas que poderá utilizar alguns dos seus recursos.

V: [pausa] Não sei, se calhar agarrar a vida por um lado qualquer que me desse prazer. Era isso que ela fazia. Não era?! Tirar o curso, tirou o curso por prazer, acabou o curso, acabou o curso por prazer, quando se foi embora, foi-se embora por prazer, agora ia para Moçambique e ia por prazer e quando isso deixasse de dar prazer ela vinha-se embora. Portanto, a minha irmã era isso, era uma pessoa que agarrava a vida por prazer, não só do momento, mas também com o objectivo que aquilo lhe poderia dar. Mesmo que não estivesse a dar frutos, e nisso nós somos parecidas, é um bocado, acho que, do berço, desta educação e... de facto nós não procuramos nem trabalhar nem fazer nada para enriquecer, basta manter... Ela era mais agarrada ao dinheiro do que eu, mas por um lado se era mais agarrada era mais poupada porque vivia em casa dos pais, mas se por um lado era mais poupada, por outro lado ainda era mais desapegada da questão financeira e não se importava... Lá está, ela não queria ter casa para não se prender! E eu sentia necessidade de ter casa para sair de casa dos meus pais.

Aqui a Vera encontra uma ponte entre a atitude dela e da irmã face à vida: agarrar a vida por prazer que não é só momentâneo mas também contempla objectivos, sem grandes metas financeiras.

Co-T: Mas vendo bem, desculpe estar a interromper, a Vera foi mais autónoma!

Aqui a Co-terapeuta tornou explícita a autonomia que a Vera revela ao ter saído de casa, desafiando os pais com esta atitude (como nos tinha contado na primeira sessão).

V: Fui, mas ela conseguiu apoio dos meus pais à maneira dela...

Co-T: Mas teve de estar com eles e viver com eles!

V: Sim, mas ela teve um ano fora e sabia que quando voltasse...

Co-T: ... que os tinha lá!

V: Sim que os tinha lá e que tinha lá casa, porque é assim que ela funcionava, e eu não sou assim!...

Co-T: Pois!

V: ...E eu gosto mais, de facto, deste meu lado autónomo! Autónomo por um lado, depois de facto prende-me mais... Eu não poderia.... Quando ela queria ir lá para Moçambique tomar conta de miúdos, lá para aqueles projectos humanitários, eu adorava ir para um projecto como há na Noruega e na Austrália, de salvação de espécies.... Mas é assim, das duas uma, ou arrisco tudo, ou então, se quero manter, se

calhar, a minha independência, não sei se posso arriscar tudo! E, claro que se algum dia me passar pela cabeça, arrisco tudo! Não é por uma casa que... Olha, quando vier alugo um quarto! Quem me prende mais às vezes até é os próprios cães... Mas o que eu estava a dizer era que... perdi-me... que ela vivia os projectos dela com prazer, porque também tinha as costas quentes, é uma diferença! Ela sabia que tinha as costas quentes e podia viver os projectos dela com prazer! Porque sabia que agora podia ir para não sei onde e não sei onde e quando voltasse, tinha lá o quarto dela, aliás, em casa dos meus pais, a minha irmã ainda tem dois quartos mas o meu desapareceu logo mal eu saí... Por isso, acho que dá para perceber... Ela passou-me a maneira de ser, a preocupação que ela dava aos meus pais, ela era uma pessoa que estava sempre presente. Quanto mais preocupação desse, mais presente ela estava. E ela sabia jogar por isso, era uma pessoa extremamente manipuladora! E eu não sou assim, portanto que a única coisa que eu, da maneira de ser dela, podia tirar ara mim, era de facto o prazer de fazer alguma coisa, um projecto, pelo simples prazer de o realizar. Tendo em conta que não tenho as costas quentes e que não posso, de facto, pôr-me a arriscar tudo, mas há coisas que eu posso arriscar... Lá está, o projecto de que falámos da outra vez, o petsitting, é uma coisa que eu posso arriscar sem ter grandes consequências e... se crescer melhor!

Nesta fase a Vera começa a utilizar mais frequentemente o termo “autonomia”, valorizando-se por essa conquista mas defendendo que “arriscar” os seus sonhos pode levar á sua perda. Por outro lado a irmã, vivendo em casa dos pais, tinha sempre um lugar seguro para onde voltar após voltar das viagens e projectos que fazem com que a Vera a apelide de “rebelde”. Assim, conclui que a sua ideia do *petsitting* é um “arriscar” equilibrado, um projecto que lhe dá prazer e que pode colocar em prática sem perder a sua autonomia caso não corra bem.

T: E porque é que não arriscou?

V: Porque estive aqui há 15 dias!!

T: Só se lembrou do petsitting há 15 dias?!

V: Não, ele vem a crescer, vem crescendo...

T: Ah ele vem crescendo... Já não é mau!

V: Só que é um projecto muito grande, se eu ganhasse o euromilhões já tinha o projecto montado só que eu ainda não ganhei o euromilhões! E portanto vem a diminuir... e de um monte alentejano cheio de actividades, neste momento é... eu ir a casa das pessoas passear os cães.

[...]

V: *de facto, dentro de mim sinto que a coisa cada vez tem mais força.*

T: *E essa força, consegue encontrar um novo fôlego através disso?*

V: *Acho que sim.*

T: *Então esse é um pequeno passinho para chegarmos ao novo fôlego para a sua vida!*

V: *Não só pela independência que, eventualmente se a coisa pegar, me poderá dar a nível profissional como pelo prazer de estar a fazer uma coisa que eu gosto.*

[...]

Encontrou uma forma de seguir o “novo rumo” que passa pelo “prazer” e os “projectos” com que caracterizou a irmã, tendo sempre mantido a sua individualidade ao longo do processo e da escolha. Assim, incorporou as ideias com as quais se identifica diferenciando-se sempre da irmã já que são “pessoas diferentes”.

4.2 Análise Descritiva do CMM

De forma complementar, este excerto de sessão foi analisado segundo o modelo *Daisy* do CMM (Figura 1) aplicado à perspectiva da Vera (V.) e da Marta (M.). Dado que esta parte da sessão contém vários actos de fala (o mais pequeno componente da comunicação), essa categoria foi suprimida tendo sido utilizadas apenas quatro: Episódio, Cultura, Identidade e Relação. Tendo em conta que o *Episódio* comunicacional foi induzido na sessão terapêutica através da conversa com a Marta interiorizada e posterior reflexão da Vera, este mantém-se constante para as duas participantes. Também a *Cultura* se considerou comum às duas irmãs que viviam num contexto semelhante por pertencerem à mesma família e possuírem um conjunto de regras, oferecido pela educação, semelhante. Além disso encontram-se também valores comuns e específicos nas duas irmãs que agarram a vida “por prazer” e sem grandes expectativas financeiras. Assim, diferem as categorias *Identidade* e *Relação*, sendo que a última foi dividida em Relação com os Pais e com a Irmã, dado que os objectivos iniciais da cliente se prendiam com estes dois aspectos e a aplicação da técnica também os contemplava.

No que diz respeito à *Identidade*, a Marta é definida pela Vera como uma pessoa com força, coragem, determinação e rebeldia. Tem constantemente novos projectos, gosta de conhecer novas realidades e de se sentir livre, vivendo com prazer, e isto, levado ao extremo negativo, faz como que se auto intitule de “diabinha”, por oposição à irmã “anjinha”. O “self” interiorizado pela Vera considera a ideia

de jogo e manipulação como forma de ter os outros presentes na sua vida.

A Vera constrói a sua *Identidade* em volta das energias positivas que a fazem avançar, da paz e do amor aos outros e à vida. Enquanto o faz, torna explícitas as características contrastantes com o *self* da irmã, definindo-se a partir delas e diferenciando-se. Os seus projectos não contemplam riscos que possam colocar em causa a sua autonomia, nomeadamente no que diz respeito à casa própria. Ao contrário, a Marta que tem os outros “garantidos” através das suas atitudes rebeldes, mas que continua dependente no que respeita à co-habitação com os pais.

No que respeita à *Relação* com os pais a Marta, persuasiva e determinada, consegue obter o apoio dos pais quando dele necessita. Desta forma, as soluções interiorizadas pela Vera para lidar com os pais implicam seguir em frente sem se colocar no papel dos outros ou prever as consequências para estas pessoas.

A Vera concebe esta mesma *Relação* como implicando uma ajuda e apoio que são recíprocos e como isso nem sempre acontece tem-se focado mais na relação profissional. Como soluções para lidar com os pais, a Vera tem utilizado os cães, tenta conversar para resolverem os problemas e fazer coisas diferentes no trabalho. Além disso, tem também tentado não assimilar todas as atitudes dos pais, “cortar” e seguir em frente evitando preocupar-se.

