



O Tratamento Psicoterápico Fenomenológico em Pacientes Psicossomáticos: Uma Revisão Integrativa

Luísa Barcelos de Oliveira¹, Luiz Roberto Marquezi Ferro², Marcela Silva Baccelli³, Aislan José de Oliveira⁴, Cristiano de Jesus Andrade⁵

Resumo: O tema surgiu da problemática encontrada ao atuar na Clínica Psicoterápica. O referencial teórico aborda os aspectos da Fenomenologia e Psicologia Fenomenológica, bem como a Psicossomática, sua perspectiva histórica e leitura na clínica Fenomenológica. O objetivo principal é investigar as contribuições sobre a prática da abordagem Fenomenológica Existencial Humanista em casos de pacientes Psicossomáticos. Como objetivos específicos, visa compreender como os aspectos existenciais e a compreensão da essência do ser afetam os processos psicossomáticos. Analisar como realizar a intervenção psicoterápica fenomenológica em casos de pacientes psicossomáticos. Os resultados são apresentados em forma de fluxograma e tabela, bem como a discussão do conteúdo encontrado nos artigos. Considera-se relevante o aprimoramento dos estudos sobre a relação entre a Psicologia e a Fenomenologia, bem como a forma de utilizá-los como método de intervenção em Psicoterapia. Sugere-se o aprofundamento do tema.

Palavras-chave: Psicossomática. Fenomenologia. Psicoterapia.

Phenomenological Psychotherapeutic Treatment in Psychosomatic Patients: An Integrative Review

Abstract: The theme arose from the problems encountered when working at the Psychotherapy Clinic. The theoretical framework addresses aspects of Phenomenology and Phenomenological Psychology, as well as Psychosomatics, its historical perspective and reading in the Phenomenological clinic. The main objective is to investigate the contributions to the practice of the Humanistic Existential Phenomenological approach in cases of Psychosomatic patients. As specific objectives, it aims to understand how existential aspects and understanding the essence of being affect psychosomatic processes. Analyze how to carry out phenomenological psychotherapeutic intervention in cases of psychosomatic patients. The results are presented in the form of a flowchart and table, as well as a discussion of the content found in the articles. It is considered relevant to improve studies on the relationship between Psychology and Phenomenology, as well as how to use them as an intervention method in Psychotherapy. It is suggested that the topic be explored further.

Keywords: Psychosomatics. Phenomenology. Psychotherapy.

¹ Psicóloga pela Universidade Paulista – UNIP. Mestre em Psicologia Psicossomática pela Universidade Ibirapuera UNIB, São Paulo, SP, Brasil. E-mail: luisaboliveira@gmail.com. autora correspondente;

² Doutor em Psicologia da Saúde Universidade Metodista de São Paulo. Docente na Universidade Ibirapuera/SP, Brasil. luiz315@hotmail.com;

³ Doutora em Psicologia da Saúde pela Universidade Metodista de São Paulo, Brasil. Docente na Universidade Ibirapuera. São Paulo, SP. marcelabaccelli@hotmail.com;

⁴ Doutor em Psicologia da Saúde pela Universidade Metodista de São Paulo, Brasil. Docente e Coordenador na Gran Faculdade. Curitiba PR, Brasil. aislan_jo@hotmail.com;

⁵ Doutor em Psicologia da Saúde pela Universidade Metodista de São Paulo. Docente na Universidade Ibirapuera. São Paulo, SP, Brasil. cristiano.andrade@ibirapuera.edu.br.

Introdução

O termo “Psicossomático” foi cunhado em 1808 pelo médico psiquiatra alemão Heinroth, e indica a relação entre Psique e Soma. Este conceito transcende a noção de etiologia específica e articula-se com todas as dimensões do ser humano. Por isso, para estudar sobre a etiologia das doenças, é preciso questionar sobre família, trabalho, crenças, relações sociais e amorosas etc. (SPINELLI, 2010)

Ainda antes da relação entre Psique e Soma, encontra-se uma vasta discussão na literatura entre: matéria e forma, forma e função, corpo e alma, mente e corpo, espiritualidade e cura, metafísica, entre outros (ARISTÓTELES, 2002).

Atualmente, em meio ao século XXI, a Medicina, de fato, não nega a possibilidade de o homem ser psicossomático e de a doença obedecer a uma pluricausalidade, pois novas especialidades da psicologia são chamadas a contribuir com a medicina, são chamadas de “psico-oncologia”, “psicocardiologia”, “psicoimunologia”. As evidências mostram não ser mais suficiente a análise isolada do órgão para encontrar a etiologia de uma doença. Um gene pode sofrer mutações devido ao estresse psicológico. Da mesma forma, técnicas de relaxamento podem ser aplicadas para o tratamento de diferentes doenças (MELLO-FILHO, 2010).

A questão da psicossomática à luz da fenomenologia-existencial afirma a necessidade de uma compreensão holística para o tratamento de pacientes psicossomáticos em Psicoterapia. A concepção de Heidegger e Boss acerca da psicossomática compreende o homem completo desde o início, contemplando o ser-homem existencialmente-no-mundo e não separado dualmente entre mente e corpo, ou psique e soma. Para eles, o não entendimento do homem como inteiro e unívoco acarreta em um limite para o método e tratamento científico. A compreensão ocorre pelo entendimento da experiência humana nas situações concretas da existência, em suas múltiplas afetações, enfim, em sua imanência (RIBEIRO, 2007).

O objetivo geral deste estudo foi investigar as contribuições sobre a prática da abordagem Fenomenológica Existencial Humanista em casos de pacientes Psicossomáticos.

