

O USO DE METÁFORAS EM TERAPIA NARRATIVA: FACILITANDO A CONSTRUÇÃO DE NOVOS SIGNIFICADOS

THE USE OF METAPHOR IN NARRATIVE THERAPY: MAKING EASY THE CONSTRUCTION OF NEW MEANINGS

VALÉRIA NICOLAU PASCHOAL

Psicóloga clínica, terapeuta familiar e de casal pela PUC-SP, membro do International Certificate in Collaborative Practice pelo Interfacci – SP, mestranda em psicologia clínica pela PUC-SP

MARILENE GRANDESSO

Doutora em psicologia clínica, professora e supervisora do curso de terapia familiar e de casal do NUFAC-PUC-SP, fundadora e coordenadora do INTERFACI – Polo formador em Terapia Comunitária, coordenadora do Certificado Internacional em Práticas Colaborativas junto com o Houston Galveston Institute, coordenadora de formação em terapia narrativa pelo Interfacci.

RESUMO: Na busca por compreender o uso de metáforas em conversações terapêuticas, realizamos entrevistas com quatro terapeutas narrativos. Procedemos então a uma análise de discurso com ênfase na poética social (Shotter, 2000), ressaltando momentos marcantes na conversa com os participantes. A metáfora foi considerada elemento essencial por todos os terapeutas entrevistados. Consistente com a teoria, encontramos que as metáforas fizeram-se presentes em todos os momentos do processo terapêutico. Dentre as vantagens do seu uso, destacamos: oferecer um recurso de linguagem para o cliente narrar suas histórias à sua própria maneira; facilitar o entendimento do terapeuta; facilitar o relato de experiências difíceis pelo cliente; ampliar possibilidades existenciais pela construção de novas narrativas.

PALAVRAS-CHAVE: metáfora, terapia narrativa, mudança de significado, histórias, conversação terapêutica.

ABSTRACT: In the quest for understanding the use of metaphors in therapeutic conversations, we conducted interviews with four narrative therapists. Then we carried out a speech analysis with emphasis on social poetics (Shotter, 2000), highlighting arresting moments in conversation with the participants. The metaphor was considered an essential element for all therapists interviewed. Consistent with the theory, we found out that the metaphors were present at all times of the therapeutic process. The advantages of their use include the following: to provide a language feature for the client to tell stories on his own way; to facilitate the understanding of the therapist; to facilitate the reporting by the client of difficult experiences; and to expand existential possibilities, through the construction of new narratives.

KEYWORDS: metaphor, narrative therapy, changing meaning, histories, therapeutic conversation.

Metáforas e psicoterapia têm andado juntas desde muito tempo. Dentre as primeiras referências que podemos encontrar, Andolfi, Angelo, Menghi e Nicolò-Corigliano (1984) ressaltaram diferentes usos de metáforas em sessões de terapia, tais como: apropriar-se de alguma metáfora trazida pela família; tornar o sintoma da família uma metáfora; empregar imagens que lhe vinham à mente de forma metafórica como parte da conversação; ou mesmo, fazer uso de objetos com sentido metafórico em sessão. Em outra publicação, Andolfi e Angelo (1989, p. 63) apresentam as metáforas como uma forma de jogo no contexto da terapia, permitindo um envolvimento lúdico a partir do qual família e terapeuta poderiam “viajar em níveis metafóricos” para outros territórios de investigação, embalados pela propriedade imagética de jogos compreendidos como metáforas. É interessante notar que, na ocasião em que surgiram os primeiros modelos sistêmicos de terapia familiar, a metáfora era usada estrategicamente, como uma espécie de recurso técnico usado com um propósito definido, muitas vezes como forma de provocações pelas quais o terapeuta desperta sua capacidade de indagar.

Ao longo do tempo, com o advento do pensamento da pós-modernidade no campo da terapia, o uso de metáforas foi ganhando novos sentidos.

As terapias baseadas nas ideias pós-modernas não estão voltadas para a busca de um conhecimento universal que possa servir, por exemplo, para diagnosticar uma família. Seu foco está em compreender os significados atribuídos à experiência vivida a partir de uma pluralidade de ideias e vozes. De acordo com o pensamento da pós-modernidade, a realidade é compreendida como construída nas relações e na linguagem, e há uma infinidade de realidades possíveis, dependendo de quantos forem os envolvidos em descrever ou narrar uma experiência ou acontecimento. Enquanto postura epistemológica, o terapeuta destituiu-se do lugar de “especialista”, adotando uma postura de não-saber (Anderson & Goolishian, 1992). Terapeuta e clientes navegam juntos no espaço aberto da terapia, buscando caminhos possíveis para novos entendimentos para os dilemas da vida, e ampliando as possibilidades de construção de novas narrativas que abram alternativas existenciais. Tal postura descentraliza o poder das mãos do terapeuta, valorizando o cliente como um “*expert*”, detentor de um saber local e um conhecimento *insider*. Contudo, terapeutas e clientes, nos seus distintos posicionamentos no processo da terapia, detêm uma *expertise* – o terapeuta, na organização dos contextos conversacionais; e o cliente, no território da experiência vivida.

Na nossa prática clínica, as metáforas têm se apresentado como ferramentas auxiliares na conversação terapêutica. Entendemos seu uso como um recurso útil para a construção de significados para a experiência e possibilidades de construção de novos

marcos de sentido. Por outro lado, as metáforas são transversais às idades e contextos, fazendo parte de nossa prática, seja com crianças, adolescentes e adultos, tanto nas terapias individuais como nas de família ou comunidade. Quando se apresentam como uma forma de brincar com palavras ou objetos, pode tornar a sessão mais lúdica, permitindo que se fale de coisas muitas vezes difíceis de serem ditas de maneira mais leve. Durante as conversações terapêuticas, na qual as metáforas se fazem presentes, percebemos que os clientes ampliam seu repertório e conseguem explicar de outra forma o que estão vivenciando, possibilitando a ressignificação e construção de novas e preferidas histórias.

Geralmente, temos utilizado metáforas, enquanto terapeutas, quando alguma imagem ou história nos vêm à mente ao escutar nossos clientes, oferecendo uma possibilidade de sentido para apreciação dos envolvidos no processo. Por outro lado, a metáfora, muitas vezes, é oferecida pelos clientes espontaneamente ou em resposta a alguma pergunta-convite que lhe fazemos enquanto terapeuta. Nesses casos, podemos abrir conversações a partir da metáfora trazida ou construída por eles no momento.

A partir dessas considerações, propusemo-nos a estender nossa compreensão sobre o uso da metáfora para além de nossa experiência particular. Assim, realizamos uma pesquisa qualitativa tendo por objetivo investigar o uso de metáforas durante as sessões de terapia narrativa, prática com a qual nos identificamos. Uma de nossas indagações referia-se a como poderiam as metáforas construir possibilidades nas diferentes modalidades conversacionais das práticas narrativas? Seriam elas bons recursos para facilitar os processos de externalização do

problema, as conversas de reautoria, ou conversações andaime, conversas de lembrança e cerimônias de definição? Nosso objetivo foi explicitar o uso da metáfora na terapia narrativa em geral, nos distintos processos conversacionais que esta abordagem organiza. Partimos de um pressuposto de que, ao construir uma metáfora, ou mesmo tomar como metáfora algum recurso já existente (como contos, músicas, anedotas, ou outros), o cliente pode concretizar seu entendimento de algum problema como externo a si mesmo e visualizar possíveis alternativas para a situação em que se encontra, favorecendo a construção de novos significados. Foi nossa intenção ouvir outros terapeutas e expandir nosso entendimento.