No que diz respeito à *Relação* entre irmãs, a Marta dá amor e confiança à irmã e sente-se protegida por ela. A interacção entre as duas é concebida pela figura interiorizada como de “amor-conflito”. Marta é uma pessoa “sempre presente” na vida da irmã, servindo de motivação para visitar a casa dos pais. As soluções que a Marta interiorizada perspectiva para a situação da irmã implicam libertar-se daquilo que a prende e também dos pais, cortando o “cordão umbilical”.

A Vera vê a irmã como um modelo a seguir, pela força e apoio que lhe transmite, bem como da protecção que lhe proporciona. Por outro lado a sua ausência física também afecta a sua motivação para continuar. Marta expressava o seu amor pela irmã através de abraços mas isso não a impedia de a criticar se se justificasse. Vera sente que a irmã ainda vive nela e define esta relação como “cumplicidade”. Da irmã ficou-lhe a necessidade de “agarrar” a vida de forma a obter prazer.

“Outro” Interiorizado: A entrevista orientada para as soluções

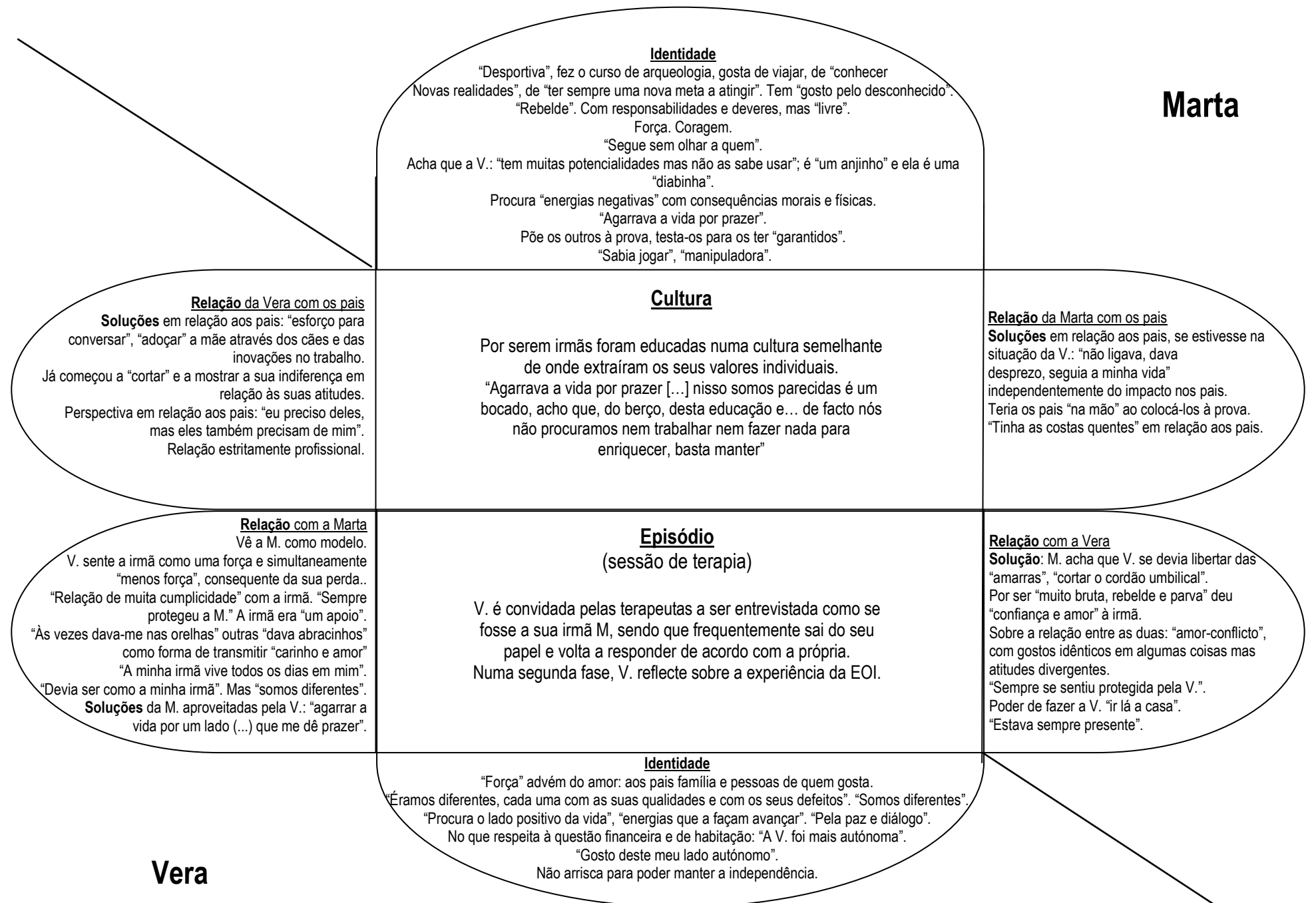


Figura 1 – Modelo Daisy respeitante ao episódio de aplicação da EOPSOI

Aqui as categorias *Identidade e Relação* assumem um papel predominante, até porque o Episódio, guiado por questões orientadas para as relações e características pessoais ao serviço das soluções para problemas definidos de forma interaccional, assim o proporcionou.

4.3 Desenvolvimento do Caso nas Sessões Subsequentes

Na sessão seguinte o objectivo redefine-se segundo o “novo rumo” ou “novo fôlego” que a Vera quer encontrar para a sua vida e concretiza-se através do desenvolvimento do projecto de *petsitting*. Neste intervalo participou numa reunião de pais na associação de apoio ao luto que já conhecia dos fóruns *online*. Sendo a única “irmã” presente, foi confrontada com muitas questões pelos pais presentes e aplaudida pela Presidente que a incitou a fazer algo semelhante com grupos de irmãos. Quando voltou ao *site* refere ter gostado do que viu já que notou o fórum mais dinâmico e os irmãos mais activos. Repara também que os pais têm uma “atitude diferente” em relação a si, sendo que o pai está mais contente com o seu desempenho profissional. No entanto, e depois de um episódio desagradável com a mãe, Vera reflecte sobre os telefonemas que lhe faz já que “não dizer nada dá resultado” mas depois conclui “eu não sou assim” explicando que lhe “custa não dar atenção”. Sobre a perda da irmã e do namorado (com quem retomou a relação durante este tempo) diz: “se eu consigo ultrapassar isto, consigo ultrapassar qualquer coisa”.

Nesta terceira sessão verifica-se uma subida na escala (de um 2 para um 4) mas considera que não pode subir mais porque sente muito a falta da irmã. Termina dizendo que se a Marta estivesse presente diria “vai em frente”.

Na quarta sessão a Vera considera ter havido uma regressão relatando mais conflitos com a mãe que, no entanto, lhe ligou várias vezes quando, neste intervalo de tempo, ficou doente. Nessa ocasião a filha retribuiu o gesto enviando MMS com fotografias dela (doente) com os cães. Nesta sessão a Vera coloca uma questão que parece resumir os assuntos trazidos para a terapia: “Mas porque é que os maus pais têm que ser as pessoas mais importantes da minha vida?”. Nesta fase antecipa também o “mesário” de morte da sua irmã, mostrando que está a aprender a gerir este processo ao dizer que sabe que se vai sentir pior e portanto pode não ir trabalhar nesse dia, não considerando isso problemático.

Na quinta sessão, e última com estrutura de TBOS, Vera está a procurar alternativas profissionais de forma a colmatar os problemas familiares que daí advêm. Também diz estar-se a encontrar a si própria através destas atitudes e dos novos projectos de vida. Durante este intervalo conseguiu ter uma conversa aberta e “tranquila” com o seu pai, como há muito não conseguia, e isso fê-la sentir-se melhor. Sobre isto

reflecte “se calhar tem a ver com o lado bom da minha irmã”. Pondera também colocar em prática uma fase experimental do projecto de *petsitting* neste Verão, quando as pessoas começarem a ir de férias. Conclui dizendo: “sinto que finalmente ultrapassei uma série de promenorezinhos que faltavam” afirmando ainda precisar de os “consolidar”. Para tal, e terminadas as cinco sessões típicas da TBOS, oferece-se a oportunidade de continuar o processo através de outra forma de intervenção, nomeadamente com o uso do CMM em sessão (Fontinha, 2008). Se esta sessão pudesse ser resumida através de uma frase da cliente, seria: “se calhar a Vera está a ficar melhor, mais grande, mais velha”.