Como objetivos específicos, compreender como os aspectos existenciais e a compreensão da essência do ser afetam os processos psicossomáticos; analisar como realizar a intervenção psicoterápica na perspectiva fenomenológica em casos de pacientes psicossomáticos.

Procedimentos Metodológicos

A metodologia utilizada na pesquisa foi a revisão integrativa. Possui natureza qualitativa exploratória. A Revisão Integrativa busca investigar o que já foi explorado, analisa e pesquisas prévias sobre o assunto proposto em seis etapas não-experimentais, dados de literatura teórica e empírica, trazendo a completa compreensão sobre o tema (SOUZA, SILVA e CARVALHO, 2010). A Revisão Integrativa é organizada em etapas que favorecem a compreensão do método próprio. Segue abaixo cada uma destas etapas da pesquisa.

Etapa 1: A primeira etapa define a pergunta norteadora. Considera-se a fase principal, por ser o momento de elencar participantes, intervenções, elaborar estratégias. Nesse momento onde o tema é identificado, neste caso o tema de pesquisa escolhido foi o tratamento psicoterápico fenomenológico em pacientes psicossomáticos.

Etapa 2: Nesta etapa é o momento de buscar as melhores bases de dados, critério de inclusão e exclusão. Estes precisam garantir a representatividade da amostra. São importantes indicadores de confiabilidade, garante a fidedignidade dos resultados. O ideal é incluir o máximo de estudos encontrados. Caso seja inviável trabalhar com a quantidade de dados, os limites são expostos nos critérios de inclusão e exclusão. O critério de exclusão dos artigos será os estudos que não atenderem os critérios de inclusão mencionados.

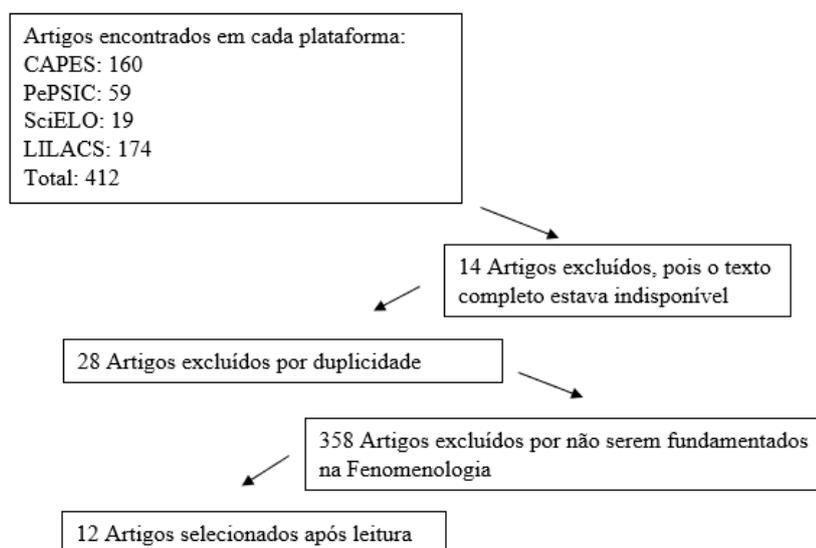
Critérios de inclusão: Artigos publicados nos idiomas português, inglês ou espanhol; texto completo; publicações recentes a partir do ano 2000. Área de concentração Psicologia Fenomenológica. Artigos na íntegra ou publicados nas bases de dados online: Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) somente artigos, Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PePSIC), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS).

Critério de exclusão: Foram excluídos os artigos duplicados, incompletos, ou caso não atendam ao objetivo proposto. Foram excluídas as dissertações, monografias ou pesquisas de outra natureza sem ser artigo científico. Foram utilizadas as palavras-chave: Psicoterapia, Psicossomática e Fenomenologia. Foram feitas as seguintes combinações para a busca: (psicoterapia) AND (psicossomática); (psicoterapia) AND (fenomenologia); (psicossomática) AND (psicoterapia); (psicossomática) AND (fenomenologia).

Etapa 3: Este é o momento de realizar a coleta de dados, avaliar criticamente as evidências dos estudos pré-selecionados e selecionados. Indica-se o uso de instrumento

previamente elaborado, com intuito de evitar erros de transcrição e garantir a precisão dos registros. Para a interpretação dos resultados foram coletadas as informações: Quantos artigos foram utilizados; aplicação do roteiro fluxograma Prisma com quantos artigos foram usados em um “funil” até chegar nos dados:

Figura 1 - Fluxograma de artigos



Fonte: Dados do estudo, 2023

Etapa 4: Neste estágio as evidências foram integradas. Fez-se a análise crítica dos dados coletados. Elas foram provenientes de pesquisas, estudos individuais, descritivos ou experimentais, meta-análises, estudos de caso ou opinião de especialistas.

Etapa 5: Discutir os resultados encontrados a partir da síntese realizada na etapa anterior. Algumas lacunas podem ser encontradas, ou ainda espaço para indicar pesquisas futuras. Durante a coleta de dados e a organização dos artigos selecionados, foram observados alguns itens: Ao utilizar a estratégia de busca “(psicoterapia) AND (psicossomática)”, a maior parte dos artigos encontradas estavam fora do critério por fazer parte de outra abordagem de pesquisa. Em “(psicoterapia) AND (fenomenologia)”, parte do material não se tratava de pacientes psicossomáticos, mas apenas a discussão teórica e filosófica sobre o tema, ou ainda sobre evidências relacionadas a questões apenas emocionais ou psicopatológica como transtorno de ansiedade, não sendo considerado psicossomático. Ao mesmo tempo, encontrou-se pesquisa de

acordo com os critérios, porém utilizando outros temas como “cura”. Por fim, ao utilizar (psicossomática) AND (fenomenologia), foram encontrados um número restrito de material.

