

CONSTELAÇÃO FAMILIAR (CF) E EXPERIÊNCIA SOMÁTICA (SE®): DUAS TERAPIAS COMPLEMENTARES

In: Diálogos Estendidos com a Experiência Somática (SE®),

Organizadores Cornélia P. Rossi, Liane Pinto e Zélia Fajardini, SP Scortecci, 2016. pp 110-123

Euphrasia Joseph Nyaki

Terapeuta em CF e SE®, Fundadora de ONG AFYA, Centro Holístico da Mulher, João Pessoa há 15 anos. Formada na Universidade de Dar es-Salaam, Tanzânia em Pedagogia, Professora de Ciência e Matemática (1987), Professora de Terapia da Experiência Somática® pelo Somatic Experience® Institute de Boulder, Colorado, EUA e Professora de Terapia de Constelação Familiar, Treinamento pelo Hellinger Institute.

efunyaki@gmail.com

Reno Bonzon

Psicólogo, mestrado em Psicologia pela Université Paris Descartes, França (1978). Atua como terapeuta em CF, individual ou em grupo e também em SE® para vítimas de trauma. Faz atendimento voluntário no Projeto social Casa Mãe da Providência, atendendo pessoas com Transtornos de Ansiedade. Ministra palestras em faculdades de psicologia afim de divulgar as técnicas de CF e SE®.

renobonzon@gmail.com

Muriel Brossard

Bióloga, Ph.D. Expert em inovação e comunicação científica, é executiva especializada na área de ciências da vida. Doutorado em antropologia e epidemiologia genética- Université Paris Diderot (1985). Dedicou a sua carreira às parcerias e transferências tecnológicas em âmbito internacional, assim como à interface entre ciência e mercado.

murielbrossard@gmail.com

Terapias breves, focais, holísticas e fenomenológicas, uma abordagem epistemológica

Nas práticas modernas de terapias, tanto nas terapias sistêmicas como na SE®, os profissionais aspiram por achar soluções personalizadas para os clientes. Cada um deles é um caso particular, com problemas específicos que surgiram das vivencias na sua vida. Assim, a tendência geral é de mobilizar todos os métodos e ferramentas que estejam no poder do terapeuta para adequar a terapia à situação e ao estado exclusivo do cliente e poder ajudá-lo.

Neste artigo vamos explorar o interesse e a complementaridade da prática da EXPERIÊNCIA SOMÁTICA (SE[®]), com outra terapia breve, holística e fenomenológica: a Constelação Familiar (CF) que trabalha no campo sistêmico familiar.

As psicoterapias breves são terapias de objetivos mais reduzidos e mais modestos que as do tratamento psicanalítico, cuja meta fundamental é tornar consciente o inconsciente. Elas se distanciam da psicanálise pela passagem ao face-a-face entre terapeuta e paciente, e afastam-se de outras técnicas psicoterápicas pela limitação da duração. Essa limitação é geralmente compensada por uma atitude mais ativa do terapeuta. Não é só o tempo de duração que é limitado: a psicoterapia breve é uma intervenção terapêutica com objetivos balizados, que são estabelecidos a partir de uma compreensão diagnóstica do paciente e da delimitação de um foco. Fiorini (2004) deu a essa estratégia de atenção seletiva o nome de “omissões deliberadas”. Esses objetivos podem colocar-se em termos da superação dos sintomas e problemas atuais da realidade do paciente. O foco aparece, então, como orientador de toda teoria e condição essencial de eficácia em psicoterapia breve, muitas vezes chamada de psicoterapia focal.

A palavra holismo vem do grego *holos*, que significa inteiro ou todo.