METÁFORA: UMA FIGURA DE LINGUAGEM A SERVIÇO DA TERAPIA

Podemos compreender a metáfora como uma figura de linguagem, um tropo, pelo qual uma palavra ou expressão é emprestada de um contexto para dar sentido a outro, favorecendo a construção de campos de inteligibilidade com novas unidades de sentido. Muito presente na literatura, quando realizam sua função, metáforas falam por si, prescindindo de explicações. Esse é o caso do título do poema de Fernando Pessoa “Meu pensamento é um rio subterrâneo” (Pessoa, 1995), em que a expressão *rio subterrâneo* constrói um sentido para a palavra pensamento. Nas terapias pós-modernas, dada sua ênfase sobre a linguagem e o significado, a narrativa dominante sobre a problemática vivida por um cliente pode ser substituída e/ou complementada por uma palavra carregada de significado, uma história, ou outro tipo de construção

metafórica, dada a sua aplicabilidade no campo do sentido em relação à narrativa apresentada. Assim, uma situação drástica e inesperada vivida poderia ser nomeada por um cliente, por exemplo, como um *tsunami*. De acordo com Grandesso, a qualidade metafórica pode ser compreendida como (...) “uma qualidade de transportar o significado de um contexto para outro contexto, caracterizando, portanto, um *como se*, mas de forma implícita” (Grandesso, 2000, p. 143), e assim, acaba possibilitando a criação de uma nova unidade de sentido.

O referencial teórico assumido neste trabalho foi a terapia narrativa, no que se refere à teoria e prática, tendo o construcionismo social como contexto epistemológico. Além de ser uma prática com a qual nos identificamos, consideramos que esta abordagem amplia as possibilidades de desenvolvimento de novas histórias, da mesma maneira que as metáforas o fazem, apresentando-se particularmente útil para os propósitos deste estudo. A própria palavra “narrativa”, já se apresenta como uma metáfora para essa prática de terapia que associa a vida com histórias narradas, considerando que as narrativas organizam a experiência vivida e que, a cada relato de uma história vivida, um novo relato vai sendo possível, envolvendo o relato anterior e indo além. Usando essa analogia do texto, considerando que a terapia narrativa caracteriza um contexto para reescritura das vidas e relações, White (1988a) propôs uma terapia de mérito literário. A busca de reconstrução de significados pelo favorecimento da reautoria de histórias alternativas é um dos caminhos da Terapia Narrativa, e se dá pela busca de histórias subordinadas às histórias dominantes saturadas de problema, convidando as pessoas que buscam por terapia não só

a narrarem suas histórias, mas a construir histórias preferidas organizadas por novos significados.

UM POUCO DE TEORIA

A terapia narrativa desenvolvida por Michael White e David Epston (1993) pode ser compreendida como uma prática construcionista social, que parte do princípio que a realidade é socialmente construída na linguagem e nos relacionamentos. Está baseada na ideia de que construímos histórias carregadas de significados que moldam nossa história passada, nosso presente e futuro, e que os sentidos e significados para as experiências vividas, nascem nas relações. O *outro* está sempre presente nos relatos de vida, seja de forma implícita ou explícita, legitimando histórias ricas sobre competências e autoria ou sustentando histórias estreitas e ralas sobre restritas possibilidades. O propósito da terapia narrativa, dado seus pressupostos, define-se como construir um contexto conversacional de modo ajudar o cliente a reescrever de forma “rica” histórias alternativas com detalhamento sobre acontecimentos, crenças, propósitos, aprendizados e valores, entrelaçadas com as vidas das pessoas, contribuindo para uma nova visão de si mesmo e da vida.

Do ponto de vista da conversação terapêutica, a terapia narrativa convida o terapeuta a atentar para a linguagem e palavras usadas pela pessoa ao relatar suas histórias, dilemas e problemas pelos quais buscam por terapia. Palavras são como “pacotes” a serem abertos; compreendem vários significados, que são diferentes para cada pessoa (Grandesso, 2000). O terapeuta narrativo contribui na abertura desses “pacotes”, fazendo suas perguntas que

convidem novas descrições, abrindo e enriquecendo histórias estreitas, buscando significados nas contradições e novas possibilidades nas exceções, lacunas e aberturas para novos enredos. Seguindo por esses novos caminhos, as histórias tornam-se mais densas, complexas e ganham novos significados, permitindo novas maneiras de organização da vida. Este conceito de histórias ralas ou finas e histórias ricas ou grossas, Michael White tomou emprestado de Geertz um antropólogo americano que ressaltava também a importância do conhecimento local, dos símbolos da cultura.

As histórias são relatos sobre eventos ligados em sequências no tempo, organizados em torno de um enredo/trama pelos quais procuramos dar sentido à existência (Morgan, 2007). Uma vez construída uma história dominante, ela cria um campo de sentido que passa a moldar a vida, a visão de si mesmo e os relacionamentos. Como uma espécie de ímã linguístico (Grandesso, 2010; 2011), narrativas dominantes selecionam os aspectos da experiência que serão notados e incorporados às histórias narradas como argumentos corroboradores dos enredos e identidades dos protagonistas. Eventos que não se encaixam nas histórias dominantes são negligenciados. Assim, as formas de vida possíveis são ampliadas ou restringidas por esses significados privilegiados em detrimento de outros, presentes nas narrativas dominantes.

Um dos pontos que consideramos marcantes na terapia narrativa refere-se ao alcance dos relatos para além do dito. Conforme resalta Derrida, todo dito remete a um não-dito (Derrida, 1995). A busca de compreensão pelo “ausente, mas implícito” (White, 2012; Grandesso, 2011) incita o terapeuta narrativo a ficar atento ao dito

e convidar o cliente para compartilhar o implícito, embora ausente, no seu discurso dominante manifesto. O processo de questionamento na terapia narrativa, tomando o dito como porta de entrada, favorece que as histórias narradas se estendam no tempo e no espaço, ajudando o cliente a colocar em linguagem aspectos que, muitas vezes, seriam negligenciados pelo relato oficial sobre os dilemas que as pessoas vivem. Ao narrar, por exemplo, a história de um problema, perguntas pelo ausente, mas implícito, podem favorecer novas narrativas sobre formas de superação, habilidades e competências presentes.

Todo problema narrado traz em si pelo menos duas linhas de histórias – a história do problema e a história da forma de vida restringida ou ultrajada pela situação adversa ou dilemática que a pessoa vive. Portanto, podemos, enquanto terapeutas, favorecer não apenas o relato das histórias sobre o problema, mas, também, as histórias das expectativas de vida almejadas que estão sendo impedidas ou restringidas pelo problema, dos valores negados pela situação adversa e também pelas formas de resistência encontradas pela pessoa diante dos desafios que o problema presente apresenta. Relatos de acontecimentos singulares, aqueles que não se encaixam na história dominante saturada de problema, situados nos cenários da ação e do significado são as portas de entrada para terapeuta e clientes, em ação conjunta, começarem a construir histórias alternativas mais ricas e libertadoras. E assim, de um jeito aparentemente simples – mas na realidade parte de um processo complexo de reconstrução de significados –, palavras são mudadas e transmutadas no contexto de novas descrições pelo resgate de histórias negligenciadas. Como diz Bruner (1994)

a experiência é muito mais rica do que qualquer possibilidade narrativa que podemos fazer sobre ela, portanto, como pano de fundo, muitas linhas de história são possíveis além da que se apresenta como dominante. Portanto, sempre há histórias negligenciadas que, convidadas para serem colocadas em linguagem, favorecem novas narrativas organizadoras de esperanças possibilidades existenciais. Ao ganhar visibilidade, histórias subordinadas ao discurso dominante, permitem construir novas narrativas de vida e de manifesto sentido de agência.