Na sexta sessão, a Vera inicia a conversa falando das melhorias na relação com os pais: “as minhas atitudes proactivas tiveram efeito”. Diz que provavelmente a conversa aberta com o pai ajudou a melhorar o seu humor e que isso proporcionou estes acontecimentos, já que considera um “ciclo vicioso” porque “o bom estado de humor passa para quem está à volta”. Explica que tem conversado mais com os pais e sem tabus mas “ignora” os avanços da mãe para iniciar uma discussão e guarda a sua opinião para si, estratégia que tem resultado. Além disso, Vera verifica mais situações de pedido de ajuda (no trabalho) e tem passado mais tempo com os pais, na casa deles ou em saídas que agradem a todos. A nível profissional, mostrou-se empenhada em trocar de emprego, enviou candidaturas espontâneas e diz que não se contentar com qualquer coisa, já que tem que ter prazer com o que faz. Também o projecto de *petsitting* está a avançar com o contacto com outras pessoas a trabalhar no ramo e troca de informações e experiências. Na sétima e última sessão a Vera relata que as melhorias na relação com a mãe se mantêm. Quanto ao que ainda falta atingir, cliente diz: “preciso de me agarrar ao que gosto de fazer” e que as relações com os outros “são as pequenas coisas que me dão gozo ao viver”. Perto do final desta sessão a Vera reflecte dizendo: “sou uma miúda positiva... acho que amanhã vai ser melhor que hoje... nestas coisa que eu acredito que vou conquistar e a minha irmã está comigo”.

5. Discussão

A *Entrevista Orientada Para as Soluções ao Outro Interiorizado* foi aplicada de forma a focar as estratégias que Marta usa como soluções para lidar com a mesma situação familiar com que Vera se confronta actualmente. Aqui a cliente explora a “rebeldia” da irmã como forma de garantir a atenção e apoio dos pais, ao colocá-los “à prova”. A pessoa interiorizada considera então que a Vera não tem “coragem” para usar estas soluções mas sabe que é ao “amor” e à dedicação à família que ela encontra

estratégias de *coping* para enfrentar esta situação. Em jeito de consultoria, a Marta interiorizada considera que a irmã deve aproveitar os recursos que possui e libertar-se dos pais, assumindo uma posição mais “egoísta”. Apesar desta exploração de soluções usadas pelas duas para enfrentar a situação familiar, a Vera consegue diferenciar-se claramente da irmã neste aspecto e manter a sua individualidade.

A influência da pessoa da Marta interiorizada é destacada como central na vida da Vera, assumindo-se como um “modelo” e como alguém que dá “força”, “confiança” e “amor”, mesmo através das suas atitudes mais extremistas, aceites pela irmã como parte da sua personalidade. Na sua convivência revelam-se complementares, uma “rebelde”, outra “pela paz” e nessas diferenças encontram a “cumplicidade”, protecção e apoio que funcionam como recursos.

Na reflexão sobre o processo de EOPSOI a Vera considera que poderia adoptar algumas das estratégias da irmã, nomeadamente no que diz respeito a um distanciamento afectivo em relação aos pais que lhe permitisse evitar os conflitos e “cortar o cordão umbilical”. Nesta fase, conclui que os pais também necessitam da sua presença e portanto, se é um apoio recíproco a iniciativa de estabelecer contacto também tem que o ser. De facto, evidencia uma excepção, quando decide não ligar aos pais no fim-de-semana. Outra das soluções que Vera gostaria de herdar de Marta, e de certa forma já pratica, era a forma prazerosa de lidar com a vida e de enfrentar os novos desafios. Afirma que ambas não possuem objectivos financeiros, mas a Vera não está disposta a perder a autonomia que alcançou ao sair de casa e portanto tem outras responsabilidades que a Marta não tinha. Deste modo, encontra no projecto de *petsitting* uma alternativa que lhe permite arriscar fazer algo que lhe dá prazer sem perder a sua autonomia. Semanas mais tarde, pondera colocar esta ideia em fase experimental e na sexta sessão traz consigo novos projectos profissionais, mostrando-se apenas disposta a trabalhar em áreas do seu agrado e, assim, pode contornar os conflitos familiares resultantes da partilha do local de trabalho com os pais.

No final desta reflexão, ao falar deste projecto de *petsitting*, diz sentir-se como “mais força” e nessa conquista considera poder encontrar o “novo fôlego”, objectivo inicial para este processo terapêutico.

Tendo em conta que um dado episódio comunicacional pode ser entendido no seio de uma cultura através da definição de identidades e da existência de relações sociais (Pearce, 1994), procedeu-se à análise do CMM, de forma a salientar diferenças nestas categorias de análise. Assim, visto o Episódio comunicacional corresponder à aplicação da EOPSOI e Cultura se definir em termos da educação comum e da busca de prazer na vida, sem ambições monetárias, é possível verificar, através desta esquematização, uma grande diferença ao nível da identidade das duas. Desta forma, a Vera define-se

como “anjinha” em torno das “energias positivas” que a fazem avançar, enquanto que a irmã interiorizada é vista como “diabinha”, forte, determinada, corajosa e rebelde, que sabe o que fazer para ter os outros presentes na sua vida.

No que respeita ao campo da relação com os pais surgem também diferenças notórias, com a Vera preocupada em cuidar deles (assumindo posteriormente que isso tem que ser recíproco) e a Marta, mais centrada em si, tentando mover-se de forma a obter o apoio de que necessita. Quanto à Relação entre ambas, destaca-se a confiança, amor, protecção e cumplicidade, sendo que a Vera percepção a Marta como um “modelo” onde encontra força e motivação. Por outro lado, e apesar de ter presente e viva em si, a ausência da irmã também pode funcionar de forma oposta. Desta interacção, a Vera recolhe a atitude de “agarrar a vida por prazer” e a coragem para se “libertar das amarras” ao distanciar-se o suficiente em relação aos pais, para evitar assimilar e magoar-se com os conflitos.

Assim e recordando os objectivos específicos para o caso, a EOPSOI foi conduzida de forma a recuperar os padrões de resolução de conflitos usados pela Marta e ao longo do processo Vera identifica-os e, mantendo a sua individualidade, afirma que a ajuda tem que ser mútua e portanto não precisa de tomar sempre a iniciativa de contactar. Para a sua vida decide também que pode, como a irmã, colocar o prazer acima das consequências quando enfrenta novos desafios, mas (e mais uma vez adoptando uma posição segura) sem arriscar ao ponto de perder a autonomia que conquistou. De facto, em sessões seguintes, relata outros episódios indicativos desta forma de aproveitar as oportunidades. No que diz respeito ao segundo objectivo, considera-se que interiorizar a presença da irmã, permitiu a Vera ter um contacto mais directo com as suas atitudes e escolhas de vida e de facto, parece que elas são explicitamente aceites e até admiradas, quando enquadradas no seu contexto. Assim, a Vera compreende que a “rebeldia” lhe traz o apoio dos pais que têm medo de a perder e lhe permite viver a vida procurando o prazer e a liberdade. Apesar de considerar que esta conduta pode trazer, e trouxe à Marta, consequências negativas, Vera aprende que são estratégias e afirma que também poderia adoptar algumas delas. Através desta Entrevista, a cliente faz questão de se assumir diferente da irmã, mostrando que sabe o que possuem em comum e o que pode mudar, tendo sempre em conta a preservação da sua autonomia financeira e a sua identidade. O quarto objectivo específico situa-se ao nível da condução da EOPSOI usando a interiorização da Marta como consultora e força motivadora. De facto, ao longo deste processo foi possível verificar que a irmã considera que Vera poderia aproveitar de outra forma os seus recursos com o objectivo de se libertar das amarras e seguir com a sua vida. Vera assume também a importância da influência da sua irmã para encontrar “um novo rumo” ou um “novo fôlego” que, neste

processo definiu em termos de concretização do projecto de *petsitting* e sente a sua presença e apoio nas escolhas e “conquistas” da sua vida. Durante esta aplicação e ao tomar contacto com as estratégias utilizadas pela Marta, a Vera pode conhecer outra forma de lidar com os mesmos problemas e daí, escolher o que mudar na sua abordagem.

Apesar desta aplicação não pretender ser representativa da utilização da EOPSOI, podem tecer-se algumas considerações sobre o seu uso futuro, quer ao nível do seu emprego, quer das suas potencialidades para as pessoas em terapia.

Importa, assim analisar os objectivos gerais deste trabalho, e mais relacionados com a aplicação de uma técnica de intervenção resultante da integração do questionamento e linguagem da TBOS com a EOI. Através dela foi possível trazer para a terapia uma pessoa inacessível, dada a sua ausência física e conhecer a sua perspectiva sobre a irmã e a situação actual, bem como as suas estratégias para resolver problemas semelhantes aos da Vera. A interiorização da pessoa da Marta, influente na vida da irmã, funcionou como consultoria das forças, recursos e padrões de resolução de problemas de Vera.