A abordagem holística acredita que os elementos emocional, mental, espiritual e físico de cada pessoa formam um sistema, e objetiva tratar de toda a pessoa em seu contexto, concentrando-se tanto na causa da doença como dos sintomas. (Definição de terapia holística, PT.WIKIPEDIA.ORG)

As terapias holísticas são também denominadas alternativas, integrativas ou complementares (quando se considera apenas a utilização de determinadas técnicas). Se desenvolveram com o movimento de contracultura, a partir dos anos 1970 que trouxe no seu bojo o questionamento dos paradigmas vigentes. Elas não possuem validação científica no sentido que ainda não foram publicadas avaliações por estudos clínicos randomizados. Em epidemiologia, alguns consideram o ensaio clínico randomizado como um padrão ouro que pode claramente estabelecer a diferença em "exposições" entre grupos de pacientes com tratamento e grupo controle. Conseqüentemente, ocorre um debate sobre a real eficácia e eficiência de tais terapias, considerando-se os aspectos metodológicos e as implicações epistemológicas dos estudos. Porém, muitos terapeutas graduados em psicologia, demonstraram unir a psicologia clínica e a terapia holística nas suas práticas e adotar profissionalmente uma ética pessoal em oposição às recomendações das instituições profissionais deles.

Em 2008, um grande hospital de São Paulo passou a incluir práticas como meditação, yoga, acupuntura e reiki no tratamento do câncer. O modelo, chamado de medicina integrativa - por integrar a medicina convencional e as técnicas complementares - é semelhante aos adotados em instituições de referência internacional em oncologia. A inclusão dessas técnicas, até bem pouco tempo desacreditadas na área médica, tem sido

motivada pela grande demanda de pacientes que procuram por tratamentos complementares quando têm um diagnóstico de câncer (MARTYNETZ, D.; SERBENA, C.A ; 2012)

Além disso, atualmente, há vários estudos controlados demonstrando a eficácia e a segurança de algumas delas. Ensaios clínicos estão sendo conduzidos em vários países como EUA, Israel e Brasil para estabelecer cientificamente a eficácia da EXPERIÊNCIA SOMÁTICA (SE[®]), resolvendo com êxito os sintomas de TEPT¹ crônico. Isso permitirá que a SE[®] seja significativamente usada através dos serviços de saúde mental, educacional e militar, serviços sociais, médicos, do governo e de ONGs.

A Constelação Familiar é uma terapia de abordagem fenomenológica. Fenomenologia advém de duas palavras gregas: *phainomenon* e *logos*. *Phainomenon* (fenômeno) corresponde a tudo aquilo que aparece, que se manifesta e que pode ser percebido, captado pelos sentidos ou pela consciência. *Logos* é entendido como o discurso esclarecedor. Assim, etimologicamente, podemos entender fenomenologia como reflexão sobre um fenômeno ou sobre aquilo que se mostra. Ainda que existam concepções distintas de fenomenologia, este conceito filosófico permanece associado a pensadores austríacos e alemães do final do século XIX início XX e, particularmente, a Edmund Husserl (1859-1938). A fenomenologia husserliana exerceu influência sobre a filosofia de Heidegger e de vários filósofos existencialistas.

A concepção de Psicologia Fenomenológica é fundamental para os psicólogos, porque é com o desenvolvimento dessa disciplina/ciência que eles puderam resgatar a subjetividade como fonte originária da vida humana e a sua correlação com o mundo-da-vida (“Lebenswelt”).(GOTO T.A., 2013)

Em psicologia clínica e psiquiatria, o trabalho de Husserl propõe um encontro do outro bastante original que excede a abordagem semiológica clássica. Propõe uma dialética entre o clínico, examinador do sintoma, e o doente sujeito passivamente à esta investigação da qual fica objeto. No encontro vivido, cada um reencontra o seu lugar de assunto e de assunto humano, como pré-requisito à uma exploração compartilhada do fato real, intersubjetiva. A exploração tem a intenção de abordar o fenômeno, de interrogá-lo procurando descrevê-lo e tentando captar sua essência. Ela estuda o fenômeno tal qual ele se apresenta à consciência, não apenas coisas físicas, mas também coisas abstratas e um conjunto de situações como, por exemplo, o significado de alguma expressão cultural, eventos, fatos, que não são de ordem estritamente física. O que mais interessa é compreender o sentido dos fenômenos e não o fato deles se mostrarem. Precisamos fazer uma série de operações para podermos identificar o sentido de tudo

¹Transtorno de Estresse Pós-Traumático

àquilo que se manifesta a nós; são essas operações que estão no campo da psicologia fenomenológica.