Novos significados e novas narrativas de identidade emergem das histórias subordinadas, apresentando as pessoas como agentes, conforme resgatam memórias e convidam relatos de experiências de competência e autoria. Novas histórias estão sempre abertas a revisão, à medida que, conforme ressalta Bruner (1994), nenhum relato é completo, uma vez que sempre se apresentam lacunas e contradições que possibilitam novos relatos e descrições mudando o sentido presente para incluir novas disposições afetivas. As histórias apresentam-se sempre abertas para novas possibilidades de construção narrativa e, portanto, para nova organização das experiências vividas e, assim, novos sentidos de identidade. Nisto nos apoiamos enquanto terapeutas narrativas ao buscarmos pelas histórias de competência e de superação, que as histórias dominantes saturadas de problemas, geralmente ocultam. Cumpre ressaltar também que todo esse processo de transformação se dá na linguagem:

[...] dependemos da linguagem para gerar nossas próprias narrativas, mesmo que canônicas, para conferir um sentido à nossa existência. Como seres humanos, estamos sempre

envolvidos em gerar um sentido para nossas vidas, e fazemos isso interpretando a nós mesmos e ao mundo à nossa volta, dentro do nosso sistema de linguagem e dos campos de sentido em que vivemos. Daí a importância da linguagem, uma vez que sentido, compreensão e entendimento só podem se dar no campo definido por ela (Grandesso, 2000, p. 187).

A questão da busca de sentido para o que nos acontece faz parte de nossa existência em todos os tempos, como seres humanos. Buscamos dar algum sentido às experiências vividas, procuramos organizá-las de uma maneira que seja significativa para nós, tornando o nosso mundo compreensível e dando continuidade às narrativas de identidade pelas quais nos reconhecemos como pessoas. White (2012) afirma que geralmente as pessoas atribuem significados aos fatos da vida, por meio de histórias sobre a experiência e que estas dão forma às suas vidas e relações. As pessoas constroem e dão significado à sua experiência construindo histórias e estas oferecem os argumentos que constroem os relatos de suas vidas. Este é um processo em aberto, uma vez que as histórias, conforme o dissemos, podem sempre ser reconstruídas:

Assim, para Michael, os significados que são atribuídos aos acontecimentos da vida, construídos continuamente ao longo da existência, decorrem dos mapas de mundo que a própria pessoa elabora. A forma como um acontecimento encaixa-se nos mapas de mundo – ou seja, nas pautas já conhecidas pela pessoa no contexto da experiência vivida – determina a sua compreensão. Da mesma forma, um acontecimento que não se encaixa nos mapas já

construídos pela pessoa acaba não tendo existência para ela (Grandesso, 2011, p. 102).

Para White (2012), diferentes mapas de mundo trazem diferentes interpretações da realidade. O autor compreende que os problemas das pessoas são decorrentes da maneira como atribuem significados aos fatos da vida. Os significados atribuídos aos acontecimentos da vida são derivados das histórias que construímos e essas histórias determinam a maneira como passamos a estabelecer as diferenças entre o que se apresenta como significados privilegiados e o que é deixado periférico ou fora de nossas narrativas, entendidos como significados subjugados. A história dominante apresenta uma força contextual, conforme delimita um território em que apenas o que se encaixa com os eventos privilegiados pela narrativa adquire visibilidade. Cumpre ressaltar que construir significados pelas histórias narradas apresenta-se como uma construção social da qual fazem parte as audiências significativas com as quais as pessoas compartilham suas vidas. Nesse sentido, White (2012) considera que as identidades são associações de vida, uma vez que não construímos nossas histórias sobre quem somos e como é nossa vida no isolamento.

A prática narrativa, portanto, de acordo com esses pressupostos teóricos, abarca a busca de elementos novos, revisitando, a convite do terapeuta, estas experiências negligenciadas, como portas de entrada para expansão das histórias, pela inclusão de novas perspectivas, eventos alternativos, para a reconstrução dos significados e ampliação das possibilidades existenciais. Os problemas que as pessoas vivem são sustentados por ideias, crenças, princípios e práticas da

cultura mais ampla. Esses problemas são embasados em “verdades” dadas como certas, que são as histórias ralas das vidas das pessoas que, muitas vezes, não se lembram dos contextos de origem e evolução e, até mesmo, que são construídas. Esta terapia nos chama atenção para o fato que a vida é multihistoriada, ou seja, vivemos muitas histórias ao mesmo tempo, há várias histórias sobrepostas e nenhuma história está completa. Assim, sempre há a possibilidade de re-escritura das histórias saturadas de problema.

Em síntese, o trabalho com a terapia narrativa traz a ideia de libertar as pessoas da influência limitante de histórias dominantes, estreitas e ralas que constroem visões negativas de si mesmas, em que aparecem inadequadas, frágeis para lidarem com os problemas de suas vidas. Essa terapia objetiva a reescritura das vidas de forma “rica”, buscando por histórias alternativas com detalhes sobre acontecimentos, crenças, propósitos, aprendizados e valores das pessoas.

Durante a conversação terapêutica, o diálogo favorece um recorte diferente do evento narrado, no qual novas compreensões sobre os fatos da vida e uma nova narrativa de identidade são possíveis. Assim como quando empregamos uma metáfora para caracterizar uma situação vivida. Construída a partir da narrativa do cliente, seu alcance segue na direção de novos significados e, portanto, de uma nova compreensão da experiência. Partimos do pressuposto de que as metáforas são úteis aliadas nesse processo de construção e ressignificação.

METÁFORAS E PSICOTERAPIA

O uso de metáforas em psicoterapia, consiste no emprego de uma versão

alternativa para expressar o conhecido e familiar de uma maneira nova e rica de sentido. Uma música, palavra, desenho, história, dentre outras possibilidades, pode ocupar o cenário para representar uma situação ou significado vivido, de outra forma. Alves, a propósito do uso de metáforas em terapia, considera que as metáforas “São ferramentas que contém mensagens poderosas para auxiliar o paciente a encontrar novas perspectivas e alternativas para sua vida” (Alves, 1999, p. 64). Essa autora enaltece a comunicação metafórica, afirmando que um significado pode ser transmitido de maneira mais fácil pelo uso de metáforas, do que pela comunicação direta.

Anderson e Goolishian (1992) afirmam que os problemas psicológicos aparecem, mudam e desaparecem, conforme mudam o vocabulário e as descrições do terapeuta. Assim, as teorias funcionam como lentes para a construção de significado que estruturam a conversação terapêutica. De acordo com Grandesso (1997), as teorias do terapeuta pós-moderno têm sua utilidade, na medida em que permitem aberturas para novos significados na conversação, e que sejam mais libertadores. A utilização da metáfora é uma forma rica de mudar o vocabulário dos clientes e possibilitar aberturas para novos significados.

As metáforas teóricas, de acordo com Grandesso (1997), fornecem uma moldura para os terapeutas construírem um sistema de inteligibilidade que organize sua prática. Cada teoria vai lidar com suas próprias metáforas, presentes nas linguagens utilizadas para apresentar e compreender as histórias dos clientes e de seus problemas. Neste estudo procuramos compreender como as metáforas surgem durante a conversação terapêutica (não as teóricas, mas as que surgem

da conversação); como são apresentadas pelos clientes, ou pelo terapeuta, possibilitando a criação de uma nova unidade de sentido; e como isto contribui para transformações significativas para as vidas e relações. Antes de apresentarmos a investigação que realizamos, vamos considerar os contextos conversacionais próprios da Terapia Narrativa no que se refere ao uso de metáforas.

METÁFORAS E TERAPIA NARRATIVA

O contexto conversacional favorecido na terapia narrativa, conforme o apresentamos até aqui, propõe-se a considerar aspectos negligenciados da experiência que permitam a ampliação do olhar e uma nova compreensão sobre as vidas e relações das pessoas que procuram a terapia. Compreendemos que o uso das metáforas contribuem justamente para essa função de ampliação de alternativas existenciais pela introdução de um novo sentido à antiga história.

A terapia narrativa pode ser vista como uma prática que oferece às famílias, casais, pessoas ou comunidades, uma oportunidade para envolverem-se ativamente na construção de sua própria realidade. Na terapia, o intangível torna-se tangível, à medida que são exploradas qualidades impensadas, implicando liberdade, responsabilidade e construções. Nesse processo de construção das suas possibilidades, os clientes reconstroem a sua narrativa de identidade e assim, a si mesmos. Esses significados presentes nas novas histórias podem organizar novos entendimentos da experiência vivida e, portanto, convidar novas possibilidades existenciais, outras possíveis formas de vida.

