

Gravidez da Psicoterapeuta e Relação Psicoterapêutica: *Quando Eu fomos Nós*¹

Anabela Amaral Rosando²

PsiRelacional, Lisboa, Portugal

O presente trabalho procura evidenciar a acção de alterações ao *setting* na relação psicoterapêutica, nomeadamente aquando da gravidez da psicoterapeuta. A gravidez é apresentada como a introdução do outro, de forma presente e efectiva, na relação que era, até então, dual. Deste modo, a gravidez da psicoterapeuta é descrita como um factor que propicia o aparecimento de sentimentos e conflitos, conscientes e inconscientes, tanto para o paciente como para a psicoterapeuta, modelando o decurso do processo psicoterapêutico.

Palabras clave: Relação psicoterapêutica, Gravidez da psicoterapeuta, *Setting*, Psicoterapia.

The present work tries to show the action of alterations to the setting in the psychotherapeutic relation, namely during the pregnancy of the psychotherapist. Pregnancy is presented as the introduction of the other, in a present and effective way, in the relationship that was, until then, dual. In this way, the psychotherapist's pregnancy is described as a factor that fosters the appearance of conscious and unconscious feelings and conflicts, both for the patient and for the psychotherapist, modelling the course of the psychotherapeutic process.

Key Words: Psychotherapeutic relationship, Pregnancy psychotherapist, Setting, Psychotherapy.

English Title: Pregnancy of the Psychotherapist and Psychotherapeutic Relationship:

When I was We

Cita bibliográfica / Reference citation:

Rosando, Anabela Amaral. (2019). Gravidez da Psicoterapeuta e Relação Psicoterapêutica: Quando Eu fomos Nós. *Clínica e Investigación Relacional*, 13 (1): cxxxiv-cxxxix. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2019.130109 [v.castellana]

¹ Trabalho lido como comunicação nas *II Jornadas da PsiRelacional*, Associação de Psicanálise Relacional, subordinadas ao tema O Nascimento da Mãe, a 18 de Maio de 2018.

² anabela.rosando@gmail.com

Quando Eu fomos Nós

Eu fomos Nós quando ainda eras um desejo e os desejos não ficam à porta do consultório, entram, sentam-se e fazem-se presentes naquilo que pensamos e naquilo que sentimos, a cada fala nossa, a cada fala dos pacientes, em todo o agir. Recordo-me do André, um menino de 9 anos, que acompanho em psicoterapia há quatro anos, me dizer, no meio de uma brincadeira, quando ainda eras um desejo, *"Eu sei que estás a ficar grávida"* - *"Estou a ficar grávida? O que é isso de estar a ficar grávida?"* - *"Então, estás a ficar grávida. Tu sabes muito bem."* E de como fiquei a pensar o que teria despoletado aquele comentário... Que fantasia é que me mostrava? Hoje, sei que veio da presença do meu desejo.

A minha gravidez condicionou o *setting* antes mesmo de outra vida se gerar em mim, condicionou-o mesmo antes do meu desejo ser consciencializado por mim.

Depois chegas-te, o meu desejo era agora real, existias! Existias e crescias dentro de mim, ganhavas forma no meu corpo, dava-te forma na minha mente. E Eu, fomos Nós! Acredito que as mudanças internas do psicoterapeuta modelem o *setting* de forma mais profunda que as suas mudanças físicas. A concretização deste desejo, engravidar, trouxe-me uma sensação de plenitude, sentia-me mais mulher, impregnada de vida, activa, mais ligada, mais em relação. Mais em relação comigo, mais em relação com os meus pacientes. Logo no início da gravidez, uma paciente que acompanho há dois anos e meio, a Maria, disse-me *"A Dra. hoje está muito bonita. Não é que não esteja nos outros dias, mas hoje tem qualquer coisa de diferente, não sei, não sei explicar"*. De facto, estar grávida dos meus filhos fez-me sempre sentir muito mais bonita.

Agora, Eu eramos Nós! Na minha mente Tu, Eu, eu mãe, a minha mãe, eu filha, eu mulher... A gravidez introduz a necessidade de mudança, mudança e reestruturação nos vários papéis que desempenhamos, enquanto mulher, enquanto mãe, enquanto profissional. Introduz, também, a necessidade de lidar com o medo, o medo de riscos reais ou imaginários. Que espaço sobra, dentro de mim, para o outro?

Nas primeiras semanas de gravidez, ficava sempre cansada só à terça-feira. Sentia-me cheia de energia, cheia de vontade de trabalhar, tinha uma sensação permanente de estar mais em sintonia, comigo, com os pacientes, mas à terça-feira, um cansaço, umas moinhas, faziam-me ficar preocupada e pensar que se calhar deveria abrandar o ritmo de trabalho. Foi quando consciencializei a minha dificuldade nas sessões com crianças. Naquela altura, à terça-feira só recebia crianças. Trabalhar com crianças é, de facto, diferente do que com adultos, requer, entre outras coisas, uma disponibilidade física. Retira-nos do conforto e protecção do nosso sofá. Somos convidados a brincar, o nosso corpo brinca e é muitas vezes usado para brincar. Diz-me a experiência que, no trabalho com crianças, sentimentos como:

a agressividade, a zanga, a raiva, a inveja e o ciúme não se manifestam só nos seus desenhos, podem e são muitas vezes dirigidos ao corpo, lembro-me do Tiago, um menino de 10 anos, dizer "*Vamos fazer de contas que tens um Alien na barriga e eu tenho que o arrancar!*".