Experiência Somática e Constelação Familiar

A Experiência Somática (SE[®]) oferece uma terapia breve e holística que ativa os recursos internos das pessoas, para resolver e curar feridas traumáticas. É uma abordagem baseada no entendimento de que os sintomas de estresse são, frequentemente, expressões de funções nervosas alteradas e que o trauma é o resultado de um movimento de defesa incompleto ou ineficiente (por exemplo, em casos de luta ou fuga mal sucedida). SE[®] ajuda as pessoas a completarem estas respostas e restaurar seus mecanismos inerentes de autocorreção. Os terapeutas, treinados em psicoterapia centrada no corpo, trazem para suas sessões conhecimento sobre como a desregulação da fisiologia do estresse pode afetar o humor, os pensamentos, os comportamentos, bem como a capacidade de se conectar com os outros. A prática integra processos psicomotores inferiores com processos cerebrais superiores de cognição, e o sentimento cria um sistema neurológico mais flexível e aumenta a capacidade da pessoa para desfrutar de um amplo espectro da experiência humana. Existem outras práticas centradas no corpo como, por exemplo, “*Eye movement desensitization and reprocessing*” (EMDR)², “*Dynamic Attachment Re-Patterning Experience*” (DARE)³, Terapia Craniosacral, Métodos Feldenkrais, Hakomi, etc. Porém, na cura do trauma, o método Experiência Somática (SE[®]) desenvolvido por Peter Levine é mais abrangente do que outros métodos, enfatizando as raízes biológicas do trauma e seu efeito sobre o corpo e o sistema nervoso.

"O Trauma não está no evento, está no Sistema Nervoso" (LEVINE, 1997)

Muitas dificuldades psicológicas dentro de um indivíduo ou de sua psicopatologia específica tem raízes no campo relacional do indivíduo, o seu “sistema” (família, casal, profissão, etc.). Portanto, a arena da terapia sistêmica desenvolveu-se significativamente no século XX. No meado dos anos 1960, o trabalho do antropólogo Gregory Bateson e outros, introduziram ideias da cibernética e teoria dos sistemas em psicoterapia e em psicologia social e com isso começou a surgir uma abordagem sistêmica distinta para o tratamento e a gestão das dificuldades psicológicas. Além da Constelação Familiar (CF), algumas outras terapias breves sistêmicas são “*Cognitive Behavioural Therapy*” (CBT)⁴, Terapia Eriksoniana, Gestalt terapia, Programação NeuroLingüística (PNL), etc. Assim, a Constelação Familiar considera o indivíduo

² De-sensibilização e Reprocessamento por meio dos Movimentos Oculares

³ Experiência dinâmica de re-padronização de apego

⁴ Terapia cognitiva do comportamento

no seu campo sistêmico e olha para a sua família como um todo. Todos os membros da família, incluindo os antepassados, estão vinculados, mesmo sem sentir nem saber. Isto leva-o a repetir padrões de comportamento dos integrantes da família de geração em geração. Algumas dificuldades pessoais, sejam elas nos relacionamentos, no trabalho, na força de vida, nos vícios, na saúde e até mesmo na relação com o material, podem ter sua origem no sistema familiar. A energia desse sistema está conectada a uma camada profunda, inconsciente da mente, que o idealizador da terapia, Bert Hellinger, chama de “alma”. A técnica pretende revelar os conflitos / emaranhamentos (às vezes traumáticos) do sistema que trazem padrões de comportamento prejudiciais para o sujeito e propõe atualizações, para que os comportamentos tornem-se mais saudáveis. Por exemplo, ela permite (re)colocar pai e mãe nos seus respectivos lugares e apenas agradecer o que se herdou deles. Desbloqueia e redireciona a força curativa do amor, abrindo um novo campo para a solução dos conflitos e sintomas, convidando a pessoa a entrar em sintonia com as forças de vida do seu sistema.

Métodos:

Quando necessário, os terapeutas que conhecem as duas técnicas, usam SE[®] e CF consecutivamente com alguns clientes, como foi o caso com as 4 pessoas que vão ser descritas a seguir, a título de exemplo.