A técnica da EOPSOI foi aplicada segundo os oito passos propostos por Burnham com especial atenção à situação delicada que Vera vive, através da sugestão para internalização da irmã recentemente falecida. A cliente aceita o desafio e no decorrer do processo sai algumas vezes do papel de Marta para voltar ao seu próprio ponto de vista, algo que segundo Tomm (2007) prevê como natural⁶. Acontece também que Vera responda “não faço ideia” ou “a Vera nunca percebeu o que a Marta acha disso” o que, para Burnham (1997a; 1997b) significa que a cliente não sabe realmente o que o “outro” diria nessa situação e não está, assim, a preencher esse espaço com a sua opinião pessoal.

No que respeita à forma de aplicação da EOPSOI, foi contemplado um modo de questionamento focado: nas soluções usadas pela Marta para lidar com os pais de ambas; nas sugestões de comportamentos alternativos que faria à irmã para enfrentar estes conflitos; na recuperação das potencialidades e qualidades da Vera; na relação de cumplicidade entre ambas e impulso para a mudança daí resultante; e na reflexão sobre o processo e conclusões/implicações que daí possam advir. Foi assim utilizada uma linguagem positiva e orientada para as soluções que, neste caso, consiste numa redefinição do percurso de vida. Pode também dizer-se que foram encontradas algumas Excepções ao recuperar os padrões de resolução de conflitos da Marta, apesar de estes poderem não ser ampliados pela irmã.

Além de todas as vantagens apresentadas anteriormente para o uso da EOI (Tomm, 2007) e das já mencionadas para a EOPSOI, a forma positiva de conduzir a sessão, bem como o foco nas soluções ao

⁶ Por vezes, estas situações podem também ser confundidas com o hábito da Vera falar na terceira pessoa mesmo quando se refere a ela própria.

invés dos problemas e dificuldades, ajuda a minimizar o risco de danos associados à internalização do “outro”, como mencionado por Tomm (2007).

Este estudo apresenta algumas limitações nomeadamente no que respeita aos limites da interpretação dado consistir apenas na análise de um caso através de investigação qualitativa. Assim, não é possível dizer a que se deveram as alterações subsequentes a esta aplicação (até porque existiram intervalos entre sessões de mais de dois meses, por desmarcação da cliente), pelo que apenas se poderão analisar as consequências imediatas da participação na tarefa. Considera-se que o trabalho sobre outras aplicações da EOPSOI, nomeadamente em casos que justifiquem a utilização de outras questões previstas inicialmente (Milagre, Escala, Elicitação/Ampliação de Excepções) se tornaria mais rico, apesar de também mais extenso.

6. Direcções Futuras

Futuramente, e como já foi referido nas limitações do estudo, julga-se pertinente analisar outros casos com aplicação de mais técnicas da *Entrevista Orientada Para as Soluções ao Outro Interiorizado*. Além disso, torna-se também possível implementar esta intervenção na presença do “outro” ou mesmo trocando de identidades em simultâneo (ou seja, A interioriza B e B interioriza A ao mesmo tempo). Dado que uma das utilidades da EOPSOI é trazer para a terapia um elemento do sistema que contribui para o padrão do problema mas que não está comprometido com o processo, seria interessante estudar, como é que esta técnica poderia ajudar na solução do problema definido de forma interaccional, quer através da compreensão e aceitação das atitudes do “outro” (que esta técnica pode proporcionar), quer pela alteração do seu padrão de resposta face ao “outro”. Outra possibilidade é a de alargar a ideia de utilizar a EOI em supervisão (Burnham, 1997a), questionando os terapeutas ou estagiários como clientes, ou com adolescentes como se fossem os seus ídolos. Tomando a posição de um cliente, o terapeuta poderá perspectivar de forma directa, um novo leque de excepções e soluções que poderá depois trabalhar em sessão, além de poder melhorar a relação terapêutica com este aumento de empatia. Com adolescentes, torna-se possível utilizar temas apelativos e recuperar padrões de resolução de soluções (ou mesmo formas de alcançar o “sucesso”) dos ídolos característicos desta fase da vida.

Por ser uma técnica de intervenção muito rica e flexível, pode ser utilizada criativamente em muitos casos na terapia e com diferentes populações, aumentando a empatia e propiciando a mudança.

7. Conclusões

Quando se interage de forma repetida com alguém, criam-se impressões que incluem os sentimentos, pensamentos, intenções ou desejos dessa pessoa. Assim, ao longo do tempo estas impressões transformam-se numa imagem complexa, gerando um “outro” interiorizado que passa a fazer parte da identidade da pessoa (Tomm, 2007). Através de uma entrevista à internalização desta figura, torna-se possível gerar uma consciência diferente da perspectiva do “outro”, o que pode resultar no aumento de empatia pela compreensão e apreciação das suas atitudes. A articulação com questões orientadas para a solução, amplia estas vantagens na medida em que permite recapitular padrões de resolução de problemas do “outro”, ampliando os de sucesso e substituindo os que não produzem soluções. No caso apresentado, verificou-se uma consciencialização das soluções da irmã interiorizada que possibilitou a identificação com algumas formas de evitar conflitos com os pais e, ao mesmo tempo, uma diferenciação em relação à irmã, sendo que a Vera acabou por valorizar as suas próprias tentativas. Além disso foi possível reconstruir a impressão formada acerca da Marta e enquadrar a “rebeldia” e “excessos” da irmã no seu devido contexto e até como forma de estratégia para conseguir a atenção e apoio dos pais. Assim, a Marta foi utilizada como consultora das potencialidades da irmã, tecendo sugestões sobre as suas utilizações e alternativas de soluções em relação ao problema com os pais, uma das possibilidades de aplicação da EOPSOI.

O questionamento sistémico é desenhado para convidar quem responde a pensar nas relações e assim pode quebrar os padrões geralmente usados para perspectivar um determinado assunto e evitar conflitos (Pearce & Littlejohn, 1997). Esta forma específica de Entrevista é exemplo disso e permite fazê-lo através do contacto directo com a visão do outro, seus recursos e soluções, possibilitando ainda a actualização dos do próprio.

8. Reflexão sobre o Processo

Aquando da escolha do tema de investigação e dada a realização do estágio em terapia, fez-me sentido que o estudo coincidissem com uma intervenção com impacto para a pessoa. De facto, a técnica do

“Outro” Interiorizado, baseada no *Construcionismo Social*, não só se apresenta muito útil na recolha de informação relacional como pode até ser transformativa.

Apesar de não ter participado como terapeuta neste caso, trabalhei na preparação das sessões e no planeamento da intervenção com a EOPSOI e estive presente como parte da equipa de observação ao longo de todo o processo. Quando a Vera identificou o problema como respeitante à superação da morte da irmã e evidenciou diferenças na forma como lidava com os seus pais, fonte de conflitos para ela, achei que poderia ser frutuoso utilizar esta forma de entrevista, com o objectivo de encontrar alternativas de soluções e também de enfrentar o luto da irmã. Assim, esta forma de reflectir sobre a sua identidade e relações, pareceu-me muito proveitosa para o processo terapêutico da Vera.

Deste modo, o presente trabalho de Dissertação proporcionou uma pesquisa literária muito importante no sentido de melhor compreender a técnica e encontrar novas hipóteses de aplicação, além de permitir em simultâneo a intervenção no caso com efeitos imediatos e transformativos para a participante.