Etapa 6: Apresentação da síntese do conhecimento produzido. De preferência, optar pela comunicação clara e completa. Fornecer informações detalhadas, pertinentes e contextualizadas, sem omissões (SOUZA, SILVA e CARVALHO, 2010). Após realizar as buscas nas bases de dados e aplicar os critérios de inclusão e exclusão, os dados foram encontrados e organizados em tabela. Durante a exploração do material, a análise dos dados foi realizada segundo o método de análise de conteúdo em ciências sociais, destacada pela professora Minayo (2007). Os trechos dos artigos relacionados foram separados e organizados em planilha. As categorias foram estabelecidas como respostas aos objetivos específicos.

Resultados e Discussão

Os aspectos existenciais e a compreensão da essência do ser nos processos psicossomáticos:

Em “A desconstrução da psicossomática na análise existencial de Heidegger e Boss” se questiona a dualidade compreendida no termo psicossomática, e propõe o entendimento da existência como unidade, sem gerar uma referência dicotômica causalista (Feijoo & Mattar, 2015).

Inspirados na fenomenologia de Heidegger com viés hermenêutico, os autores apontam sobre a importância em demorar, aprofundar, ou detalhar os sintomas observados, sem tratá-los como puramente pertencentes ao *soma*. Dessa forma, permitir aparecer o retraído, buscar a descoberta do ser do ente ao invés de tratar do ser-homem enquanto homem. O método de acesso ao psíquico é diferente, não pode ser medido, mas sentido intuitivamente, e nem por isso deve ser descartado (FEIJOO e MATTAR, 2015).

O chamado *Dasein* consiste na percepção de corpo indo além da materialidade, e ainda mais, o corpo sendo o resultado da sua capacidade de ordenação. O aspecto físico evidencia a sua relação com o mundo, a existência não se separa da vida em si. Dessa forma, toda doença é psicossomática. (FEIJOO e MATTAR, 2015).

Segundo a pesquisa, a História da Psicologia da Saúde discute o paradigma cartesiano corpo/alma. De acordo com as pesquisas, consideram um modelo mecanicista eficiente nas

ciências ditas exatas, mas com o tempo mostrou suas limitações devido ao modelo causal-linear (CORREIA, 2006).

A dualidade acaba obscurecendo a unidade originária do ente, conforme apresentado em “Da tradição em Psicossomática às Considerações da Daseinsanálise”, com base na fenomenologia-hermenêutica de Martin Heidegger e na Daseinsanálise de Medard Boss. A existência do homem se revela a todo tempo através do corporar e seus gestos, expressões, de uma forma indissociável. O objetivo é contribuir para a prática do cuidado psicológico em saúde. A compreensão sobre os acontecimentos do corpo ocorre quando se apreende o significado de ser no mundo como uma totalidade (MATTAR e ALEIXO, 2016).

Cada pessoa convive de uma forma diferente com a doença. Na pesquisa sobre a experiência da hospitalização vivida por pacientes com AIDS, percebeu-se como o mais comum, inicialmente, é pensar se deparar com a morte súbita. Porém, a maior parte dos pacientes conseguem conviver por anos com a doença, de acordo com o modo como são tratados. O desconhecimento sobre a forma de contágio bem como a forma como o vírus age no corpo é um fator relevante. Além disso, os pacientes mencionaram o medo da dor física, de depender de outra pessoa, da rotina hospitalar. Alguns possuem apoio familiar, outros não (MOREIRA, MESQUITA, e MELO, 2010). A forma como cada um vive a experiência da doença, ou uma disfunção, é particular. São questionamentos além do corpo em seu sentido restrito, mas um campo relacional, pois atinge o homem como um todo, incluindo as suas relações (ZORZI e BORIS, 2013).

Um exemplo claro e concreto de como a forma como cada um vive a experiência da doença é particular, também pode ser encontrado no artigo “Disfunção Erétil e Fenomenologia: o Corpo Vivido em seus Contornos Diacríticos”. Discute a experiência da disfunção erétil sob uma perspectiva fenomenológica e a linguagem estabelecida pelo corpo vivido nesta experiência. Além disso, coloca em evidência o fato de a doença fazer parte de um campo relacional, onde a coexistência com os outros, no caso a parceira, é um fator fundamental. São questionamentos além do corpo em seu sentido restrito. Atinge o homem como um todo, incluindo as suas relações (ZORZI e BORIS, 2013). As vivências emocionais se manifestam no corpo e influenciam a saúde. A etiologia está sempre relacionada às experiências emocionais do paciente (REIS e PAQUIELA, 2023).

Junto com a reflexão sobre a relação do paciente com a doença, também se pode relacionar com a morte. A ideia de morte pode trazer o temor de não viver em autenticidade,

por exemplo. Provoca a busca de refúgio numa atividade incessante, sem ter tempo para refletir. No entanto, uma inquietude secreta permanece. Dela a força vital só se livra por aparência, pois só se liberta por enérgica conscientização acerca da morte. A existência empírica pode estar escravizada à morte. Contudo, a tranquilidade face à morte deriva exatamente da consciência sobre ela. A fuga escraviza e o conhecimento liberta. A certeza da imortalidade privaria o homem do seu próprio ser. A tarefa consiste em viver aleatória e perigosamente segundo as mais altas exigências provenientes de cada situação enfrentada (JASPERS, 2011).