Técnicas

A Experiência Somática (SE[®]) é geralmente desempenhada entre 10 a 20 sessões individuais. A desregulação da fisiologia do estresse pode afetar o humor, os pensamentos, os comportamentos, bem como a capacidade de se conectar com os outros. É o corpo (o soma, em oposição à psique) que estoca a informação energética do trauma. Então, para se livrar dos efeitos desse trauma, o acesso é pelo corpo e não pela mente. A SE[®] trabalha na conscientização das sensações corporais do indivíduo e ajuda-o a restaurar seus mecanismos inerentes de auto-regulação. Permite que as respostas naturais defensivas de sobrevivência sejam ativadas de forma gradual e segura. Os métodos clássicos da SE[®], preconizados nos manuais da *Somatic Experiencing Trauma Institute* (2007) favorecem a reconexão com o processo instintivo de energia para a defesa ativa, interrompido pelos traumas, e para o desenvolvimento da experiência de “felt-sense” ou sensopercepção⁵, capaz de trazer vitalidade para as experiências e resolução de trauma. O foco do tratamento está na reabilitação das respostas do nosso sistema instintivo e não exclusivamente no conteúdo do acontecimento que provocou o trauma, nem tampouco nos

⁵Sensopercepção (*felt-sense*) é o meio pelo qual vivenciamos a totalidade da sensação, dirigindo a atenção para o corpo e reconhecendo as sensações corporais do momento.

métodos de catarses que podem ser usados por outras linhas terapêuticas, como as descritas por Galbeiro (2009). Ferramentas-chaves para o trabalho em SE[®] são a identificação dos recursos do cliente (que permitem levar ele para uma zona de estabilização e segurança) e a pendulação: uma vez que o terapeuta identificou os recursos do cliente, a pendulação permite o trânsito entre os estados de organização e desorganização no sistema do indivíduo, através do qual ele pode experimentar de forma modulada, lembranças e sensações desconfortáveis, dentro de um limite tolerável e com contenção, e experiências de conforto, onde ele se reestabelece e amplia, a cada ciclo, a capacidade de conter estados emocionais extremos.

A Constelação familiar pratica-se em consultório individual ou em grupo, geralmente numa sessão única. Depois de ter expressado o que levou-o a querer constelar, o cliente coloca “representantes” dos membros do seu sistema, conforme à imagem interna, inconsciente, que ele tem do seu sistema. A posição dos representantes reproduz a estrutura de relacionamento que está arquivada na sua percepção. Este posicionamento é o que deu origem ao nome de Constelação Familiar. A Constelação Familiar Individual utiliza objetos de madeira, boneco ou qualquer outro objeto escolhido pelo terapeuta, para representar os integrantes da família. Surpreendentemente, a identificação pelo cliente dos “representantes” da sua família é fácil. Nos workshops (10-20 pessoas), comparecem pessoas que querem constelar e outras que assistem ao trabalho e se dispõem a serem representantes. A pessoa que quer constelar coloca uma questão, logo dá informações factuais sobre a vida de membros de sua família, e escolhe pessoas do grupo para representarem membros da família dele, posicionando-os na sala. A sua alma, em conjunto com os representantes, o terapeuta e os outros participantes do grupo, formam um campo unificado. Através dessa representação, o terapeuta percebe informações e processos, que podem revelar o que estava, de alguma maneira, excluído ou escondido dentro do sistema familiar. Em todo caso, o terapeuta ajuda a identificar os fatores que afetam a harmonia e o amor do sistema familiar, trazendo consciência e criando espaço para uma transformação saudável. No final, o cliente sente mais leveza e estabilidade e a sensação de estar em paz com seu passado e presente.

Tabela 1: Resumo dos Casos apresentados

Caso	Sexo	Idade (anos)	Queixa/Questão	Técnica de terapia usada		
				1º	2º	3º
A	homem	61	depressão, ansiedade, falta de sono, fraqueza e falta de animo, e as vezes sem vontade de viver	3 sessões de SE [®]	CF em grupo	3 sessões de SE [®]
B	mulher	41	dores fortes e crônicas na coluna, nas pernas e nos braços	CF em grupo como representante	2 sessões SE [®]	CF em grupo
C	homem	35	trauma de infância, o pai batia muito nele	3 sessões de SE [®]	CF individual	2 sessões de SE [®]
D	mulher	27	trabalhar sua relação com a mãe e o padrasto (que tinha abusado dela)	CF em grupo	8 sessões de SE [®]	

Fonte: arquivos pessoais dos autores

Resultados:

Homem A, chegou na Afya Centro Holístico em busca da cura de uma depressão intermitente há 20 anos. Também se queixava de dores na coluna e nos braços, de fraqueza nas pernas e falou que estava chegando ao ponto de perder a vontade de viver. Relatou que já havia feito uma terapia analítica durante 17 anos, com uma sessão semanal, sem resultado. Iniciamos a terapia com 3 sessões de SE[®], onde ele aprendeu a perceber suas sensações corporais, tanto as agradáveis como as desagradáveis. Ele ficava triste e raivoso ao rememorar as dores da mãe e a falta de cuidado da mãe pelo pai. Nessas sessões, foram trabalhadas as sensações corporais que acompanhavam as emoções para diminuí-las. O relacionamento dele com a família estava ligado a pena e sofrimento, principalmente em relação à mãe que faleceu quando ele tinha 15 anos. Depois de uma estabilização emocional, pelo contato com a sua sensopercepção, a terapeuta introduziu a CF, com uma constelação em grupo. Nesse grupo, o cliente teve a oportunidade de fazer o papel de representante antes da constelação dele, que foi a última do dia. No final da sessão, o cliente relatou: *“Hoje eu tomei consciência da minha força, e esta força veio dos meus pais. Eu sou filho caçula, e sempre cuidei dos meus pais, principalmente minha mãe. Ela sofreu muito e cada vez que pensava nela ficava triste. Tenho sete irmãos mas, pelos traumas que eu sofri, isolei-me e os excluí da minha vida. Nesta constelação eu aprendi uma lição da vida :*

liberar o passado e viver o agora. Neste momento eu me sinto bem forte, com bem estar no corpo inteiro e tenho consciência que eu faço parte de uma família”.

Mulher B, apareceu no Afya Centro Holístico, a convite de uma amiga para participar de um grupo de CF. Ela tinha problemas de saúde física e emocional, que não tinham explicação médica. Tomava medicação psicotrópica. Na participação da CF, ela foi escolhida para representar uma pessoa que tinha sintomas físicos iguais aos seus sintomas (dores fortes e crônicas na coluna e nos braços e problemas psicológicos que abalavam as emoções com frequência). A partir dessa sessão, ela compreendeu que o seu problema tinha raízes nos relacionamentos com os pais, que a traumatizaram com violências físicas e emocionais. Até então, ela tinha evitado até pensar nos pais. Duas sessões de SE[®] permitiram trabalhar o componente fisiológico dos traumas e ela pôde aliviar as dores corporais. Depois, ela fez sua constelação num grupo de CF. A cliente pôde contar a sua história de uma forma diferente, com novos significados. Duas semanas depois, ela voltou para Afya Centro Holístico e relatou que a dor tinha desaparecido e que não estava mais tomando analgésicos. Ela expressou; *“E agora o meu relacionamento com meus pais está maravilhosamente bem. E assim, estou bem saudável sem dor e sem remédios”.*

Homem C, começa com sessões de SE[®] buscando livrar-se de um trauma de infância: o pai batia muito nele. No decorrer da terceira sessão, ele entra em contato com uma lembrança antiga: o pai chorando. Podia-se ter trabalhado unicamente o trauma devido às “surras”, permitindo ao cliente completar os movimentos de defesa ou imaginar um novo roteiro, como uma fuga longe da ameaça. Mas a imagem do pai chorando indicava uma pista sistêmica. Uma CF foi proposta para « ver » melhor esse pai. O trabalho mostrou que nessa família, de geração em geração os pais batiam nos filhos porque era assim que eles foram educados. Com a CF, o cliente pôde se reconciliar com o pai após ter visto que o castigo corporal era uma “tradição” familiar : o pai era “obrigado” a bater no filho para “ser leal” a seu sistema familiar. Ao entrar em contato com essa lealdade familiar, o filho pôde interromper o ciclo e ter uma relação mais saudável com o seu próprio filho. A associação SE[®]-CF permitiu ao cliente de se livrar do trauma e do seu emaranhamento familiar.