O próprio Michael White (2007) definiu a terapia narrativa por meio

de uma metáfora. Explica que a terapia implica em uma “jornada”, em que se chegará a destinos que não podemos prever (terapeuta ou clientes), por rotas não previamente pensadas ou mapeadas. Assim, em terapia, temos a oportunidade de sermos transportados para outros lugares na vida em que histórias são enriquecidas, são contadas de uma maneira diferente do que eram contadas no início da jornada. Isto nos conduz a novas paisagens, convida o fator surpresa e toca a nossa emoção. No processo terapêutico, as novas narrativas surgem a convite das perguntas do terapeuta. Cada pergunta, um novo horizonte. Poder parar para desfrutar as novas paisagens... do zoom para a tela panorâmica, a mudança de foco permite-nos experimentar novos sentidos e construir significados até então não pensados. Contudo, o uso da metáfora da história por Michael White, data dos primeiros anos da década de 1980, quando o autor explorava as ideias de Bateson sobre “restrições” e “redundâncias” como conceitos para compreender como essas restrições transformavam os eventos em descrições (White, 2001). Contudo, incentivado por Cheryl White e David Epston, sua preferência pela metáfora narrativa tornou-se determinante para sua prática, dada a sua dimensão temporal e por sua mobilidade, conforme os relatos de vida são compreendidos como em constante desenvolvimento. A metáfora narrativa oferece uma compreensão para como os eventos das vidas das pessoas são ligados em sequências no tempo e, na terapia proposta por Michael White;

[...]” a metáfora narrativa no desenvolvimento da prática terapêutica convida-nos a pensar sobre como podemos encorajar as pessoas a

fazerem o que elas fazem rotineiramente – colocar os eventos de suas vidas em linhas de história – mas, em relação a alguns dos eventos mais negligenciados de suas vidas. Isto abre possibilidades para o posterior desenvolvimento de práticas terapêuticas mais de-centradas do terapeuta e centradas nas habilidades de construir significados das pessoas que nos consultam. Esta tem sido uma das maiores atrações da metáfora narrativa para mim (White, 2001, p. 135).

Podemos encontrar uma variedade de usos de metáforas favorecidos nas diferentes formas de conversação terapêutica. Nas **conversações de externalização**, as metáforas estão presentes principalmente no momento de objetificar o problema, separando-o da pessoa. Michael ressalta que a pessoa é a pessoa e o problema é o problema. Partindo de uma visão não essencialista do self, a palavra externalização foi escolhida por favorecer a compreensão de processo de desconstrução de uma visão da pessoa como sendo o problema e a compreensão do problema como uma circunstância da vida.

Já nas **conversações de reautoria**, o terapeuta estimula o cliente no desenvolvimento de outras conclusões de identidade positivas e a metáfora pode ser muito útil para este fim. O processo de busca de novos significados, durante as conversas de reautoria, faz surgir novos relatos a partir da identificação de algum acontecimento extraordinário que contradiz a história dominante.

Nas **conversações de lembrança** (White, 2012), Michael White valeu-se da metáfora da vida como um clube, inspirado no trabalho da antropóloga Barbara Myerhoff. Conversações de lembrança convidam as pessoas

a revisitarem o “clube de sua vida”, reintegrando pessoas significativas da vida e que estão distantes, rebaixando alguns associados e mesmo banindo outros, conforme o lugar de importância que ocupam na vida das pessoas. Durante estas conversações, White (2012) ressalta a importância de pessoas significativas que influenciaram e influenciam a construção da nossa identidade. Guiado pela metáfora do “dizer olá”, por exemplo, no trabalho com pessoas em luto, White (1988b) fazia perguntas que possibilitavam a abertura para as pessoas reivindicarem suas relações com a pessoa querida que partiu. Esse reposicionamento em relação à morte de uma pessoa querida, possibilitou um certo alívio, diante da dificuldade em aceitar o arrebatamento de uma pessoa significativa na história pessoal da cliente. Por meio de seu trabalho com pessoas enlutadas, White (2012) ressalta como a conversação terapêutica caminha para diferentes lugares, dependendo da metáfora que o terapeuta é guiado. Neste trabalho, o autor explica sua utilização da metáfora do “dizer olá”, em contraposição com a do “dizer adeus”. Para ele, “dizer olá” tem um poder de construir possibilidades de vida despatologizantes e ampliadoras de possibilidades, que não se mostram presentes na metáfora do “dizer adeus”.

Há um outro contexto da prática narrativa em que metáforas são particularmente importantes – o uso de **testemunhas externas** nas sessões como formas de **cerimônias de definição**. Inspirado também por Barbara Myerhoff, Michael considera a importância das audiências para dar visibilidade a realizações, qualidades e valores presentes na vida dos clientes que, de outra forma permaneceriam na invisibilidade. Na inclusão de testemunhas externas, ou seja, a presença

de audiências especiais para contribuir para a escritura de histórias mais ricas, White (2012) oferece um guia norteador da escuta para as testemunhas. Palavras ou expressões que tocaram a testemunha enquanto ouviam a entrevista com o cliente, são enriquecidas por imagens ou metáforas que surgiram durante a escuta do relato na entrevista em andamento. Esse pedido fundamenta-se na possibilidade de construção de sentidos para além da palavra falada, favorecendo uma dupla escuta – a do que está sendo dito do ponto de vista do conteúdo temático manifesto e a do que pode estar sendo dito, ausente, mas implícito, capturado como um sentido possível pelas palavras, imagens ou metáforas da testemunha. Como parte da cerimônia de definição, a testemunha externa ao ser entrevistada pelo terapeuta renarra o que ouviu da pessoa que está em terapia, compartilhando suas metáforas, imagens, sons, cheiros que lhe vieram à mente enquanto escutavam o relato.

Na terapia narrativa, as metáforas também estão muito presentes nas **práticas de narrativas coletivas**. Denborough (2008) nos apresenta algumas metodologias usadas e criadas por ele e por outros terapeutas narrativos para ajudar pessoas, grupos e comunidades a lidarem com suas dificuldades. A “A Árvore da Vida”, “O Time da Vida”, “A Pipa da Vida” são alguns dos recursos que podem ser utilizados em contextos comunitários para favorecer, pelo uso de metáforas, a construção de conversações transformadores (Denborough, 2008; Ncube, 2006). Neste trabalho, damos destaque a duas dessas práticas:

1. “**A Árvore da Vida**” é uma abordagem que permite se trabalhar com situações traumáticas, mas não apenas nessas, com ênfase nas competências, habilidades, propósitos na vida e valores das

pessoas, a partir da figura da árvore como metáfora. Esta metodologia divide-se em quatro etapas: *A árvore da vida*; *A floresta da vida*; *Quando as tempestades chegam*; *Certificados e músicas*. Na primeira parte do processo – *Árvore da vida* –, o terapeuta pede para que cada pessoa desenhe uma árvore significativa da infância, em que cada parte desta árvore representará um aspecto da vida da pessoa: raízes representam as tradições e origens – étnicas, religiosas, lugares de onde vem, dentre outros; o solo no qual a árvore está plantada, local para serem registradas ou desenhadas as atividades nas quais as pessoas estão envolvidas no dia-a-dia; o tronco estimula as pessoas a falarem sobre suas habilidades e valores; os galhos significam as esperanças, sonhos e desejos das pessoas em relação ao seu futuro; as folhas da árvore representam as pessoas importantes na vida sejam elas vivas ou mortas, ou, até mesmo, animais de estimação, personagens históricos, líderes ou outros; e as frutas representam os presentes que foram dados para a pessoa. Agregada a esta metodologia, as sementes convidam a se pensar no que a pessoa quer deixar como sua contribuição, uma espécie de transcendência.