O objetivo do estudo “A experiência fenomenológica e o trabalho em grupo na saúde mental” foi compreender o potencial terapêutico da experiência vivida em uma prática em grupo de promoção à saúde mental. Através da Fenomenologia, a pesquisa analisou como participantes compreenderam a proposta de atenção à experiência, bem como a valorização da condição existencial em detrimento da doença (CARDOSO e ROCHA, 2017).

O significado de experiência para a fenomenologia é enriquecido com os esforços de Husserl em estabelecer a relação com a intencionalidade. A experiência vivida relacionada ao intencional está ligada à dimensão do espírito especificamente humano. Uma estrutura ontológica comum composta por reflexão, decisão, criação. Essa prática grupal na saúde com inspiração fenomenológica, associada à experiência vivida, vem se desenvolvendo no interior paulista. Os resultados trouxeram legitimidade por valorizar a experiência como um fator terapêutico, ao ampliar significações sobre si, o outro e o mundo (MOREIRA, MESQUITA, e MELO, 2010).

Com isso, é possível perceber como os aspectos existenciais e a compreensão da essência do ser afetam os processos psicossomáticos, podendo agravar a situação, ou, em alguns casos, curar. Em “Corpo e Existência: Outro Modo de Compreensão da Psicossomática” a autora mostra como a esfera somática se desvela como um modo de realização da existência humana. O físico e o psíquico não devem ser considerados meros objetos de estudo, o corpo não é algo separado de uma mente que o caracteriza, mas ambos são a possibilidade própria do existir humano. O poder-ser, a porta de acesso à existência concreta (DANTAS, 2010). Não existe o sofrer do corpo e o sofrer psíquico, ambos são o sofrer da existência e seus modos de desvelamento. São dimensões de um mesmo existir. Os fenômenos corporais são a relação de entendimento do que se é. Ou ainda, a relação do que se acredita, deseja, planeja, e os impedimentos, frustrações, decepções, memórias, entre outras (CARDOSO e ROCHA, 2017).

O primeiro passo filosófico na compreensão do problema do ser consiste em não determinar a proveniência do ente como ente, mas buscar o ser do ente. Na verdade, a definição de ser foi debatida por muitos anos e aprofundada por Heidegger. Segundo ele, é o conceito mais universal, indefinível e diferente de ente. Porém, nem por isso deve ser dispensado. Ao contrário, ele deve sempre ser interrogado. Pois questionar é buscar, e somente buscando é possível encontrar o seu sentido (HEIDEGGER M. , 2022).

O sentido da vida é descobrir suas ordens, suas demandas em cada circunstância concreta. Os instintos são ordens de vida, e essas ordens não podem ser substituídas, cada indivíduo, sendo único e irrepetível, deve encontrar a sua verdade. Da mesma forma como as atribuições do Ser em Ontologia: verdadeiro, bom e uno. O sentido da vida é encontrar a verdade em si mesmo, a verdadeira ordem direcionada pela vida, a ser realizada através do indivíduo. O dever imediato no aqui e agora. A descoberta do sentido se dá ao assumir a responsabilidade sobre a própria vida e responder às suas demandas adequadamente. Cumprindo as tarefas e exigências do momento detectadas pela consciência (FRANKL, 2022).

A consciência permite identificar em cada situação o dever do momento, por isso é geradora de responsabilidade. Sabendo o “porque” da sua própria vida, conseguirá suporte para realizar o “como”. Ao entender a relação entre Ser e ente, e seu sentido, é possível atingir a transcendência de si mesmo. Ir além. Ou seja, não basta o bem estar pessoal, é preciso encontrar o sentido verdadeiro de si mesmo para alcançar a realização (FRANKL, 2022). Nem mesmo a mais profunda meditação filosófica terá sentido se não se relacionar à verdade e à existência do homem, aqui e agora. A filosofia se dirige ao indivíduo, e dá lugar àqueles movidos pelo desejo da verdade. Ela busca a verdade nas múltiplas significações do ser-verdadeiro. Quem se dedica a filosofia põe-se a procura do homem, se interessa por sua palavra e ação. A dignidade do homem reside em perceber a verdade. Só a verdade liberta, e somente a liberdade o prepara para a verdade. (JASPERS, 2011).

Segundo Frankl, diferentes dos demais animais, o homem é capaz de rejeitar alguns instintos existenciais básicos ou fundamentais, tornando-o desorientado. Como são os instintos responsáveis por informar as ordens de vida, o dever imediato do aqui e agora, sem eles, o ser humano se depara com o vazio. Aceita facilmente opiniões externas sem ter mais o critério de si mesmo para distinguir o bom e o ruim. A felicidade, o prazer, o poder, o dinheiro, sucesso, são resultados de uma vida plena de sentido. Por isso o fim último da vida deve ser encontrar o sentido e não mirar direto ou apenas em suas consequências. Ao perder o sentido da vida a

pessoa perde a sua autonomia. Busca diretamente o efeito ou resultado, mas encontra apenas a frustração (FRANKL, 2022).