Mulher D, foi abusada pelo padrasto durante três anos, entre 9 e 12 anos de idade. Iniciamos com um trabalho de CF em grupo. Essa constelação permitiu à cliente afirmar sua inocência, entender sua ausência de culpabilidade e reconhecer que a mãe não soube protegê-la. Em caso de abuso sexual sobre uma criança, o trabalho de CF permite romper a ligação entre o perpetrador e

a vítima. Também a vítima pode entrar em contato com a inocência da criança e deixar a responsabilidade dos fatos com o perpetrador. Um outro ponto trabalhado, foi a relação da criança com a mãe, que não soube proteger a filha. Apesar da cliente sentir um profundo alívio após a CF, o terapeuta propôs sessões de SE para acompanhar a cliente no novo caminho que se abriu, principalmente em relação com a autoestima. Neste caso, o trauma do abuso ficou misturado com uma sensação de prazer e culpa. A criança amava, e ainda ama, o padrasto, mas adulta, ela culpabilizou-se e não conseguiu aceitar poder ter tido prazer. É com o trabalho de SE[®] que a cliente conseguiu desacoplar as duas sensações: o prazer da criança e a culpa do adulto. Após 8 sessões de SE[®], a cliente se sentiu muito mais tranquila na sua relação amorosa com seu parceiro. Também, ela pôde se livrar da raiva e da vergonha em relação ao padrasto.

Discussão: Complementaridade das duas abordagens

Nas situações de vida difíceis ou desafiadoras, como choque, trauma, depressão, ansiedade, a capacidade de dizer 'Sim' à vida é muitas vezes prejudicada. A pessoa torna-se desconectada do fluxo da vida, ou desenvolve atitudes negativas em relação à vida e outras pessoas. Na ajuda terapêutica, ela vai procurar respostas às suas questões sobre esse mal estar e melhoria no seu estado de ânimo. As terapias breves como SE[®] e CF, dentro de um acordo cliente-terapeuta, trazem respostas às questões. Muitos dos problemas trazidos por nossos clientes podem ser enfocados com qualquer uma das abordagens terapêuticas, embora elas iriam utilizar ferramentas diferentes. A complementação com o outro *approach*, se for necessário, pode acontecer logo, como foi descrito nos exemplos acima. Em certos casos, porém, dependendo da origem do trauma, é preferível usar a terapia da área específica (sistêmica ou somática) para tratar a questão apresentada. A CF tem vocação de cuidar das questões de origem sistêmica, como no caso de trauma do desenvolvimento ou de um emaranhamento familiar, enquanto a SE[®] se interessa no trauma em si, qualquer que tenha sido a sua origem.

Muitos problemas são causados por experiências de vida não relacionadas com as nossas famílias. O amplo campo de eventos traumáticos da vida pode incluir acidentes, abuso, trauma do nascimento, doença, trauma médico, catástrofes naturais, violência, etc. Assim clientes traumatizados precisam ser tratados de uma forma que difere de outros clientes e a Experiência Somática (SE[®]) vai propor um tratamento de abordagem somática das perturbações. Ao longo de várias sessões, permitindo renegociar o evento traumático, ela dá tempo ao sistema nervoso de se autorregular.

Traumas podem ser originados nas famílias, por exemplo sob a forma de mortes precoces ou acidentais, de abortos ou de crianças natimortas, ou do sofrimento das pessoas (muitas vezes das crianças) que foram vítimas de abuso, violência ou negligência. Também traumas podem ser

originados em gerações anteriores (guerra, exílio, aprisionamento, etc.) e influenciar os descendentes e familiares. Quando for assim de origem sistêmica, a Constelação Familiar pode permitir ao cliente dar nome e significado à sua ansiedade e reatar laços perdidos ou negados. No caso de trauma de desenvolvimento, ou de “experiências do inominável”, recomendamos o uso das duas terapias.

