

Resenha de “Suicídio e Gestalt-terapia”

Fukumitsu, K. O. (2012). *Suicídio e Gestalt-terapia*. 2.ed. 133p. São Paulo, Digital Publish & Print. ISBN 978-85-65294-03-4.



O livro: Este livro de autoria de Karina Okajima Fukumitsu, com 133 páginas, tem por objetivo elucidar e mostrar as várias possibilidades e alternativas de como o profissional da saúde, no processo psicoterápico, deve lidar com uma pessoa que tem um potencial suicida, de como conhecer os fatores de risco e de como utilizar corretamente os procedimentos.

A autora: Karina Okajima Fukumitsu, psicóloga e psicoterapeuta, é bolsista pela PNDN/CAPES e Pós-doutoranda em Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano pela Universidade de São Paulo. Mestre em Psicologia Clínica pela *Michigan School of Professional Psychology* (EUA). É autora também dos livros - Perdas no desenvolvimento Humano: um estudo fenomenológico (2012) e Suicídio e Luto: história de filhos sobreviventes (2013).

Resumo: Este trabalho é uma resenha do livro “*Suicídio e Gestalt-terapia*” de autoria da Psicóloga Karina Okajima Fukumitsu. O texto trata do estudo da autora sobre o suicídio, cujo interesse pelo tema surgiu através de sua própria vivência em relação às várias tentativas não consumadas de sua mãe em acabar com a própria vida. Segundo ela, embora não seja possível prever o suicídio, ela recomenda que os profissionais de psicologia e de saúde, em geral, tenham conhecimentos e parâmetros para identificar os riscos nas diversas situações e intervir tendo por referência a Psicologia e a Gestalt-terapia.

Palavras-chave: Gestalt-terapia, psicologia, suicídio, psicoterapia.

Introdução: A autora faz uma breve contextualização em relação ao tema citando diversos autores em diferentes perspectivas ampliando a percepção e o conhecimento dos psicoterapeutas. Coloca que o suicídio não é abordado nos cursos de Psicologia no Brasil e as situações envolvendo tentativas ou efetivação de suicídio geralmente são atendidas por médicos e/ou psiquiatras. Embora não seja possível prever o suicídio, é importante que os profissionais de psicologia e da área de saúde de maneira geral, tenham parâmetros para identificar, monitorar os níveis de riscos e com isso intervir nas situações. Os terapeutas não são treinados para atender um cliente que deseja se matar. O interesse da autora por este tema deriva do fato de que sua mãe tentou o suicídio por inúmeras vezes. Acompanhar as tentativas da mãe foi uma vivência importante para compreensão clínica e um excelente pano de fundo para entender o sofrimento dos clientes. Quanto aos psicoterapeutas eles são facilitadores, isto é, ajudam os clientes a desvendar seus interesses de vida, a fim de que eles se tornem conscientes. Para os profissionais de saúde, o ato do suicídio é “um grito silencioso de socorro”. Para a Gestalt-terapia – o ser humano é o responsável por suas próprias escolhas. A psicoterapia é um grande exercício, pois precisamos desenvolver, além da habilidade técnica, a sensibilidade para compreender os encontros e desencontros dos nossos clientes. O objetivo deste trabalho é focalizar o Suicídio, a Gestalt-terapia e o Suicídio na visão gestáltica.

O SUICÍDIO A autora descreve a sua experiência sobre a caracterização do suicídio e tem várias definições, como por exemplo, que o ser humano é responsável pelas suas escolhas. A autora acredita que os seres humanos sempre passam por situações de desespero. É importante destacar que a intenção deste trabalho é a de incentivar a reflexão sobre o suicídio e suas implicações no processo psicoterápico nas universidades e nos cursos preparatórios para psicólogos.