O paciente pode viver uma condição de aceitação e negação da situação atual de saúde. A angústia geralmente se apresenta junto com as incertezas entre o finito e o infinito, entre o possível e o necessário. Frente a perdas devido ao adoecimento, o paciente pode escolher se entregar a solidão e ao choro. Sonhos podem ser despedaçador pela presença de uma doença. Porém a doença é um anúncio para a morte em tempo indeterminado. O reconhecimento do imprevisível diante da existência pode trazer vulnerabilidade e instabilidade. Porém a conscientização é sempre o primeiro passo. A crise traz a necessidade de reflexão e decisão. Decidir não é um mero ato de definir isto ou aquilo, implica em medir consequências. Ao se encontrar em um dilema, a decisão serve de amadurecimento (ANGERAMI, 2020).

A Frustração Existencial acontece quando a pessoa perde a sua orientação, o sentido da sua vida, o direcionamento. Mas muitas vezes a pessoa já perdeu até mesmo a esperança de encontrá-la. Frankl identificou as consequências de uma desorientação de natureza não somente somática ou psíquica, mas de ordem espiritual, a dimensão noética. Seria algo mais profundo ocasionando depressão, agressividade e vícios. Acreditam em um reducionismo do ser humano, onde ele não é mais livre e possível de agir responsabilmente, mas é somente condicionado. A dimensão noética distingue o ser humano dos demais animais. A experiência do autor vivida no campo de concentração nazista durante a Segunda Guerra Mundial o fez descobrir essa dimensão. A pessoa é capaz de agir de acordo com o critério de si mesmo, sem se deixar ser orientado pelas condições externas impostas. É uma decisão interior capaz de conservar a sua integridade e dignidade (FRANKL, 2022).

Essas características pertencem ao ser vivo, estão no modo do ser vivo. E o modo-de-ser homem inclui a percepção da autoconsciência. A possibilidade do não-ser traz angústia e ansiedade. Esse é o contexto ontológico do ser-humano, vive a partir de uma centralidade, e só pode acontecer se houver sentido para a vida. O choque existencial do não-ser implica a pergunta pelo fundamento do Ser – o mistério. Mesmo não sendo palpável, é no Ser somente possível encontrar a afirmação fundamental para o sentido da vida. Não se toca, mas se vê os resultados, os seus efeitos (GOTO e GIANASTACIO, 2003).

A solidão e a ansiedade do homem moderno são problemas da atualidade. A infelicidade, o suicídio estão presentes, são pessoas sentindo o vazio. Procuram causas externas como a instabilidade econômica, guerra, conflitos, pobreza, etc. Podem ser pessoas bem-

informadas, mas não sabem o que querem realmente. Sem autonomia, com dificuldade para tomar decisões, falta uma experiência definida em seus próprios desejos, sonhos e necessidades. Observa-se uma confusão fundamental sobre objetivos e valores do homem contemporâneo. Psicologicamente houve uma mudança, a razão foi separada da emoção e da vontade, uma cisão preparada por Descartes na dicotomia corpo e alma, fazendo-se iludir ser a razão capaz de responder a todos os problemas (MAY, 2011).

Precisamos encontrar uma nova unidade em nossa existência. Resgatar o senso de identidade e relacionamento com a natureza. A experiência humana vai sempre além de nossos métodos particulares de entendê-la. Quanto mais exploramos nossas potencialidades tanto mais sentiremos a profunda alegria. Esta emoção acompanha a realização de si mesmo. E estar vivo acompanha ainda a capacidade de viver o ócio criativo, as formas mais tranquilas de viver, as artes de contemplação e meditação. A sugestão prática é viver cada momento com liberdade, sinceridade e responsabilidade, realizando suas possibilidades de natureza, sua tarefa evolucionária (MAY, 2011). Abre-se espaço assim, para a discussão do método aplicado em clínica.

A prática clínica da psicologia fenomenológica diante dos casos de pacientes psicossomáticos:

A relação entre a Fenomenologia e a Psicoterapia exige uma reflexão fundamentada. A expressão “fenomenológico-existencial” abrange distintas práticas e teorias, e tornaram-se um conjunto chamado de “psicoterapia fenomenológica”. Relevante ressaltar o papel de Biswanger, pois ele conseguiu aliar a perspectiva clínico-analítica, ou seja, uniu a *práxis* com a filosofia. Para ele, a fundamentação filosófica é importante e necessária, pois é preciso ir além da superficialidade teórico-técnica para lidar com o sofrimento e o existir humano (Angerami, 2020). O homem sofre por estar em busca de sentido. Precisa transcender. Os processos psicossomáticos são afetados diretamente pelos aspectos existenciais e a compreensão do ser, de si mesmo (FRANKL, 2018).

A reflexão sobre o método de intervenção segundo a abordagem Fenomenológica para casos de pacientes psicossomáticos foi encontrada em dez artigos selecionados. Mostraram como funciona o método. Os autores apontam sobre a importância em demorar, aprofundar, ou detalhar os sintomas observados, sem tratá-los como puramente pertencentes ao soma. Dessa forma, permitir aparecer o retraído, buscar a descoberta do ser do ente ao invés de tratar do ser-

homem enquanto homem. O método de acesso ao psíquico não pode ser medido, mas sentido intuitivamente, e nem por isso deve ser descartado (FEIJOO e MATTAR, 2015). “A experiência de hospitalização vivida por pacientes com AIDS” mostrou a relevância de um tratamento humanizado (MOREIRA, MESQUITA e MELO, 2010) e um método capaz de entender a experiência não mais como a experimentação dualista da ciência tradicional, mas um método de retornar às coisas mesmas, ao essencial. A experiência vivida relacionada ao intencional está ligada à dimensão do espírito especificamente humano (CARDOSO e ROCHA, 2017).