Referências Bibliográficas

- Anderson, H. & Goolishian, H. (1992). The Client is the Expert: a Not-Knowing Approach to Therapy. In Sheila McNamee & Kenneth Gergen (Eds.), *Therapy as Social Construction* (pp. 25-39). London: SAGE Publications.
- Berg, I. K. (1991). *Family preservation: A brief therapy workbook*. London: BT Press.
- Beyebach, M. (1995). Avances en terapia breve centrada en las soluciones In: J. Navarro Góngora & M. Beyebach (eds.) *Técnicas en terapia familiar sistémica*. Barcelona: Paidós, pp. 157-194.
- Burnham, J. (1997a). Internalized Other Interviewing in Therapy and Supervision (personal notes).
- Burnham, J. (1997b). Internalized Other Interviewing: Evaluating & Enhancing Empathy (was published in *Clinical Psychology Forum*, 1999: special edition).
- De Shazer, S. (1986). *Terapia familiar breve* (M. S., Mourão, trad.). São Paulo: Summus (original publicado em 1982).
- De Shazer, S., Berg, I.K., Lipchik, E., Nunnally, E., Molnar, A., Gingerich, W., Weiner-Davis, M. (1986). Brief Therapy: Focused Solution Development. *Family Process*. 25, pp. 207-221.
- De Shazer (1991). *Putting Difference to Work*. New York: Norton.
- Cronen, V. E., Pearce, W. B. & Tomm, C. (1985). A Dialectical View of Personal Change In Kenneth J. Gergen and Keith E. Davis (Eds.), *The Social Construction of the Person* (pp. 203-224). New York: Springer-Verlag.
- Deacon, S. A. & Davis, J. C. (2001). Internal Family Systems Theory: A Technical Integration. *Journal of Systemic Therapies*. 20(1), pp. 45-58.
- Fontinha, L. M. (2008). *Modelo Daisy Orientado para as Soluções em Terapia* (Dissertação de Mestrado Integrado em Psicologia Clínica Sistémica). Lisboa: Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Lisboa.
- Gergen, K. & Gergen, M. (2004). *Social Construction: Entering the Dialogue*. Ohio: TAOS Institute Publications.
- Gergen, K., & Warhuus, L. (2001) *Terapia como construção social: Características, reflexões e evoluções*. In M. Gonçalves & O. Gonçalves (coord.), *Psicoterapia, discurso e narrativa: a construção conversacional da mudança*. Coimbra: Quarteto.
- Hoffman, L. (1992). A Reflexive Stance for Family Therapy. In Sheila McNamee & Kenneth Gergen (Eds.),

- Therapy as Social Construction* (pp. 7-24). London: SAGE Publications.
- Hurley, D. (2006). Internalized Other Interviewing of Children Exposed to Violence. *Journal of Systemic Therapies*, 25(2), pp. 50-63.
- Kuehl, B. P. (1995). The Solution-Oriented Genogram: A Collaborative Approach. *Journal of Marital and Family Therapy*, 21(3), pp. 239-250.
- Leppington, R. (1991). From Social Constructivism to Social Constructionism and Doing Critical Therapy. *Human Systems*, Vol. 2, pp. 79-103.
- Lowe, R. (2005). Structured Methods and Striking Moments: Using Question Sequences in “Living” Ways. *Family Process*, 44(1), pp. 65-75.
- Moon, S. M. & Trepper, T. S. (1996). Case Study Research. In D. H. Sprenkle & S. M. Moon (Eds.), *Research Methods in Family Therapy* (pp. 393-410). New York: Guilford Press.
- Neto, L. M. (2003). Dez Questões sobre o Modelo Comunicacional da gestão Coordenada das Significações (CMM). *Pensar Enfermagem*, 7(1), pp. 22-3.
- O’Hanlon, W. H. & Weiner-Davis, M. (1994). *Em busca de soluções: Novos rumos em psicoterapia*. São Paulo: Editorial Psy II. (Original publicado em 1989)
- Paré, D. A. (2001). Crossing The Divide: The therapeutic use of internalized other interviewing. *Journal of Activities in Psychotherapy Practice*, 1(4), pp. 21-28.
- Pearce Associates (1999). *Using CMM – “The Coordinated Management of Meaning”, Version 1.1*, August, 1999. San Mateo – California.
- Pearce, W. B. (1989). *Communication and the Human Condition*. Southern Illinois: Southern Illinois University Press.
- Pearce, B. (1994). *Interpersonal Communication: Making social worlds*. USA: HarperCollins College Publishers Inc.
- Pearce, W. B. & Littlejohn, S. W. (1997). *Moral Conflict: When Social Worlds Collide*. Thousand Oaks: SAGO Publications, Inc.
- Pearce, B. & Pearce, K. (2000). Extending the theory of the Coordinated management of meaning (“CMM”) through a community dialogue process. *Communication Theory*, 10, 405-423.
- Pearce, B. & Pearce, K. (2003). Taking a Communication Perspective On Dialogue. In Anderson, R., Baxter, L. A., & Cissna, K. N., (Eds.). *Dialogue: Theorizing Difference in Communication Studies* (Sage, pp. 39-56.). Thousand Oaks: CA.

- Pearce, B. (2005). The Coordinated Management of Meaning (CMM). In William B. Gudykunst (Ed.), *Theorizing About Intercultural Communication* (pp. 35-54). Thousand Oaks, Ca: Sage Publications.
- Pearce, B. (2006). Doing Research From the Perspective of the Coordinated Management of Meaning (CMM). Retrieved May 25, 2008 from http://www.pearceassociates.com/essays/research_menu.htm
- Pearce, B. (2007 November). *CMM-ish Research*. Paper presented for National Communication Association. Chicago, Illinois.
- Reiter, M. D. (2007). The Use of Expectation in Solution-Focused Formula Tasks. *Journal of Family Psychotherapy*, 18(1), pp. 27-37.
- Stake, R. (1994). Case Studies. In Norman K. Denzin & Yvonna S. Lincoln (Eds.) *Handbook of Qualitative Research* (pp. 236-247). London: Sage Publications.
- Tomm, K. (1998). A question of perspective. *Journal of Marital and Family Therapy*. October 1998. Retrieved 22 May, 2008 from http://findarticles.com/p/articles/mi_qa3658/is_199810/ai_n8826163.
- Tomm, K. (2007, October). Interviewing the Internalized Other. Paper presented in Halifax.
- Vasconcelos, J. Q. & Neto, L. M. (2003). The “Internalized Other” Interviewing Technique Revisited. *Journal of Family Psychotherapy*. 14(4), pp. 15-26.
- Watzlawick, P., Beavin, J. H. & Jackson, D. D. (2004). *Pragmática da comunicação humana: um estudo dos padrões, patologias e paradoxos da interação*. São Paulo: Cultrix (Tradução do original em língua inglesa *Pragmatics of human communication*, 1921).

ANEXOS

ANEXO I

- Preparação -

Caso	N		
Sessão	2 ^a	Data/Hora	28.11.2007 / 19.30h
Terapeuta			
Co-Terapeuta			
Anfitrião			
Equipa de Observação			
Pessoa(s) esperada(s)	Vera		
Tipo de Cliente	Compradora		

9. Exploração da Tarefa da Sessão Anterior

“Há duas semanas, tínhamos finalizado a sessão com uma sugestão de tarefa: num dia que lhe corresse bem, apontar o que fez de diferente, está lembrada? Como é que correu?”

Melhorias Inter-sessão

“Muitas vezes acontece que entre encontros se notem melhorias. O que já mudou desde a última vez que a Vera esteve aqui?”

• Definição de Objectivos

“Na última sessão falámos de vários assuntos. A Vera disse que precisava de:

- encontrar um “novo fôlego” para as coisas, um “novo rumo”. Disse-nos que talvez pudesse fazer isto a nível

profissional.

- Por outro lado, disse que precisava de ajuda para superar a perda da irmã....

- e de encontrar uma forma de melhorar a relação com os pais.

Na nossa maneira de trabalhar, acreditamos que o processo é mais eficaz se focarmos um objectivo de cada vez. Por qual destes gostaria de começar?

- Como saberia que já tinha alcançado esse objectivo?

- Qual seria o primeiro passo, por mais pequeno que pareça, nesse sentido? E a seguir? E a seguir?"

• Exploração e ampliação de momentos excepções

O que é que aconteceu quando a situação esteve melhor?

O que é que fez nesse sentido?

Com quem é que estava nesse momento?

Onde se encontrava?

O que estava a fazer nesse momento?

• Pergunta-Escala

"A Vera disse-nos, da última vez que cá esteve que, numa escala de 1 a 10, considerava estar no nível 3. Hoje, em que nível considera estar, relativamente ao problema?"

3 porque tenta encontrar "uma espécie de fuga".

Não está no 1/2 porque "pior é impossível".

Para chegar ao 4 seria necessário resolver a situação profissional e "sair daqui" (passo mais pequeno Alentejo e depois um passo maior para fora do país). Há um ano atrás encontrava-se no 7 "tinha a minha irmã e essa situação, por arrasto trás outras coisas". Acrescenta "se ela saísse daqui eu se calhar

também saia).

“O que é que pensa que pode fazer para chegar ao nível (X+1)?”

“E o que é que já aconteceu ou o que é que já fez para não estar no nível X-1?”

• Se não tiverem sido produzidas exceções anteriormente:

“Quando é que conseguiu estar num X+1?”

“O que é que estava a acontecer nessa altura?”

“O que é que estava a fazer “

“O que acontecia à sua volta? Com quem estava?”

• Pergunta-Milagre

“Imagine que... depois de estarmos aqui, vai para casa, janta, faz as suas tarefas, vê televisão, tudo o que costuma fazer habitualmente, e depois vai para a cama e adormece. E enquanto está a dormir, um milagre acontece, e o problema que a trouxe até à terapia desaparece de repente! Mas isto acontece enquanto está a dormir, portanto não pode saber que aconteceu... Quando acordar de manhã, como é que vai descobrir que o milagre aconteceu? O que está diferente?”