A segunda parte da metodologia – *A floresta da vida* –, favorece que cada pessoa seja incluída num contexto coletivo, favorecendo o “*comunitas*”, a unidade na diversidade a que David Denborough faz menção, citando Victor Turner (Denborough, 2008). Já na próxima

etapa – *Quando chega a tempestade* – as pessoas são convidadas a identificar e falar sobre as dificuldades que enfrentam, refletindo metaforicamente sobre os riscos que as árvores e florestas enfrentam nas tempestades que sofrem e a maneira como o fazem. Pelo uso dessa metáfora das “tempestades na floresta”, situações difíceis e traumáticas podem ser narradas sem o risco de retraumatizar. Finalmente, na última parte do processo – *Certificados e músicas* – são celebradas as conquistas das pessoas com entrega de certificados, elaboração de cartas e músicas, com o objetivo de que os participantes sejam reconhecidos em suas capacidades e habilidades.

2. Já na metodologia “*O Time da Vida*”, a metáfora usada é a do esporte, em que vão sendo feitas reflexões e paralelos entre os participantes em um jogo de futebol e a vida da pessoa. É como se a vida fosse uma partida ou um campeonato de futebol. Faz-se um paralelo entre as pessoas significativas para a vida da pessoa e suas narrativas de identidade e os diferentes posicionamentos (goleiro, defesa, ataque), outros jogadores, técnico, reservas, gandula, bandeirinha, o campo, hino do time, torcedores, os melhores gols, entre outros. Esta proposta reflexiva convida a construir o time da vida, com pessoas ocupando as diferentes posições – quem está no seu gol, por exemplo, quem defende/protege seus objetivos? Por meio desta metáfora, também pode-se falar sobre as conquistas e habilidades

por meio de celebração dos gols, bem como sobre desafios e metas na vida, na forma de gols a serem marcados ou de estratégias para driblar os problemas.

Da mesma forma, na escritura de “**Documentos coletivos**”, uma outra metodologia criativa para trabalhos, especialmente, mas não somente, com grupos e comunidades, Denborough (2008) ressalta a importância da elaboração da narrativa do documento de uma forma que favoreça ressonâncias na comunidade de leitores. O autor entende que um documento eficaz, é aquele que permite que sejam ativadas nas mentes das pessoas que ouvem ou leem, imagens, cheiros, sons, paisagens, figuras e metáforas, como as ressonâncias que possam construir familiaridades entre vidas que até então seguiam separadas.

Aqui no Brasil, algumas metodologias semelhantes foram desenvolvidas por Adriana Müller – “Ritmos da Vida” (Müller, 2012, 2013) e por Ana Luiza Novis e Lúcia Helena Abdalla – “A Despensa da Vida” (Novis & Abdalla, 2012, 2013). Em “*Ritmos da Vida*”, Adriana recorre à metáfora dos instrumentos musicais para trabalhar em situações individuais ou coletivas. A música é utilizada como um meio para acessar a história dominante das pessoas e construir uma história alternativa, possibilitando a transformação do sintoma (o problema) em sintonia reconectando-se com o que é importante na vida, construindo relatos de vida com uma harmonia própria das sinfonias. As pessoas fazem o desenho de um instrumento musical que gostam, são convidadas a refletir sobre qual o tipo de música que elas tocam com este instrumento e qual seria a reação da plateia ao ouvir sua música. Em aplicações coletivas, os instrumentos são colocados lado a lado, para

formarem uma “orquestra”, em que o desafio é: como todos poderão tocar seus instrumentos em sintonia? Uma “orquestra tentando entrar em sintonia” é a forma metafórica de se falar sobre um grupo que lida com alguma dificuldade. O trabalho finaliza-se com a elaboração de um documento coletivo (Denbrough, 2008) e a composição de uma música.

Na metodologia de prática narrativa coletiva “*A Despesa da Vida*”, desenvolvida por Novis e Abdalla (2012, 2013), a metáfora utilizada foi a da doença como uma “visita inesperada” que chega à casa da pessoa sem avisar. Por meio desta metodologia, busca-se resgatar a autoria das pessoas que se sentem reféns do problema, quando estão enfrentando graves doenças. A autonomia da pessoa é resgatada, pois novas conversas vão sendo estabelecidas, favorecendo a construção de histórias alternativas que envolvam novas formas de a pessoa se relacionar com a sua doença.

Estas metodologias, cuja proposta, em si, já é metafórica, são ótimas oportunidades para pessoas falarem sobre suas habilidades e desenvolverem histórias mais ricas.

OUVINDO TERAPEUTAS NARRATIVOS SOBRE O USO DE METÁFORAS: NOSSA INVESTIGAÇÃO

Para desenvolvermos esta pesquisa, usando uma metodologia qualitativa, entrevistamos quatro terapeutas que se apresentavam e se reconheciam como terapeutas narrativos. O convite foi feito para uma entrevista dialógica para verificar se, e como estavam usando metáforas no seu trabalho clínico, e como compreendiam o seu efeito para os clientes e o processo terapêutico. Dentre os nossos objetivos específicos,

era nossa intenção compreender como o uso de metáforas poderia: facilitar a criação de novos significados em terapia narrativa; auxiliar o processo de externalização e conversas de reautoria; e como metáforas estavam sendo utilizadas nas sessões terapêuticas, de uma forma geral. Essas entrevistas foram realizadas após autorização e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o projeto foi submetido à apreciação e aprovação pela Plataforma Brasil, pela resolução 466 de 12 de dezembro de 2012 (CAAE: 09110912.7.0000.5482). A realização desta investigação foi construída a partir de conversações dialógicas realizadas em forma presencial com um dos participantes e, com os demais, de forma virtual por Skype com gravação de voz. A partir das entrevistas realizadas, fizemos uma organização dos significados presentes nos relatos dos entrevistados, valendo-nos da poética social como forma de construir inteligibilidade para o que decorreu de nossas conversações (Shotter, 2000).

Participantes

Os participantes desta pesquisa foram quatro terapeutas que se reconheciam como praticantes da abordagem narrativa e que diziam, a priori, utilizarem-se de metáforas nas suas conversas com seus clientes.

Participaram da pesquisa:

Terapeuta 1: Psicóloga clínica, mestre em psicologia do desenvolvimento pela UFES. Trabalhava principalmente na abordagem da terapia familiar sistêmica e práticas narrativas. No campo da terapia narrativa, desenvolveu uma metodologia coletiva.

Terapeuta 2: Psicóloga clínica e hospitalar, terapeuta de família, experiente no trabalho com pacientes portadores de doenças crônicas. Iniciou seus estudos em Terapia Narrativa em 2000. Em 2010, elaborou junto com uma colega, a terapeuta 3 apresentada a seguir, uma metodologia narrativa.

Terapeuta 3: Psicóloga clínica e terapeuta familiar. Possui experiência no atendimento a pacientes com acometimentos orgânicos agudos e crônicos. Envolvida com a abordagem narrativa, criou junto com uma colega, a terapeuta 2 acima, uma metodologia narrativa coletiva que busca resgatar a autoria dessa pessoa que sente-se refém da doença.

Terapeuta 4: Psicólogo, mestre e doutor em psicologia clínica, terapeuta comunitário, terapeuta de família e casal. Desenvolve diversos projetos sociais. Tem experiência em atendimento psicoterapêutico de adolescentes, adultos, casais e famílias.

Instrumentos e procedimento

Uma vez que nossa investigação está inserida num contexto paradigmático pós-moderno e construcionista social, optamos pela busca de inteligibilidade a partir de conversações abertas, utilizando-nos, como instrumento de pesquisa, de entrevistas de base dialógica. Contudo, por se tratar de uma conversação propositada, alguns eixos temáticos serviram-nos de pontos de entrada. Apoiadas no arcabouço teórico que embasa a terapia narrativa, partimos de alguns questionamentos básicos para a elaboração de perguntas disparadoras que pudessem nos ajudar a compreender o sentido das metáforas na prática desses terapeutas. Tomadas como forma de gerar informações, essas perguntas configuravam aberturas

para conversas possíveis em relação aos propósitos desta investigação, portanto, não eram perguntas para busca de dados. Além disso, muitas perguntas surgiram de dentro da própria conversação, uma vez que o diálogo foi a nossa principal ferramenta. Perguntas foram para nós convites para uma conversa em espaço aberto num sentido Deleuziano, ou seja, um disparador para uma conversa com ponto de partida, mas, sem uma rota definida para seguir adiante, a não ser as sugeridas pelos objetivos deste trabalho.