Os autores do artigo “Fenomenologia da vida em pesquisas clínicas” apresentam o método fenomenológico de Michel Henry aplicado em situações clínicas. Consiste em observar aquilo que aparece durante a presença em clínica e nas expressões verbais, sendo chamado pelo autor de corpopropriação e intuição reflexiva. Além disso, é preciso observar o conteúdo revelado via intencionalidade e não-intencionalidade, ou seja, o diálogo verbal e não-verbal. Ambos são reveladores e se manifestam. Segundo o autor, é permitir um corpo doente ser humanizado e potencializado. Os resultados não são definitivos, precisam de sustentação e continuidade ao longo de um tempo vivido (ANTÚNEZ, COLOMBO, SANTOANTONIO, ACHARÁN e ACÚRIO, 2018).

Durante o atendimento, o terapeuta deve procurar descobrir e entender qual o sentido, o papel da doença para o paciente, e não procurar enquadrá-lo no diagnóstico apenas. Essa postura fenomenológica durante a intervenção e investigação é importante para se aproximar do objeto de estudo tal qual ele se apresenta na consciência, principalmente durante a escuta dos pacientes (Correia, 2006). Intencionalidade, próprio de todo o fato psíquico, é o constante referir-se a um objetivo. Não existe a separação entre o eu e objeto, a consciência é sempre consciência de algo. Para compreender o fenômeno em sua essência, é preciso desvelá-lo intuitivamente, fazendo *Epoché*, isto é, observar sem julgar previamente a partir de um conhecimento, representação, ou memória passada, seguindo os passos da Redução Fenomenológica. Ou seja, não fazer uso de opinião e teorias de cunho filosófico, cultural ou religioso. Livrar-se dos pressupostos, como se vive cotidianamente. Duvidar, questionar, indagar com o objetivo de identificar os componentes básicos dos fenômenos. Examinar a essência do ato mental, ou da própria consciência, extraindo os componentes absolutamente necessários, o que ele é (ANGERAMI, 2020).

A Psicoterapia deve visar a reconstrução interior do paciente procurando orientá-lo para um objetivo no futuro. Aprimorar a percepção e consciência para todos os potenciais sentidos

de sua existência. Frankl defendeu a Psicoterapia a partir do espírito, centrada no sentido da existência humana e na busca da pessoa por este sentido (FRANKL, 2022).

A Psicoterapia Fenomenológica entra em evidência para o tratamento como um modo de expressão do seu sofrimento, não utilizando mais o meio corporar, mas podendo falar. Em “Considerações fenomenológico-hermenêuticas acerca da somatização na adolescência: um estudo de caso”, o estudo mostrou um caso de somatização analisado existencialmente como um modo de privação do caráter fundamental de poder-ser do *Dasein*. Uma carência em relação ao modo de ser-no-mundo-com-os-outros. Percebeu-se a técnica interventiva pautada no objetivismo como limitante, não sendo suficiente para atender a complexidade do fenômeno existir humano (BRITO, AZEVEDO e OLIVEIRA, 2015).

Em “Psicossomática: uma abordagem sob a ótica da fenomenologia existencial” os autores concluem ser a relação entre psicossomática e a fenomenologia existencial mais rica, pois abrange a visão holística, sendo capaz de descobrir as origens das doenças em cada indivíduo (REIS e PAQUIELA, 2023). Os fenômenos corporais são vistos e tratados como a relação de entendimento do que se é (Dantas, 2010).

Segundo Heidegger a cura do homem repousa em sua essência. A recondução do homem à sua essência o torna e o caracteriza como humano. A natureza do homem engloba suas necessidades naturais, como alimentação, vestuário, reprodução, subsistência econômica, entre outros. O ser-no-mundo é uma passagem para o além, a transcendência, a realização. Exalta e enobrece suas virtudes. Todo o humanismo se funda ou se converte a si mesmo em fundamento de uma metafísica. Existência significa exportar a Verdade do Ser (HEIDEGGER M. , 2009).

Aristóteles mostrou como o desejo de saber é natural para o ser humano. Ele apresentou a sensação, memória, experiência, arte, ciência, como graus de conhecimento. A filosofia seria o fundamento da verdadeira ciência, pois o objetivo é o saber das causas, ou razão de ser. O homem busca e sente falta desse saber, quem ele é, o motivo, o porquê, a causa. A faculdade de gravar imagens das experiências passadas seria própria do ser humano, diferente dos demais animais, que vivem somente o momento presente. O conhecimento das causas seria o conhecimento pela essência. O médico, sabendo a causa da doença, seria capaz reestabelecer a saúde do paciente. Além do saber, os homens buscavam uma causa capaz dar movimento e ordem às coisas. Aristóteles mostrou como os filósofos da época como Hesíodo e Parmênides, defendiam ser o amor, em grande parte, responsável pela causa e motivação do ser-humano (ARISTÓTELES, 2002).

Por outro lado, para ser capaz de estabelecer a relação congruente com o outro em atendimento, o terapeuta precisa estar seguro de si, suficientemente forte para não cair em depressão junto com o outro, por exemplo. Precisa de segurança e autoconhecimento para não se envolver. Foi demonstrado em pesquisa observando os aspectos fisiológicos, como os indivíduos são suscetíveis às reações e facilmente podem se sentir ameaçados. Uma palavra um pouco mais forte do terapeuta, por exemplo, já é suficiente. Porém, caso terapeuta seja capaz de ser congruente, pode libertar o outro do receio de ser julgado. Na maior parte das situações do dia a dia as pessoas buscam e dependem de recompensas e avaliações. Sentem uma necessidade de aprovação. Por fim, o terapeuta precisa permitir a mudança do outro, sem se apegar. Aceitar as potencialidades e mudanças a partir do momento quando começam a se tornar reais. Deste modo, a eficiência da terapia depende em primeiro lugar de um terapeuta psicologicamente maduro (ROGERS, 2017).