Quando esteve mais perto desse milagre? O que é que aconteceu/ acontecia/ o que é que fez/estava a fazer? O que é que aconteceu antes? E depois? Quem estava consigo? O que é que sentiu/pensou/disse/fez?

O que é que pode fazer para (voltar a) estar perto desse milagre/ nessa situação/ a ter esse sentimento/ comportamento?

Quem a rodeia como poderia perceber que o milagre aconteceu?

O que precisa fazer para que este milagre aconteça?”

• **Consoante o fluxo da conversa, aplicar *Entrevista Orientada Para as Soluções ao Outro Interiorizado*:**

Cuidados a ter:

Apesar de a Vera estar a lidar de forma construtiva com a morte da irmã, é necessário certificarmo-nos de que recuperar a ideia não será danoso para ela. Para isso a tarefa deve ser introduzida com cuidado, sob a forma de sugestão e explicando as fases de todo o processo e pedindo a aprovação da Vera para a participação no mesmo.

Passos do Processo (Burnham, 1997 - adaptado)

1. Entrevista à irmã de Vera.

2. *Propor:*

“Gostaria de lhe propor uma tarefa que penso que a poderá ajudar a perceber algumas coisas. Pode parecer um pouco estranho mas gostaria que pensasse nesta ideia e nos dissesse se lhe faz sentido.

Pela nossa conversa, temos percebido que a sua irmã era uma pessoa muito importante para si e possuía algumas estratégias para lidar dos os seus pais e com as adversidades da vida. É como se fosse uma espécie de *modelo*, será? Então pensámos em entrevistá-la, Vera como se fosse a sua irmã, já que não a podemos ter aqui a falar connosco. O que lhe parece? Muito estranho? Compreendo se for muito difícil para si recuperar a memória da sua irmã.... O que me diz? Vamos tentar ver o que a Marta teria para nos dizer?

3. *Apresentação do Processo:*

Se disser que não está disposta a este exercício, deve-se aceitar a resposta, pelo carácter recente da morte da irmã, e deixar no ar que tentaremos noutra altura, quando/se a Vera se sentir mais confortável.

Se aceitar, dizer: “Então eu vou falar consigo como se fosse a Marta e no final, despeço-me dela e digo olá à

Vera de novo. Depois poderemos reflectir sobre a conversa com a sua irmã.

4. *Grounding*

Falar com a Marta como se fosse a primeira vez. Perguntar questões práticas e simples por forma a facilitar a interiorização. Nesta fase é importante usar o nome da Marta com frequência. O tempo que dura esta fase é variável e depende da rapidez com que a Vera for conseguindo entrar na personagem da irmã.

Exemplos em discurso directo:

- “Olá Marta! Obrigada por estar aqui connosco hoje! Gostaríamos de a conhecer melhor, pode-nos falar um pouco de si? Que idade tem? De que cor é o seu cabelo? O que gosta de fazer?”

5. *Exploração*

À medida que a Vera comece a falar pela Marta de forma mais fluente, é possível começar a introduzir outras questões.

Questões Orientadas Para as Soluções:

- “A Vera disse-nos, na última conversa, que a Marta era uma rebelde. Quando é que começou a usar essa estratégia?”, “O que estava a fazer nessa altura?”, “Como é que isso a ajuda na sua vida?” “O que diria à Vera se ela quisesse tentar ser mais rebelde e tomar decisões com confiança?”

- “A Vera tem feito um grande esforço para conversar com os seus pais e já tem algumas estratégias para adoçar a sua mãe. No lugar dela o que faria?”

- “O que faz quando os seus pais “chocam” consigo?”

- “Como faz para *adoçar* a sua mãe?”

- Explorar excepções como a da festa de fim de curso - “O que fez dessa vez? O que fez a Vera?”)

6. *Explorar a relação com a própria pessoa*

- “Marta, como descreveria a sua relação com a sua irmã?”

- “O que nessa relação lhe dá força para enfrentar estes conflitos?”

7. *Terminar*

Quando se considera que foi feito algo de útil com a entrevista ou quando parecem não existir mais questões

a explorar, termina-se dizendo “adeus” à Marta e “Olá” à Vera.

“Bom Marta, gostei muito de falar consigo e queria agradecer-lhe pelas sua participação aqui na sessão com a Vera. Acha que a Vera esteve a ouvir? O que terá ela achado da nossa conversa? Vou-me despedir de si para poder voltar a falar com a sua irmã.”

“Olá Vera!”

8. *Reflectir sobre o processo e os efeitos da EOPSOI, com especial incidência nas soluções encontradas pela Marta que podem ser úteis à Vera.*

“Como foi esta experiência?”, “O que aprendeu com a Marta?”

Intervalo

Cumprimentos

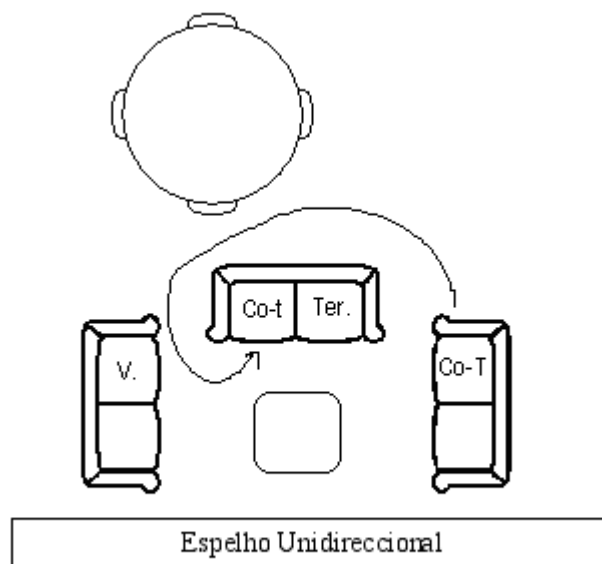
Prescrição

ANEXO II

- Pós-sessão -

2ª sessão

Caso N



Sobre as melhorias desde a primeira sessão, Vera diz que estas duas semanas correram “mal”. O namorado pediu um tempo no dia que se seguiu à última consulta, acabando o namoro ontem e Vera revela que “estou desorientada”. Explica: “antes juntávamos os filhos dele com os meus cães para se habituarem uns aos outros”, acrescentando “agora ele quer dar um tempo”. Diz ter falta de concentração e fala do S. como: “ele era o meu companheiro”, “o meu apoio”. Afirma que perdeu a irmã e agora perde outra pessoa e refere não ter vontade para nada. Assim, a terapeuta pergunta “então, o que a faz levantar de manhã”, ao que Vera responde “ir trabalhar”.

Refere a conversa do dia anterior com os pais, dizendo que eles não a conhecem e “não me dão uma oportunidade de mostrar quem sou”. Refere que “os meus amigos dizem-me que tenho que gostar mais de mim.” E acrescenta “mas que cena é essa do amor-próprio? Eu acho que gosto de mim (fisicamente não me acho grande espingarda) mas intelectualmente estou bem! Acho que gosto de mim!”. Explica: “gosto da minha maneira de ser, da minha forma de estar na vida, gosto das causas que defendo e olho para mim e vejo mais aspectos positivos do que negativos” (...) “Se calhar os meus amigos dizem isso porque eu fico numa posição de submissão (em relação aos meus pais, aos outros)”. Diz ainda que acha não lidar bem com a solidão.

Sobre o namorado, afirma que “acho que está em crise” já que se divorciou há pouco tempo. Diz: “eu sei que ele gosta de mim” e fala do jantar de aniversário do pai do S., ao qual foi apesar de acabada a relação. “Lá foi a

Vera, a boa da Vera!”. Mudando ligeiramente de perspectiva, diz “a maior parte das pessoas entende isto como falta de amor-próprio”. Explica: “não me sinto mal por ajudar os outros!”.

Com a morte da irmã diz ter aprendido a dar um valor diferente à vida e a “valorizar mais o tempo”. Acrescenta: “eu não faço as coisas para me valorizar, se os outros gostam tanto melhor”.

Quanto à definição de objectivos, Vera afirma que o único que depende dela é o “encontrar um novo rumo”, dizendo que a perda da irmã também pode estar ligada com isto. Refere: “há dias em que o Sol brilha mais” e acrescenta: “há dias em que ela me podia ajudar a andar para a frente”, pelo que as terapeutas consideraram pertinente introduzir a entrevista ao outro interiorizado, tal como planeado.

EOPSOI - Transcrição

[...]