Realizamos ao todo três entrevistas: uma com a Terapeuta 1, uma com o Terapeuta 4 e uma com as Terapeutas 2 e 3, conjuntamente, para verificar se e como as metáforas estavam sendo úteis no seu trabalho. As Terapeutas 2 e 3 foram entrevistadas juntas por trabalharem em dupla terapêutica com seus clientes e por terem elaborado uma metodologia narrativa que enfatiza o uso da metáfora.

Duas entrevistas foram feitas por intermédio do Skype (devido à distância geográfica das entrevistadas) e uma, realizada no consultório do terapeuta entrevistado. Com as informações levantadas nas entrevistas, fizemos uma análise do discurso com ênfase na poética social conforme definida por Shotter (2000), buscando por momentos marcantes nas conversas que tivemos com os participantes. Assim, depois de realizadas e transcritas as entrevistas, buscamos ressaltar pontos marcantes como unidades de sentido, surgidas durante a conversação com os participantes (Guanaes, 2006). Tentamos compreender de que forma a metáfora estava sendo utilizada nas sessões terapêuticas, como isso fazia sentido para os terapeutas e possivelmente para seus clientes.

A análise de discurso, segundo Carregato e Mutti (2006) trabalha com o sentido do discurso – com a busca de

efeitos de sentido pela interpretação –, e não pelo seu conteúdo. De acordo com Guanaes (2006), uma análise pela poética social envolve um processo de produção de sentidos baseado na perspectiva construcionista social. Uma investigação baseada na poética social objetiva descrever os processos de discurso e de relação de produção de sentido.

Na prática da poética social, a pesquisa emerge como um processo vivo de construção e reconstrução de sentidos de mundo, que tem por objetivo a criação de estratégias retóricas que permitam a abertura a novas possibilidades de compreensão dos eventos investigados (Guanaes, 2006, p. 97).

Esta análise enfoca a importância do pesquisador na produção de sentidos, pois será ele quem dará forma ou sentido aos momentos marcantes que se destacaram da conversa, no seu entender. Na poética social, busca-se o inusitado, o desconhecido e singular, não os padrões ou repetições. Assim, o pesquisador procura “construir relações ou conexões criativas entre os eventos estudados e outros aspectos da vida social, ampliando as possibilidades de descrevê-los” (Guanaes, 2006, p. 97).

Guiadas pela prática de análise pela poética social, buscamos organizar os dados obtidos nas entrevistas em momentos marcantes pelo seu ineditismo ou singularidade, voltando nossa atenção para eventos que destacamos como possibilidades de ampliação da construção de unidades de sentido significativas para os propósitos neste trabalho.

COMPREENDENDO AS METÁFORAS NA PRÁTICA DOS TERAPEUTAS

Os quatro terapeutas entrevistados consideraram a metáfora como um

elemento essencial no processo terapêutico, fazendo-se presente nas diversas formas de conversações da terapia narrativa que realizavam. Tendo em vista as questões que nortearam este trabalho, após a leitura e arranjo das informações levantadas nas conversas com os participantes, construímos algumas unidades de sentido que se destacaram das falas dos entrevistados e as organizamos em temas que nos pareceram significativos:

1. facilitando a conversa terapêutica por meio de metáforas;
2. tornando a conversa mais lúdica e facilitando que se fale de coisas difíceis;
3. possibilitando a nomeação das experiências vividas e dos sentimentos;
4. compreendendo o contexto do cliente;
5. facilitando a mudança e a construção de novos significados – sendo autor da própria história;
6. trabalhando com a metáfora que faz sentido para o cliente; e
7. postura do terapeuta narrativo.

Passamos, a seguir, a considerar cada um desses temas como campos de sentido a partir dos quais podemos construir nosso entendimento sobre o uso de metáforas para o terapeuta narrativo.

1. Facilitando a conversa terapêutica por meio de metáforas

Em alguns momentos, a metáfora foi percebida pelos terapeutas como facilitadora do diálogo terapêutico, em que uma vez aberto o “pacote” da metáfora, por meio de conversações sobre seu sentido e significado, economizava-se tempo. Ao expressar-se por meio de uma metáfora que já fora apresentada na conversa, cliente e terapeuta já sabiam sobre o que estavam falando e

não precisavam explicar ou contextualizar novamente, não sendo necessário voltar no texto previamente construído sobre aquela metáfora.

“Ela encurtava um tempo de conversa... Então esse modo de comunicar particular, quanto menor ele for e mais informação ele passar, melhor é essa metáfora, porque é exatamente uma coisa pequena que transmite uma ideia enorme, que diz tudo” (Terapeuta 3).

Aqui, podemos perceber a ideia da metáfora como algo que “diz tudo”, como um uso econômico da linguagem como ferramenta que ajuda a comunicar tópicos complexos com pouco esforço de elaboração.

2. Tornando a conversa mais lúdica e facilitando que se fale de coisas difíceis

Os terapeutas relataram que a metáfora trazia uma nova maneira de se falar sobre assuntos difíceis, duros, tornando a conversa mais leve e lúdica. Ressaltaram que o lúdico era incluído na conversação pelo terapeuta, de maneira cautelosa, para que o cliente não se sentisse desrespeitado no seu sofrimento.

“... porque inclusive, é uma forma muito mais fácil, muito mais delicada, de você falar de situações muito dramáticas. Porque se você pontua e fala de uma forma literal, não poética, é muito difícil às vezes de a pessoa ouvir, ela não vai ter espaço suficiente pra ouvir aquilo num bom lugar. Mas se você começa a trabalhar isso usando a metáfora, usando um texto poético, pra conversar sobre uma questão tão difícil, você facilita essa conversa” (Terapeuta 2).

A metáfora foi vista pelos terapeutas, de acordo com esse relato da Terapeuta 2, como um recurso que facilita e amplia a conversa, trazendo o lúdico e podendo favorecer o prazer da conversa.

3. Possibilitando a nomeação das experiências vividas e dos sentimentos

A metáfora também foi apontada pelos terapeutas, como uma maneira rica de as pessoas poderem expressar suas experiências vividas e sentimentos de uma maneira própria.

... então é muito mais tranquilo você falar do Parkinson como “doutor tremelique”, do que como Parkinson, sabe, essa coisa do diagnóstico, ele além de ser fechado e pesado, ele é fechado mesmo, ele é estreito, ele te deixa sem muitas opções de saída, a não ser aquelas determinadas pela medicina ou pela tecnologia. E na hora que você então dá um outro nome, que a pessoa dá um outro nome, né, porque é ela que está convivendo com aquilo, ela que consegue nomear melhor. Então na hora que a pessoa dá um nome, aquilo fica mais suave, porque, então, “já que eu dei um nome, eu também posso dar um tratamento, eu também posso dar uma solução pra isso... eu não fico mais refém de uma prática que vem do outro”, do tratamento que vem do outro, do diagnóstico que vem do outro, de uma medicação que vem do outro, ou uma terapia que vem do outro, é como se ele se tornasse, um problema que eu conheço a ponto de poder dar um nome pra ele, e portanto, se eu conheço, eu consigo arrumar as minhas formas de lidar com ele (Terapeuta 1).

Essa nova maneira de se falar sobre os problemas, reforça o sentimento de agência das pessoas, de autores da própria vida e possibilita com que revejam a relação que mantêm com seus problemas, pois podem lidar com aquilo que conhecem (com o que nomearam).