Quem busca ajudar o outro deve, antes de tudo, possuir e reconhecer um potencial diferencial em relação ao outro. Estar na condição de reconhecer o seu projeto sem se perder na demanda do cliente. Somente assim pode tentar identificar a ilusão do outro e introduzir o elemento dialético. Pode fingir compartilhar da ilusão do outro para provocar a reflexão, por exemplo. Quem pretende ajudar deve sempre estar atento para não se deixar seduzir. Saber dialogar através da comunicação indireta quando necessário. Desse modo, fazer chegar ao outro o questionamento sem perceber a intenção de confrontá-lo ou questionar suas ações. Surge, então, a inquietação, o impacto, fazendo o reconhecer em qual posição se encontra. Instala-se o conflito e a necessidade de decisão (ANGERAMI, 2020).

Dentre as contribuições oferecidas pela clínica fenomenológica de Binswanger encontra-se a necessidade de compreender o sentido da existência da doença para aquele paciente através de sua história de vida e como este se relaciona com as três formas de experienciar o mundo natural, o mundo social, e o mundo próprio. Em sua segunda fase, sob influência da filosofia existencial de Heidegger, Binswanger identifica as estruturas existenciais apresentadas com uma falha. Ou ainda, como um esvaziamento existencial, o sentir-se desconectado, gerando um constante pavor. Como se a qualquer momento possa despencar de sua existência e, para evitar isso, necessita de muletas para se sustentar no mundo e acabar com sua angústia. A ausência de brilho do *Dasein* é encontrada ao destacar formas de desproporções antropológicas dessas existências. A desproporção existencial permite apresentar a importância do estudo do homem em suas relações com os três mundos e com suas patologias. Os casos

clínicos estimularam a compreensão do mundo de um *Dasein* com sua existência desproporcional, levando a clínica fenomenológica de Binswanger a se direcionar a uma compreensão existencial dos doentes. Em sua última fase fenomenológica, o retorno às obras de Husserl, oferece a Binswanger mais ferramentas para aprofundar sua análise (PITA e MOREIRA, 2020).

Por fim, para atingir o objetivo de uma Psicologia Fenomenológica, é preciso tomar cuidado para não cair na armadilha de considerar apenas o significado de uma experiência. Dessa forma, corre-se o risco de cair em uma Análise de Conteúdo, ou Análise de Discurso. Para de fato se caracterizar como Psicologia Fenomenológica, é preciso e se atentar na vivência do fenômeno de fato. A vivência psíquica propriamente dita, eidética e transcendental. Assumir a atitude fenomenológica de investigação em psicologia ou mesmo outra área de estudo consiste em focar nos pressupostos fenomenológicos presentes no projeto *husserliano*. Assim, o psicólogo tem como mais próximo e fundamental a pura vida em atividade. Captar a atividade dos atos intencionais das pessoas, a vida da consciência em sentido estrito (FEIJOO e GOTO, 2016).

O Psicoterapeuta deve fixar-se na descrição da essência, a pureza da estrutura psicológica tal como aparece à intuição reflexiva, e ir à vivência. É uma atitude de querer aprender o essencial da alma. Husserl denominou essa postura como de um “investigador desinteressado”, pois fazer *epoché* significa suspender as opiniões, sem questionar as teorias prévias as coisas. Ao contrário, é deixar de lado o máximo possível e obter um olhar livre de preconceitos. Dessa forma é possível ocorrer a intuição imediata sobre o fenômeno em ação. A análise fenomenológica permite transformar completamente o sentido da noção de fenômeno psíquico. Modifica a postura do investigador sobre os fenômenos psíquicos, pois permite este tomar a frente deste fenômeno. A Psicologia e a Fenomenologia devem estar próximas uma da outra. A primeira referindo-se à consciência empírica, e segunda referindo-se à consciência pura (FEIJOO e GOTO, 2016).

Considerações Finais

Foi possível atingir o objetivo principal e encontrar contribuições sobre a prática Psicoterápica Fenomenológica em pacientes psicossomáticos. Ficou evidente como os aspectos existenciais e a compreensão do ser afetam diretamente os indivíduos em processos

psicossomáticos. As experiências e vivências emocionais, caso elas frustrantes ou mal resolvidas, podem resultar em somatização como uma forma de expressão através do corpo. O psicoterapeuta é capaz de compreender a relação entre as causas, as vivências, e os sintomas de cada caso. Além disso, o atendimento humanizado aparece como um fator diferencial, pois resgata no outro a motivação para encontrar em si mesmo a resolução do seu problema. A união da Psicologia com a Fenomenologia resulta em uma técnica capaz de captar o fenômeno em si mesmo.

Os resultados obtidos através do método fenomenológico foram expostos, trouxeram legitimidade por valorizar a experiência como um fator terapêutico, ao ampliar significações sobre si, o outro e o mundo. Muitas vezes não são resultados definitivos, precisam de sustentação e continuidade ao longo de um tempo vivido. Porém, constatou-se a importância da adoção de uma postura fenomenológica durante a intervenção e investigação. A relevância em se aproximar do objeto de estudo tal qual ele se apresenta na consciência, principalmente durante a escuta dos pacientes. Foi apresentado caso de somatização e percebeu-se a carência em relação ao modo de ser-no-mundo-com-os-outros, por exemplo. A Psicoterapia entrou em evidência como relevante para o tratamento como um modo de expressão do seu sofrimento. O paciente não precisou mais utilizar o meio corporal, e pode falar.