Talvez, nesta altura, eu estivesse perante um conflito, se por um lado o meu corpo era um aliado para o desenvolvimento do meu trabalho, por outro o meu corpo tinha a função primordial de alimentar e proteger o meu bebé. O meu conflito não terminou quando o consciencializei, terminou quando deixas-te de existir em segredo. No final do primeiro trimestre desapareceram todos os cansaços e moinhas das terças-feiras. Eu estava mais segura, mais tranquila, mas também sentia que podia voltar a ser mais espontânea e verdadeira na relação com os meus pacientes.

A barriga cresce, mexes-te, os teus movimentos reclamam a minha atenção e a partir daqui estás sempre comigo! Reages ao que sinto e tenho, até, a fantasia que me alertaste para a minha contratransferência em alguns momentos.

A barriga cresce, a presença do bebé começa a ser evidente e a psicoterapia que se fazia, até então, a dois, passa a ser feita a três.

Coloca-se a questão: comunicar ou não comunicar a gravidez ao paciente?

Vários são os entendimentos sobre esta questão, a minha opção foi comunicá-la apenas a uma paciente, à paciente que recebi quando já estava grávida, comuniquei logo quando estabeleci o contrato terapêutico. Curiosamente, foi, de entre os pacientes adultos, aquela que se mostrou mais zangada e revelou maior sentimento de abandono durante o período em que estive ausente. Com os restantes, esperei que de forma natural pudessem perceber e reagir a este novo facto.

A percepção da gravidez aconteceu de forma particular e específica com cada um dos pacientes. Uns apesar das evidências físicas não a viam, outros comentaram-na de forma bastante carinhosa, outros mostraram muita curiosidade em relação à gravidez, em relação a mim. Mas independentemente das reacções manifestadas, foi evidente que este acontecimento interferiu na relação e, conseqüentemente, no desenvolvimento da psicoterapia com cada um deles. A tua presença ali, trouxe de forma clara para a relação terapêutica reacções de medo da perda, medo de abandono, rivalidade entre irmãos, conflitos com a identificação materna e inveja. Acredito que alguns destes conflitos, fantasias e desejos não se fizessem notar de forma tão clara e, nalguns casos, tão rapidamente, se não fosse pela imposição da gravidez no *setting*.

Quando estava grávida de sete meses, uma paciente que acompanho em psicoterapia há sete anos, com frequência bissemanal, no início de uma sessão disse-me: "*A Anabela está*

outra vez grávida?", "Eu já tinha notado que estava assim mais cheinha, mas hoje achei que essa barriga era mais do que uma grande feijoada!". Nas semanas seguintes apresentou, com satisfação, a possibilidade de também ela estar grávida. Quando preparei a interrupção da psicoterapia, referiu "Sim, não há problema, está tudo bem, é como da outra vez. Eu até confesso que para mim vai ser bom. A terapia, duas vezes por semana, está a ser demais, deixa-me sem cabeça para conseguir trabalhar." Algum tempo depois de termos retomado a psicoterapia disse "Não ambiciono nada ter filhos, acho até de alguma inconsciência, com o mundo como está. Não é que outras pessoas não possam ter esse desejo, eu é que não tenho, para quê? É que eu já vi como é o fim, qual é que é o sentido da vida se é para acabar assim?"

Outra paciente, perante a minha gravidez, manifestou um desejo muito grande de proximidade e medo de abandono. Fez várias perguntas sobre a gravidez e na sessão seguinte começou por apresentar a assimetria com tristeza "... há tantas coisas que eu gostava de saber sobre si que não sei e, também, não me vai dizer porque não somos amigas..." "Se por qualquer motivo eu não viesse mais a Dra. não me ia ligar para combinarmos um café ou isso. A nossa relação é só aqui. É isso que tenho pena." "A Dra. tem a sua vida." Quando se aproximou o final da gravidez, a Maria, passou a chegar 15 minutos mais cedo, tocava incessantemente à campainha e mostrava-se muito zangada por não lhe abrir a porta de imediato.

A paciente que recebi quando já estava grávida, e que lhe indiquei logo no contrato terapêutico em que período é que eu estaria ausente, no último mês, antes da interrupção da psicoterapia, iniciava as sessões dizendo "Há vários tópicos sobre os quais eu ainda nunca falei." Negou a dificuldade que estava a sentir com a separação e quando regressei referiu, muito emocionada, ter-se sentido sozinha, mostrou-se muito zangada, com o facto de se ter sentido abandonada, desprotegida.