Embora sejam focadas no resultado, as duas terapias funcionam de maneiras diferentes. A vivência de uma Constelação Familiar é muitas vezes um evento marcante na vida das pessoas, como um “divisor de águas”. Pode oferecer um ponto de vista desconhecido, mostrar um novo panorama do sistema familiar e, portanto, abrir uma porta que a pessoa nem sabia que existia. Um consentimento nem sempre consciente pode assim ser muito forte, transformar à vida completamente e acompanha-se de uma sensação de paz e alívio. Mas é apenas uma “visão alternativa”, uma abertura, com a qual o cliente vai ter que lidar. As vezes, acontece que o cliente se sinta intimidado ou até com medo de se aventurar neste novo caminho que a porta aberta tem apontado. O terapeuta pode então acompanhar o cliente na sua nova jornada. No trabalho de SE[®], com o tempo e a segurança adquiridos no processo da terapia, o corpo reconstrói os seus recursos naturais aumentando a resiliência do sistema nervoso. O cliente ganha autoconfiança, reconstrói os seus limites, readquirindo assim a capacidade de não deixar seu espaço pessoal ser invadido, e reorienta-se no mundo ao seu redor, inclusive no seu próprio sistema familiar. Por durar várias sessões, o trabalho de SE[®] é muito mais progressivo que a CF. O lema do terapeuta é “menos é mais”, trabalhando com leveza e sutileza pois trata-se de uma pendulação delicada entre o “vórtice” de trauma e o “contra-vórtice” (Levine, 2012). O resultado positivo da psicoterapia descansa tanto sobre a aptidão à mudança do sujeito, quanto sobre o seu encontro com outra (ou outras) pessoa(s). Nessa jornada, uma reconciliação dentro do sistema familiar será um recurso para o cliente, que poderá reconectar-se com os elementos emocionais, mental, espiritual e físico da sua personalidade.

Conclusão

Na aplicação do trabalho de trauma, qualquer que seja a origem, a conexão do cliente com o terapeuta como outro ser humano torna-se um tema central. Além da técnica, o terapeuta utiliza a sua intuição, seu tato, sua experiência, sua empatia e sua disposição a receber o que aparece, sem julgamento. SE[®] e CF tornam-se terapias onde o terapeuta é seu maior instrumento de trabalho.

A terapia sistêmica recoloca a pessoa como pertencente a um grupo e conecta-a com as suas raízes como ser social. A terapia somática (SE[®]) recoloca-a como ser individual, na sua integridade corporal e emocional. Tanto na SE[®] como na CF, o cliente procura bem estar. O

objetivo é acompanhar o cliente para ele poder dizer SIM para uma vida plena, fazendo parte de um tudo maior.

Referências

BATESON, G. **StepstoanEcologyofMind:CollectedEssays in Anthropology, Psychiatry, Evolution, andEpistemology.**Universityof Chicago Press.1972

FIORINI, H.J. **Teoria e Técnicas de Psicoterapias.** São Paulo: Martins Fontes. 2004

GALBEIRO J. P. et al. **A perspectiva histórica da psicossomática;** Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)- Bebedouro: Fafibe, 2009.

GAUER, G.; SOUZA, M. L.; DAL MOLIN, F. & GOMES, W. B. **Terapias alternativas: uma questão contemporânea em psicologia.** Psicologia, Ciência e Profissão, 17(2),21-32, 1997

GILLIERON, E. **As Psicoterapias Breves.** Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor. 1986

GOTO, T.A. **Fenomenologia e psicologia: a constituição da psicologia fenomenológica em Edmund Husserl.** Anais V Congresso de fenomenologia da região Centro Oeste, 27-29 maio 2013.

HELLINGER, B., **Ordens do amor,** Ed: Cultrix, 2001

HUSSERL, E. **A Crise das Ciências Europeias e a Fenomenologia Transcendental.** Uma introdução à Filosofia Fenomenológica. Rio de Janeiro: Editora Forense Universitária, 2012

LEVINE, Peter. **Uma voz sem palavras.** São Paulo: Summus, 2012.

LEVINE, P. A. **Waking the Tiger: Healing Trauma – The innate capacity to Transform Overwhelming Experiences.** Berkeley: North Atlantic Books, 1997.

LIEBERMEISTER, S. **Family Constellation and Trauma Therapy,** www.familyconstellation.net/?page_id=449

MARTYNETZ, D.; SERBENA, C.A. **O significado da psicologia e da terapia holística para terapeutas holísticos graduados em psicologia.** Rev. Abordagem gestalt. vol.18 no.1 Goiânia jun. 2012, 1997.

MICHELAZZO, J. C. **Corpo e tempo.** In Castro, D. S. P. de. (Org.). (pp.105-122). **Corpo e existência.** São Bernardo do Campo, SP: UNESP-FENPEC. 2003

ULSAMER, B. **Trauma Work and Family Constellations: Irreconcilable or Complementary?** www.systemicfamilysolutions.com/articles_trauma.html. 2009