Considera-se relevante o aprimoramento dos estudos sobre a relação entre a Psicologia e a Fenomenologia, bem como a forma de utilizá-los como método de intervenção em Psicoterapia. Sugere-se o aprofundamento do tema, bem como o desenvolvimento de estudo sobre as possibilidades de formação de novos Psicoterapeutas Fenomenológicos.

Referências

ANGERAMI, V. **Atualidades em Psicoterapia Fenomenológico-existencial**. Belo Horizonte: Artesã Editora, 2020.

ANTÚNEZ, A. E., COLOMBO, E. R., SANTOANTONIO, J., ACHARÁN, J. T. e ACÚRIO, J. M. **Fenomenologia da vida em pesquisas clínicas**. Goiânia: Revista da Abordagem Gestáltica, 2018.

ARISTÓTELES. **Metafísica vols. I, II, III**, 2ª edição. São Paulo: Loyola, 2002.

BINSWANGER, L. **Sobre a Psicoterapia**. São Paulo: Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental, 2019.

BRITO, L. T., AZEVEDO, A. S. e OLIVEIRA, L. C. **Considerações fenomenológico hermenêuticas acerca da somatização na adolescência: um estudo de caso.** Goiânia: Revista da Abordagem Gestáltica, 2015.

CARDOSO, C. L. e ROCHA, R. M. **A Experiência fenomenologica e o trabalho em grupo na saúde mental.** Florianópolis: Psicologia & Sociedade, 2017.

CORREIA, E. **Uma visão fenomenológica-existencial em psicologia da saúde.** Porto: Análise Psicológica, 2006.

DANTAS, J. B. **Corpo e Existência: Outro Modo de Compreensão da Psicossomática.** Curitiba: Interação em Psicologia, 2010.

FEIJOO, A. e GOTO, T. **É possível a fenomenologia de Husserl como método de pesquisa em psicologia?** Brasília: Universidade de Brasília, 2016.

FEIJOO, A. e MATTAR, C. **A desconstrução da psicossomática na análise existencial de Heidegger e Boss.** São Paulo: Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental, 2015.

FEIJOO, A. L. **A Clínica Daseinsanalítica: Considerações Preliminares.** Goiânia: Revista da Abordagem Gestáltica, 2011.

FRANKL, V. **Psicoterapia Para Todos.** Petrópolis: Vozes, 2018.

FRANKL, V. **Sobre o Sentido da Vida.** Petrópolis: Vozes, 2022.

GOTO, T. A. **A (Re) Constituição Da Psicologia Fenomenológica Em Edmund Husserl.** Campinas: PUC, 2007.

HEIDEGGER, M. **Ser e Tempo.** Petrópolis: Vozes, 2022.

HEIDEGGER, M. **Sobre o Humanismo.** Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro, 2009.

JASPERS, K. **Introdução ao Pensamento Filosófico.** São Paulo: Cultrix, 2011.

MATTAR, C. M. e ALEIXO, A. d. **Da tradição em Psicossomática às Considerações da Daseinsanálise.** Porto Alegre: Psicologia: Ciência e Profissão, 2016.

MAY, R. **O Homem a Procura de Si Mesmo.** São Paulo: Vozes, 2011.

MELLO-FILHO, J. **Psicossomática Hoje.** Porto Alegre: Artmed, 2010.

MINAYO, M. **O Desafio do Conhecimento: Pesquisa Qualitativa em Saúde.** São Paulo: Hucitec, 2007.

MOREIRA, V., MESQUITA, S. e MELO, K. **A experiência de hospitalização vivida por pacientes com AIDS.** São Paulo: Boletim de Psicologia, 2010.

PITA, J. e MOREIRA, V. **A clínica de Ludwig Binswanger inspirada no Dasein de Heidegger e na fenomenologia genética de Husserl**. São Paulo: Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental, 2020.

REIS, K. F. e PAQUIELA, L. C. **Psicossomática: uma abordagem sob a ótica da fenomenologia existencial**. Rio de Janeiro: Revista FT, 2023.

RIBEIRO, E. **A questão da psicossomática à luz da fenomenologia-existencial**. Rio de Janeiro: Revista IGT na Rede, 2007.

ROGERS, C. **Tornar-se pessoa**. São Paulo: Martins Fontes, 2017.

SOUZA, M., SILVA, M. e CARVALHO, R. **Revisão integrativa: o que é e como fazer**, São Paulo: Einstein, 2010.

SPINELLI, M. **Introdução à psicossomática**. São Paulo: Atheneu, 2010.

ZORZI, F. D. e BORIS, G. D. **Disfunção erétil e fenomenologia: O corpo vivido em seus contornos diacríticos**. Goiânia: Revista da Abordagem Gestáltica, 2013.



Como citar este artigo (Formato ABNT):

OLIVEIRA, Luísa Barcelos de; FERRO, Luiz Roberto Marquezi; BARCELLI, Marcela Silva; OLIVEIRA, Aislan José de; ANDRADE, Cristiano de Jesus. O Tratamento Psicoterápico Fenomenológico em Pacientes Psicossomáticos: Uma Revisão Integrativa. **Id on Line Rev. Psic.**, Fevereiro/2024, vol.18, n.70, p.27-43, ISSN: 1981-1179.

Recebido: 10/01/2024; Aceito 22/01/2024; Publicado em: 29/02/2024.