4. Compreendendo o contexto do cliente

Os terapeutas trouxeram a ideia de que uma metáfora transporta o significado de um contexto para outro, possibilitando que o terapeuta compreenda também os sentimentos do cliente em relação à história contada, porque ele mesmo pode experienciar tais sentimentos quando é tocado por uma metáfora, sendo transportado para outro contexto.

E tem uma outra característica, em geral, as metáforas, elas são palavras “pacotes” que te transportam pra universos muito ricos. (...) Eu acho que a tarefa do terapeuta é se transportar para esses lugares que as metáforas convidam. Eu acho que ele tem que se transportar com seu cliente, com a sua família, pra esses lugares, pra ele ir fazendo, ir tecendo essas compreensões que as metáforas abrem (...) e elas me facilitam muito! Porque ela implica em menos esforço intelectual, vamos dizer assim. É como se quando a metáfora surge, eu pudesse pensar menos no que está sendo dito, e apreciar mais no sentido de estar junto com meu cliente... (...) Mas como a metáfora me chama pra um lugar mais existencial e vivencial, então isso facilita muito. Facilita pelo livre trânsito no diálogo com o cliente (Terapeuta 4).

Assim como afirmam Combs e Fredman (1990), os terapeutas entrevistados acreditam que a metáfora possibilita ao cliente comunicar algo para além dos níveis verbal e não verbal, permitindo que o terapeuta se conecte com ele em outras dimensões de sentido.

5. Facilitando a mudança e a construção de novos significados – sendo autor da própria história

A metáfora foi apontada diversas vezes como uma das maneiras para as pessoas se legitimarem como autoras da própria história, reescrevendo-a em narrativas mais libertadoras e gerando um contexto propício para a mudança terapêutica.

Você tem uma conversa que amplia o tempo inteiro, que legitima como a pessoa construiu os entendimentos dela e estimula ela a construir novos entendimentos. E você o tempo todo convida essa pessoa a lembrar que ela é autora da vida dela, porque você sai do lugar do que sabe, do especialista, e dá a essa pessoa a autoridade de ser a grande especialista, e essa é uma conversa totalmente original (...). Então é uma mudança de conversa total, é um outro paradigma, é uma outra posição (Terapeuta 2).

Portanto, dado que a metáfora, como unidade de sentido, apresenta-se como pessoal, o sentido de autoria é favorecido. Alguns terapeutas também enfocaram a possibilidade de a própria terapia ser concebida como uma leitura e escrita de textos. E conforme novas leituras vão se dando, novas interpretações e uma nova escritura surgem, completamente idiossincráticas. Por meio de conversas criativas,

cria-se uma história inédita, em que o cliente é o autor.

6. Trabalhando com a metáfora que faça sentido para o cliente

Com relação às metáforas, os terapeutas enfatizaram a necessidade de serem usadas com cuidado, sempre questionando se o cliente concorda em continuar por este caminho, e trabalhar com a metáfora que faça sentido para o cliente.

Ah, ajuda bastante, desde que a metáfora seja ... é importante que venha do cliente, ou se você sugerir, tenha muita conexão com o cliente, então eu acho que esse é um cuidado que a gente precisa ter (...). Se a gente traz uma metáfora nossa, “nossa, achei super legal essa metáfora, vou levar pra fulano” e isso não faz sentido, vai ser a mesma coisa que um diagnóstico, vai limitar, não vai ter a possibilidade de ampliar, de crescer, de expandir, vai continuar sendo tão limitante quanto um diagnóstico. Então essa questão de ser algo que faça sentido, que seja significativo para o cliente é muito importante (...) Então é isso, a gente não pode impor belas metáforas. Não é algo que vem pronto, que vem de fora... é algo, sem sombra de dúvida, construído ali na relação do cliente com o terapeuta e que a gente tem que tomar cuidado pra ser algo que seja significativo para aquela pessoa, porque aí ela funciona! (Terapeuta 1).

Assim, os terapeutas reforçaram a postura de não-saber do terapeuta pós-moderno, pois é o cliente que conhece sua própria história, e é ele quem vai elege uma metáfora como significativa, ou aceitar sua aplicabilidade à sua

história, quando a metáfora é sugerida pelo terapeuta.

7. Postura do terapeuta narrativo

Todos os terapeutas narrativos enfatizaram a questão da postura do terapeuta, não somente como uma questão de ordem teórica, mas algo mais íntimo, construído ao longo de muito estudo e tempo.

Agora não é porque é uma coisa simples, que ela é fácil... ela requer mesmo um cuidado com a forma com o que você fala, com o jeito... é uma postura, sabe? Eu acho que a terapia narrativa não é algo que pode estar só na cabeça, não é só um conceito, é uma mudança de postura sua, enquanto terapeuta, de realmente não aceitar a ideia de que um problema possa ser maior do que uma pessoa. Então eu acho que essa postura, essa indignação que você fica por dentro mesmo, faz com que você fale mais, pergunte mais, se conecte mais com a pessoa do que com o problema. Isso não é uma coisa racional, é uma coisa que acontece na linguagem. (...) Eu acho que é uma coisa que vem muito de dentro (Terapeuta 1).

O terapeuta narrativo conforme este relato da Terapeuta 1, trabalha com muita sensibilidade, criatividade, respeito e cuidado. Convém lembrar, conforme Michael White afirma, que o terapeuta tem uma posição descentrada e influente durante as conversações terapêuticas (White, 2012). Assim, o terapeuta legitima seus clientes como os especialistas de suas próprias vidas. O terapeuta é influente, no sentido de criar perguntas que permitam que as histórias sejam ricamente descritas e de construir contextos conversacionais

distintos. O terapeuta tem muita responsabilidade ao ser introduzido nos contextos de intimidade dos clientes. Começando por honrar a história das pessoas que o procuram, o terapeuta segue politicamente posicionado, trabalhando a serviço do empoderamento e sentido de agência, a favor da reautoria de vidas e identidades. Ao embarcar numa jornada singular com seus clientes, respeitando seus saberes, coloca-se como um parceiro para favorecer mudanças, ajudando-os a reescrever suas histórias.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Quando começamos esta investigação, era minha intenção (Valéria) pensar em escrever sobre o uso de metáforas em terapia com famílias. A primeira ideia era fazer uma compilação de histórias, poemas e outras formas metafóricas de comunicação, que pudessem ser usadas em determinados momentos da terapia e para determinados casos. Desde nossas primeiras conversas em parceria enquanto autoras deste projeto, compreendi (Valéria) que isso não faria sentido no contexto das terapias pós-modernas, com as quais nos identificamos. Seria como elaborar um “manual” para o uso de metáforas em terapia, em que o terapeuta estaria sendo posicionado como um *expert*, que escolheria a metáfora que o cliente precisaria naquele determinado momento. Obviamente, isso não só não faria sentido, como não seria útil numa prática organizada pelo diálogo.

Como nos lembra Schnitman e Fuks (1994), a terapia não trata de corrigir um déficit, mas de possibilitar a criação de contextos para que os clientes acessem suas possibilidades e encontrem um lugar de autores de sua própria vida. Assim, terapeutas

e clientes co-constroem a terapia e a relação terapêutica, e, neste lugar de encontro pelo diálogo, novos *selves* e novos mundos tornam-se possíveis.

Podemos ressaltar, a partir das conversas com os participantes desse estudo que a terapia narrativa, no uso que faz das metáforas, pode favorecer a construção de significados e a reorganização das histórias do cliente em narrativas mais libertadoras, na qual ele tem o papel de autor. Metáforas estão muito presentes nos distintos momentos de conversações da terapia narrativa e em distintas formas. A começar, como enfatizamos anteriormente, pelas metáforas teóricas pelas quais construímos nosso entendimento das histórias das pessoas que nos procuram (Grandesso, 2001). Como afirma Morgan (2007, p. 14), quando embarcamos numa nova jornada com um cliente: “Não há caminho ‘certo’ a percorrer – simplesmente diversos rumos possíveis a escolher.” Cada passo, um novo horizonte, enfatizando que cada pergunta feita por um terapeuta narrativo, abre caminhos possíveis na jornada terapêutica.