Com as crianças foram os pais que fizeram os primeiros comentários e que mostraram maior curiosidade "Está de quanto tempo?", "Está a correr tudo bem?", "Já sabe se é menino ou menina?", "É o primeiro filho?", "Já tem nome?" ou "É para quando?". Uma destas perguntas, por parte da mãe do Tiago, no final de uma sessão, fê-lo reagir com espanto "Estás grávida? Como?". Nas sessões seguintes mostrou-se inquieto por saber que o meu bebé era uma menina "Se calhar vais gostar mais de brincar com meninas...", importa que o Tiago é o filho mais velho de uma fratria de quatro, dois da mãe e dois do pai, três rapazes e uma rapariga, por esta ordem e que após o nascimento da irmã passou a sentir o pai ainda menos disponível para ele, tendo chegado a referir que tudo seria diferente se a irmã nunca tivesse nascido. Neste caso, a experiência vivida na relação terapêutica pouco terá contribuído para modificar o seu sentir, a mãe decidiu interromper a psicoterapia durante a minha licença de maternidade.

Com o André, aquele que já sentia que Eu éramos Nós, quando ainda eras um desejo, também foi o pai que fez a revelação. Um dia, no início da sessão, ao despedir-se do filho diz: *"até já, e olha o que o pai já te tem dito em casa, muito cuidado com o que está aqui"* e estica a mão para tocar na minha barriga, o que me faz dar um passo para trás e continua *"sabes o que está aqui?"* O André respondeu, sem olhar, de onde estava, no chão a montar carris, com ar indiferente *"eu já sei, é um bebé."* Nessa sessão não quis falar sobre isso, mais tarde perguntou-me porquê *"tu já tinhas um filho, porque é que vais ter outro?"*, noutra sessão, já mais perto do final da gravidez, mudou todas as peças do mobiliário da sala, na tentativa de fazer uma inversão perfeita de toda a disposição dos móveis. Foi um período especialmente difícil para o André, com ocorrências graves na escola, agressão a professores, funcionários e automutilações. Perto do final da gravidez escreveu uma definição de sorrir, no âmbito de um trabalho que fazem na escola ao abrigo do projecto Nariz Vermelho *"Sorrir é... Um poço de tristeza, é uma fonte de desilusão e também é chuva com trovoadas."*

Com o Lucas, também foi a mãe que introduziu o assunto, nada intrusiva e sempre com comentários muito carinhosos. Mas o Lucas nunca aceitou falar sobre o facto de eu estar grávida, nem sobre a interrupção temporária ao processo terapêutico que se avizinhava. Numa sessão em que coloquei o tema mais claramente disse *"não quero falar disso. Não quero nem pensar"* - *Tens medo?* *"As vezes acontecem coisas más, com os bebés e com as mães."* - *Vai correr tudo bem.* *"Cala-te, cala-te com isso, eu não quero pensar. Se eu não pensar vai correr tudo bem."*

Senti que a perda da neutralidade, com a introdução da minha vida pessoal, afectou bastante o *setting*, e de forma mais intensa nas psicoterapias com as crianças, não só pela reactivação de conflitos, fantasias, desejos, mas também porque a senti ter sido usada, nalguns casos, pelos pais como ataque à relação terapêutica. No caso do André, foi frequente ouvir a mãe dizer no final das sessões: *"anda filho, a Anabela tem que ir para casa descansar por causa do bebé e tem lá o menino dela à espera."*

Quando Eu fomos Nós, foi assim e mais tudo aquilo que eu não vi!

REFERÊNCIAS

- Coimbra de Matos, A. (2002). A contratransferência como resistência do analista e como material do processo analítico. In *Psicanálise e Psicoterapia Psicanalítica* (29-48). Lisboa: Climepsi Editores.
- Coimbra de Matos, A. (2004). Vinculação e ligação na prática clínica. In *Saúde Mental*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Klein, M. (1991). *Inveja e Gratidão e Outros Trabalhos 1946-1963*. Rio de Janeiro: Imago.

- Luz, A. B.; Kaidann, C. E. y Dal Zot, J. S.D. (2006). Contratrtransferência e os factores da vida pessoal do psicoterapeuta e/ou psicanalista. In J. Zaslavsky; M. J. P. dos Santos (Eds.) *Contratrtransferência – Teoria e Prática Clínica* (269-289). Porto Alegre: Artmed.
- McWilliams, N. (2006). *Psicoterapia Psicanalítica. Guia para Terapeutas*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Norcross, J. C. (2000). Psychotherapist Self-Care Practitioner-Tested, Research-Informed Strategies. *Professional Psychology: Research and Practice*, 31 (6), 710-713.
- Tonon, C. B.; Romani, P. F. y Grossi, R. (2012). A Gravidez da Terapeuta e seus Reflexos no Processo Psicoterápico. *Psicologia: Teoria e pesquisa*, 28 (1), 87-92.
- Winnicott, D. W. (1975). *O Brincar & a Realidade*. Rio de Janeiro: Imago.
- Winnicott, D. W. (2000). *Da Pediatria à Psicanálise Obras escolhidas*. Rio de Janeiro: Imago.

Original recibido con fecha: 26/9/2018 Revisado: 15/03/2019 Aceptado: 30/03/2019
En este mismo número de CeIR se publica la versión castellana de este trabajo.