Vera: A perda da minha irmã mexe comigo todos os dias e há dias em que eu, parece que penso, penso que “se a minha irmã aqui estivesse”... mas o mundo é para a frente, mas ela não está aqui! Não está aqui e eu sinto a falta dela! E todos os dias acaba por mexer, uns dias dá-me mais força pensar que ela me poderia estar a ajudar a andar para a frente e outros dias me dá menos força porque não a tenho! E, e... de facto, o encontrar, às vezes, o fôlego também depende um bocado disso. Depende do estado de espírito.

Terapeuta: Então agora gostaria de lhe propor uma tarefa que lhe pode parecer esquisita.... Se não a quiser fazer deixamos para outra altura... Que nos vai poder ajudar a perceber algumas coisas. Pode-lhe parecer estranho e se não estiver disponível, se não estiver à vontade, diga-nos e nós passamos para outra questão e se quiser voltamos a tentar noutra sessão.

Nós já tínhamos percebido que a sua irmã é uma figura importante na sua vida... e que ela possuía muitas estratégias para lidar com os seus pais e com as dificuldades da vida. E então, ela era como que um modelo, em muitos aspectos, para si, certo? (Vera anui sorrindo) Então, o que nós queríamos era entrevistar a Vera como se fosse a sua irmã, que se coloque na pele da sua irmã. Se a qualquer momento não se sentir à vontade, diga que...

V: Não é não sentir à vontade, mas eu acho que isso é.... Impossível...

T: ...Mas conhece-a...

V: Pronto, está bem, siga!

T: Não, se não se sentir à vontade...

V: Depende, lá está, depende... Depende da pergunta, logo vejo se sou capaz ou não!

T: A sua irmã chamava-se...?

V: Marta

T: Entretanto, se não se sentir à vontade, diga...

V: Está bem.

T: ... que nós paramos.

Co-Terapeuta: Acho que podíamos começar por explicar o intuito.

T: O intuito, o intuito é mesmo ir buscar...tentar que a Vera pense um bocadinho nas estratégias que a sua irmã tinha, de acordo com as perguntas que eu irei fazer, para lidar com as situações, com as diferentes situações. Se ela estivesse aqui hoje connosco como é que ela lidaria com isso. No final iremos reflectir sobre o que a Marta disse.

Para iniciar, vamos mesmo começar do início, eu vou cumprimentar a sua irmã e no final digo adeus à Marta e começo a falar de novo com a Vera Isto pode-lhe parecer um pouco estranho, mas já foi utilizado noutros casos. Vamos ver o que conseguimos com esta tarefa.

Olá Marta! Obrigada por estar aqui connosco, é um prazer tê-la aqui hoje connosco. Para começar de uma forma simples, fale-nos um pouco de si, como é que é, a sua cor de cabelo, a cor dos seus olhos, como é que se gosta de vestir...?

V: A Marta gosta de se vestir assim como está! A roupa por acaso é da Marta ...Tem o cabelo castanho com madeixas, agora tenho 27 anos, tenho os olhos castanhos sou míope, mas uso lentes de contacto. Sou uma miúda desportiva, fiz o curso de arqueologia...

T: E que mais gosta de fazer?

V: Viajar!

T: Onde é que gostava de ir?

V: Viajar no sentido de conhecer, de partir para outros mundos de... conhecer novas realidades e de facto ter sempre uma nova meta a atingir. E... um gosto muito grande pelo desconhecido.

T: A Vera disse-nos, na conversa que nós tivemos, que a Marta é uma rebelde! Quando é que começou a utilizar essa estratégia da rebeldia?

V: Desde pequenina... Deixa cá ver...

T: Alguma situação em que isso tenha acontecido.

V: Por exemplo aos 15 anos... Decidi por à prova os meus pais e aos 15 anos parti com os meus amigos da escola secundária, para trabalhar para um hotel e... foi, acho que foi isso, acho que foi uma maneira de por à prova os meus pais e testá-los, para eles perceberem mesmo que em mim não mandavam! Que eu tinha algumas

responsabilidades, também tinha alguns deveres, mas que eu era livre.

T: E como é que isso a ajuda na sua vida?

V: Não ajuda muito (ri-se)! Ajuda no sentido em que eu sinto que também tenho os meus pais na mão, por eu ser rebelde, por eu testar, por eu me pôr à prova e pôr os outros à prova, por... pelo medo que eles têm, exactamente, de me perder. É uma maneira de os ter garantido e... lá está, quando eu estou longe é quando eles estão mais presentes.

T: O que diria à Vera se ela quisesse tentar ser mais rebelde e tomar decisões com mais confiança?

V: Essa é lixada! [ri-se] Como é que é??

T: O que diria à Vera se ela quisesse tentar ser mais rebelde e fazer as coisas com mais confiança?

V: A M. acha que a Vera não tem coragem para isso.

T: porquê?

V: Eu não sei, não sei... A Vera nunca percebeu o que é que a Marta achava disto! [rindo]

T: A Vera também tem feito um grande esforço para conversar com os seus pais e já tem até algumas estratégias para adoçar a mãe através dos cães, através de, no trabalho, tentar fazer coisas novas. Mas agora, no lugar o que faria?

V: [rindo] Não fazia nada disso!

T: Então o que faria?

V: Faria o oposto, não ligava, dava desprezo, seguia a minha vida... Independentemente da mozza que poderia causar aos meus pais.

Co-T: De onde é que vem essa força toda?

V: Não faço ideia...

T: E de onde é que acha que vem a força da Vera para continuar a viver?

V: Do amor que tem aos pais, à família e às pessoas de que gosta.

T: Que potencialidades é que acha que a Vera tem que a faça atingir os seus objectivos?

V: A Marta acha que a Vera tem muitas potencialidades, só que não as sabe utilizar, não sei...

Co-ter: Qual seria o conselho que a Marta poderia dar à Vera de forma a explorar essas potencialidades?

V: "Liberta-te das amarras, Liberta-te das amarras!"

Co-Ter: o que era preciso a Vera fazer? O que é que a Marta acha que a Vera possa fazer para se libertar dessas

amarras?

V: Possivelmente é isso, é ganhar coragem e libertar-se das amarras, cortar o dito cordão umbilical, seguir a vida, se calhar um bocado como a Marta segue, sem olhar a quem! Se calhar é isso, é ser como ainda há bocado falámos, ser um bocado egoísta! Mas a Vera não é assim, a minha irmã [referindo-se à Marta] era uma coisa para mim... realmente uma força que ela tinha! E a minha irmã é uma pessoa com muita força, e eu não a tenho porque sou diferente! Lá está, não é ser melhor nem pior, éramos diferentes! Cada um com as suas qualidades e os seus defeitos.

T: O que é que a Marta fez em relação à sua irmã, que faça com que ela seja o que é hoje?

V: [ri-se] Não sei, acho que da sua forma, por vezes muito bruta, rebelde, parva... com atitudes às vezes estranhas mesmo, deu-lhe confiança, deu-lhe o amor, deu-lhe o apoio que os irmãos supostamente dão uns aos outros.

T: Como descreveria a vossa relação?

V: Era uma relação não diria de amor-ódio, mas de amor-conflito, porque... Somos diferentes, temos gostos idênticos em algumas coisas, mas na maneira de estar, na maneira de fazer as coisas, somos diferentes. A Vera, segundo a Marta era um anjinho! [ri-se] Tem a mania que e anjinha, e a Marta tem a mania que é diabinha! E a Marta... procurou sempre que as coisas... Lá está enquanto que a Vera procura o lado positivo da vida, procura encontrar algo... algumas energias positivas que a façam avançar, a Marta procura as energias negativas. E muitas vezes acaba mal [referindo-se à M] por causa disso, às vezes no sentido, às vezes mesmo físico, e isso era... nunca percebi se era uma maneira dela fugir de algumas coisas que se passavam na vida dela, ou uma maneira de conseguir a tal rebeldia, às vezes exagerada. Chegando a extremos que, de facto às vezes a faziam ser agredida não só moramente como também fisicamente. E aí lá está, a Vera era pela paz, sempre com paz e o diálogo da Marta era a partir tudo se fosse preciso! E nisso eram diferentes e nelas às vezes existia esse problema diferente e às vezes uma estava "ah nhanhanha" e a outra "tumba!" Mas eu acho eu sempre foi uma relação de muita cumplicidade, muita cumplicidade. A Vera sempre protegeu a Marta, e a Marta sempre se sentiu protegida pela Vera Mas também, à sua maneira e ao seu jeito, e agora nestes anos em que já éramos maiores, a Marta era isso, era um apoio para a Vera. Era a pessoa da família que ainda conseguia fazer-me [à Vera] ir lá a casa (pessoa, porque os cães conseguem... [ri-se]) que me dava, às vezes me dava nas orelhas e outra vez me dava abraços e de alguma forma me conseguia transmitir o carinho e o amor que sentia por mim, umas vezes mais revoltada e outras vezes menos. Mas acho era isso, essencialmente, que nos unia e a cumplicidade também.