A GESTALT-TERAPIA: Esta abordagem inserida na terceira força da psicologia surgiu como nova possibilidade de se pensar o homem sob uma perspectiva multidisciplinar recebendo influência do humanismo, do existencialismo, da psicologia da Gestalt e do método fenomenológico. Na Gestalt-terapia, clientes e psicoterapeutas tem a oportunidade de comunicar suas perspectivas existenciais. Os recursos da Gestalt-terapia, seus conceitos e princípios básicos, tem proporcionado sólida possibilidade de compreensão do ser humano e de seus processos psicológicos que colaboram com o tema em questão. Várias outras influências e a relação destas com a Gestalt-terapia também são apresentadas como: a) Psicologia da Gestalt - psicologia da percepção que a compreendem como uma atividade individual e singular; b) Teoria Organísmica e Homeostase - processo em que o organismo se autorregula através da sua sabedoria e da sua interação com o meio; c) Teoria de Campo – interação organismo-meio d) O Psicodrama - ciência que explora a verdade pela ação e a Psicanálise. A Psicanálise é um dos berços da Gestalt, mas com inúmeras modificações, por exemplo, a postura do psicoterapeuta e a visão de homem. Entende-se também que a Gestalt “nasceu” da Psicanálise e como filha precisou se separar e encontrar seu próprio caminho. Um dos tópicos mais importantes discutidos é o Pensamento Oriental e a relação com a Gestalt-terapia, onde a autora discute “O encontro e a aceitação das polaridades *yin* e *yang*”, “Zen-Budismo”. O Zen é uma postura, um movimento e uma atitude perante o mundo, que não é racionalmente compreensível. Promove também uma compreensão existencial, focalizando conceitos importantes como: liberdade, responsabilidade, criatividade e singularidade que favorecem o ser-no-mundo. Finalmente, discute o *Self* na Gestalt-terapia. O *self* traduz a maneira de cada um transformar e posicionar-se perante o mundo. É um agente em evolução que se refere ao sistema de contato e a forma de organizar a experiência no presente.

SUICÍDIO NA VISÃO GESTÁLTICA Este capítulo tem como objetivo articular reflexões sobre o cliente tendo a psicoterapia como campo, possibilitando ao cliente experimentar seu ser saudável e não saudável, e a apresentação de propostas clínicas. O suicida parece projetar na morte a possibilidade que não consegue em vida. Talvez, ele não busque a morte, mas sim, outra forma mais satisfatória de viver segundo suas necessidades. Os Gestalt-terapeutas procuram facilitar na ampliação de possibilidades para que o cliente possa delinear um novo sentido de vida. Cabe ao Gestalt-terapeuta a tarefa de acompanhá-lo num revisitar suas histórias de vida, de tal modo que o não saudável possa dar lugar a uma forma mais satisfatória de viver. – “Ou aprendemos no amor ou aprendemos na dor”. Alguns aspectos podem contribuir para o suicídio como: Depressão, Ideação suicida, planos de suicídio, Intenção suicida. Neste sentido, “*The World Health Organization*” oferece tabela com seis escalas: (0: pouco sintoma a 6: sintomas graves), e junto com cada valor fornece o sintoma, a identificação e a Ação. São discutidas várias propostas terapêuticas: a) A inclusão no contrato terapêutico do item sigilo; b) O psicoterapeuta deve estar atento aos sinais enquanto intenção ou enquanto tentativa; c) Deve explorar ao máximo os aspectos do suicídio com o cliente; d) Deve conscientizar a família sobre os riscos suicidas; e) O psicoterapeuta deve, na situação de tentativa de suicídio, encaminhar o cliente ao hospital mais próximo; não deixá-lo sozinho e avisar à sua família e ao médico desta. Finalmente, deve documentar todas as sessões e situações.

Ana Maria Mirabella¹

Junho de 2015

1 Psicóloga clínica com Especialização em Gestalt-terapia pelo Instituto Sedes Sapientiae; Professora e supervisora clínica do Instituto Sedes Sapientiae (1997 a 2010). Supervisora dos atendimentos clínicos de Karina Okajima Fukumitsu (1993 a 1999) e pela sua dedicação e profissionalismo fui sua incentivadora em se especializar no Sedes Sapientiae. amirabella1@gmail.com