Acreditamos que a metáfora pode ampliar o conhecido, tornando familiar o até então desconhecido e não-familiar. Mas também, ao longo desta investigação, pudemos compreender os riscos de encantamento com a metáfora usada, numa espécie de cegueira que não permite enxergar além daquela figura criada no contexto terapêutico. Metáforas, como formas de linguagem, não refletem a “realidade” do cliente, da forma como um espelho reflete uma imagem, devendo ser compreendida como uma construção social dentre jogos de linguagem possíveis.

Chegamos ao final dessa jornada com a sensação de transportarmos uma “maleta”, repleta de histórias, que podem ter seu sentido compreendido por diferentes tropos: das letras de música,

anedotas, piadas, desenhos, até outras formas possíveis de metáfora. Usá-las para depois “esquecê-las” – assim como as teorias – para simplesmente (e não facilmente) poder estar em contato com a pessoa que vem nos procurar buscando ajuda, na instigante tarefa de construir novos sentidos. Falar de forma mais lúdica, dizer muito com pouco, permitir a autoria da própria história, criar conexões entre os participantes, muitas são as formas de vida favorecidas por metáforas, além de ampliar as possibilidades de compreensão entre clientes e terapeutas.

Independentemente de qual metáfora, de qual história utilizar, qual será a mais ou menos viável, o importante é que faça sentido para o cliente e que ele queira caminhar nesta direção. Dessa forma, a metáfora poderá ser um elemento importante na organização da conversa terapêutica sobre as vivências do cliente, no surgimento de uma nova narrativa mais libertadora, e na geração de um contexto que possibilite mudanças a partir de novos significados construídos.

A jornada terapêutica é uma construção conjunta entre terapeuta e seus clientes, em que não sabemos aonde vamos chegar, nem como, por qual metáfora... somente sabemos que vamos caminhar juntos na construção de uma história preferida, com novos significados.

REFERÊNCIAS

- Alves, L.** (1999). Metáforas como ferramenta terapêutica. *Pensando Famílias, 1*, 62-68.
- Anderson, H., & Goolishian, H.** (1992). The client is the expert: a not-knowing approach to therapy. In S. McNamee & K. Gergen (Eds.). *Social construction and the therapeutic process* (pp. 25-39). Newbury Park, CA: Sage.
- Andolfi, M., Angelo, C., Menghi, P., & Nicolò-Corigliano, A. M.** (1984). *Por trás da máscara familiar: um novo enfoque em terapia da família*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Andolfi, M., & Angelo, C.** (1989). *Tempo e mito em psicoterapia familiar*. Porto Alegre: Artes médicas.
- Caram, C., & Matos, G.** (2002). *Contos e metáforas em terapia*. Belo Horizonte: Grupo Passarela.
- Bruner, J.** (1994). *Realidad mental y mundos posibles, los actos de la imaginación dan sentido a la experiencia*. Barcelona: Gedisa.
- Caregnato, R., & Mutti, R.** (2006). Pesquisa qualitativa: análise de discurso versus análise de conteúdo. *Texto Contexto Enfermagem, 15* (4), out-dez.
- Combs, G., & Freedman, J.** (1990). *Symbol, story and ceremony: using metaphor in individual and family therapy*. New York: W. W. Norton.
- Denborough, D.** (2008). *Práticas narrativas coletivas: trabalhando com indivíduos, grupos e comunidades que vivenciaram traumas*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.
- Derrida, J.** (1995, orig. 1967). *A escritura e a diferença*. São Paulo: Perspectiva.
- Dulwich Centre (2012). Recuperado em 31 de julho de 2012, de <http://www.dulwichcentre.com.au/>.
- Gordon, D.** (1978). *Metáforas terapêuticas: a ajuda através do espelho*.
- Grandesso, M.A.** (1997). *Dialogando sobre teorias: as metáforas teóricas da terapia familiar*. *Nova Perspectiva Sistêmica, 6* (10), 18-23.
- Grandesso, M.A.** (2000). *Sobre a reconstrução do significado: uma análise epistemológica e hermenêutica da prática clínica*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Grandesso, M.A.** (2010). Família e... narrativas: histórias, histórias e mais histórias. In C. Cervený (org.).

- Família e... narrativas, gênero, parentalidade, irmãos, filhos nos divórcios, genealogia, história, estrutura, violência, intervenção sistêmica, rede social.* (pp. 13-29). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Grandesso, M.A.** (2011). "Dizendo olá novamente": a presença de Michael White entre nós, terapeutas familiares. *Nova Perspectiva Sistêmica*, Ano XX, (41), 99-118.
- Guanaes, C.** (2006). *A construção da mudança em terapia de grupo*. São Paulo: Vetor.
- Morgan, A.** (2007). *O que é terapia narrativa? Uma introdução de fácil leitura*. Porto Alegre: Centro de Estudos e Práticas Narrativas.
- Müller, A.** (2013). "Ritmos da vida": ajudando crianças na superação da separação. *Nova Perspectiva Sistêmica*, XXII, (45), pp: 34-46.
- Müller, A.** (2012). *Ritmos da vida*. Recuperado em 19 de outubro de 2012, de <http://www.terapiannarrativa.com.br/ritmos.html>.
- Ncube, N.** (2006). Part one: using narrative ideas in work with vulnerable children in Southern Africa. *The International journal of narrative therapy and community work. Working with young people*, (1), 3-16.
- Novis, A. L., & Abdalla, L. H.** (2013). "A despesa da vida. *Nova Perspectiva Sistêmica*, XXII, (45), 25-33.
- Novis, A. L., & Abdalla, L. H.** (2012). *A despesa da vida*. Recuperado em 19 de outubro de 2012 de <http://www.terapiannarrativa.com.br/despensa.html>.
- Palma, F.** (2008). *Terapia Narrativa. Ideias Sistêmicas – Caderno do CEFAI*, ano 5, (5), outubro.
- Paschoal, V. N.** (2012) *O uso de metáforas em terapia narrativa: facilitando a construção de novos significados*. Monografia apresentada ao curso de Especialização em Terapia Familiar e de Casal da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. NUFAC – Núcleo de Família e Comunidade da PUC -SP, São Paulo, SP, Brasil. (não publicado)
- Pessoa, F.** *Poesias Ocultistas*. São Paulo: Aquariana. 1995.
- Resolução nº 466**, de 12 de dezembro de 2012. Dispõe sobre os aspectos éticos da pesquisa envolvendo seres humanos. Recuperado em 20 de outubro de 2013 de <http://aplicacao.saude.gov.br/plataformabrasil>.
- Schnitman, D., & Fuks, S.** (1994). *Metáforas del cambio: terapia y proceso*. In D.F. Schnitman (org.). *Nuevos paradigmas, Cultura y subjetividade*. (pp. 377-391). Barcelona: Paidós.
- Shotter, J.** (2000). *Conversational realities: constructing life through language*. London: Sage Publication.
- Sluzki, C.** (1992). Transformations: a blueprint narrative changes in therapy. *Family Process*, 31, 217-230.
- White, M.** (1988a). The process of questioning: A therapy of literary merit? *Dulwich Centre Newsletter*, 8-14.
- White, M.** (1988b). Saying hello again: the incorporation of the lost relationship in the resolution of grief. *Dulwich Centre Newsletter*, 7-11.
- White, M.** (2001). The narrative metaphor in family therapy; an interview with Michael White. In D. Denborough (Ed.) *Family therapy: exploring the field's past, present & possible futures*. (capítulo 17, pp. 131-138). Adelaide: Dulwich Centre Publications.
- White, M.** (2002). Journey Metaphors. *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, (4), 12-18.
- White, M.** (2012, orig. 2007). *Mapas da Prática Narrativa*. Porto Alegre: Pacartes.
- White, M., & Epston, D.** (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Buenos Aires: Paidós.