T: Bom Marta, gostei de falar consigo e agora vamo-nos despedir para podermos falar de novo com a Vera, está bem? Bem, Vera como foi para si esta experiência?

V: Foi, para mim foi muito confuso porque houve alturas que não era bem a Marta a falar, era um misto de Marta com Vera e de Vera com Marta e foi um bocado complicado. Eu estou aqui toda... Aqui com aspecto, toda certinha,

mas de facto a minha vontade não era de estar assim...

T: Mas esteja à vontade...

V: Não, não!

T: esteja à vontade!

V: bem, eu não sei se já testaram em mais situações idênticas mas não é nada fácil! É assim, a minha irmã está viva todos os dias em mim e... às vezes de facto olho para o exemplo dela [começa a chorar]... lá está, a dita coragem, mas... Tipo, confrontar a cena não é fácil! [pausa]

T: O que é que aprendeu com isto?

V: Que devia ser como a minha irmã... Se eu fosse como a minha irmã não olhava a quem e seguia caminho. Mas lá está somos diferentes, não vale a pena... Há uma coisa que eu disse em relação à minha irmã que eu acho que de facto me devia servir de exemplo, que é... nomeadamente em relação aos meus pais, cortar o dito cordão umbilical! É assim, eu preciso deles, mas eles também precisam de mim! Portanto a nossa relação não é estritamente profissional e eles como pais, se eu começar a cortar... Pode dar para os dois lados: "ah é estás-te a borrifar, então também não te ligo" (aconteceu isso este fim-de-semana), consegui só mandar-lhes uma mensagem, pensei "não vou ligar-lhes!". Estive com o meu pai no Sábado e fomos ver um sítio, para onde nos vamos mudar [trabalho]... A minha mãe não vi, no fim-de-semana... E mandei-lhe uma mensagem no Domingo, a dizer que estava com um ataque de sinusite, forte, e ela não foi capaz sequer de ligar, de mandar uma mensagem... E é o que eu penso: "às tantas vale a pena estar a insistir? Eles um dia hão de precisar de mim, quando eles precisarem hão de cá vir!".

T: E assim vale a pena, continuar a insistir?

V: ...Hoje não, amanhã não sei.

T: Mantendo a sua individualidade, A Vera é a Vera, a Marta é a Marta, o que é que podia pegar da Marta para si? Mantendo a sua individualidade. Depois desta conversa que tivemos com a Marta, o que pode ir buscar aí?

V: [pausa] Não sei, se calhar agarrar a vida por um lado qualquer que me desse prazer. Era isso que ela fazia. Não era?! Tirar o curso, tirou o curso por prazer, acabou o curso, acabou o curso por prazer, quando se foi embora, foi-se embora por prazer, agora ia para Moçambique e ir por prazer e quando isso deixasse de dar prazer ela vinha-se embora. Portanto, a minha irmã era isso, era uma pessoa que agarrava a vida por prazer, não só do momento, mas também com o objectivo que aquilo lhe poderia dar. Mesmo que não estivesse a dar frutos, e nisso nós somos parecidas, é um bocado, acho que, do berço, desta educação e... de facto nós não procuramos nem trabalhar nem fazer nada para enriquecer, basta manter... Ela era mais agarrada ao dinheiro do que eu, mas por um lado se era mais agarrada era mais poupada porque vivia em casa dos pais, mas se por um lado era mais poupada, por outro lado ainda era mais desapegada da questão financeira e não se importava... Lá está, ela não queria ter casa para

não se prender! E eu sentia necessidade de ter casa para sair de casa dos meus pais.

Co-T: Mas vendo bem, desculpe estar a interromper, a Vera foi mais autónoma!

V: Fui, mas ela conseguiu apoio dos meus pais à maneira dela...

Co-T: Mas teve de estar com eles e viver com eles!

V: Sim, mas ela teve um ano fora e sabia que quando voltasse...

Co-T: ... que os tinha lá!

V: Sim que os tinha lá e que tinha lá casa, porque é assim que ela funcionava, e eu não sou assim!...

Co-T: Pois!

V: ...E eu gosto mais, de facto, deste meu lado autónomo! Autónomo por um lado, depois de facto prende-me mais... Eu não poderia.... Quando ela queria ir lá para Moçambique tomar conta de miúdos, lá para aqueles projectos humanitários, eu adorava ir para um projecto como há na Noruega e na Austrália, de salvação de espécies.... Mas é assim, das duas uma, ou arrisco tudo, ou então, se quero manter, se calhar, a minha independência, não sei se posso arriscar tudo! E, claro que se algum dia me passar pela cabeça, arrisco tudo! Não é por uma casa que... Olha, quando vier alugo um quarto! Quem me prende mais às vezes até é os próprios cães... Mas o que eu estava a dizer era que... perdi-me... que ela vivia os projectos dela com prazer, porque também tinha as costas quentes, é uma diferença! Ela sabia que tinha as costas quentes e podia viver os projectos dela com prazer! Porque sabia que agora podia ir para não sei onde e não sei onde e quando voltasse, tinha lá o quarto dela, aliás, em casa dos meus pais, a minha irmã ainda tem dois quartos mas o meu desapareceu logo mal eu saí... Por isso, acho que dá para perceber... Ela passou-me a maneira de ser, a preocupação que ela dava aos meus pais, ela era uma pessoa que estava sempre presente. Quanto mais preocupação desse, mais presente ela estava. E ela sabia jogar por isso, era uma pessoa extremamente manipuladora! E eu não sou assim, portanto que a única coisa que eu, da maneira de ser dela, podia tirar para mim, era de facto o prazer de fazer alguma coisa, um projecto, pelo simples prazer de o realizar. Tendo em conta que não tenho as costas quentes e que não posso, de facto, pôr-me a arriscar tudo, mas há coisas que eu posso arriscar... Lá está, o projecto de que falámos da outra vez, o *petsitting*, é uma coisa que eu posso arriscar sem ter grandes consequências e... se crescer melhor!

T: E porque é que não arriscou?

V: Porque estive aqui há 15 dias!!

T: Só se lembrou do *petsitting* há 15 dias?!

V: Não, ele vem a crescer, vem crescendo...

T: Ah ele vem crescendo... Já não é mau!

V: Só que é um projecto muito grande, se eu ganhasse o euromilhões já tinha o projecto montado só que eu ainda não ganhei o euromilhões! E portanto vem a diminuir... e de um monte alentejano cheio de actividades, neste momento é... eu ir a casa das pessoas passear os cães.

[...]

V: de facto, dentro de mim sinto que a coisa cada vez tem mais força.

T: E essa força, consegue encontrar um novo fôlego através disso?

V: Acho que sim.

T: Então esse é um pequeno passinho para chegarmos ao novo fôlego para a sua vida!

V: Não só pela independência que, eventualmente se a coisa pegar, me poderá dar a nível profissional como pelo prazer de estar a fazer uma coisa que eu gosto.

[...]

Resposta à **Pergunta Escala: 2**

Vera justifica assim o facto de não estar no **1**: “pensei em não vir à terapia mas depois acabei por vir porque há pequenas coisas que são importantes”, referindo que estas sessões constituem uma oportunidade.

Para chegar ao **3** precisa de começar a natação e por em desenvolver o projecto de *petsitting*, que já vai sendo trabalhado, afirmando mesmo que apesar deste projecto estar a ser realizado com umas amigas, se elas não quiserem que avança sem elas; bem como “fazer coisas para espairecer”.

A equipa quer **cumprimentar** a Vera:

10. por realmente gostar de si, da sua forma de estar na vida e das causas que defende;
11. por compreender a posição do namorado, apesar da situação difícil em que se encontra;
12. por ter aprendido a valorizar o tempo (após a perda da irmã), consegue aprender coisas mesmo nos momentos difíceis;
13. por ter aceite uma tarefa tão difícil como interiorizar a irmã;
14. por manter a sua individualidade ainda que consiga buscar na irmã aspectos e soluções positivas;
15. por ter partilhados as suas lágrimas connosco.

Tarefa:

Surpreender-nos com desenvolvimentos no projecto de *petsitting* e marcação as aulas de natação.

(Nota: ao dirigir-se para a mesa, a fim de preencher os questionários, Vera diz que não sabe como vai ser quando terminar a terapia e não tiver ninguém para lhe fazer cumprimentos! :P)