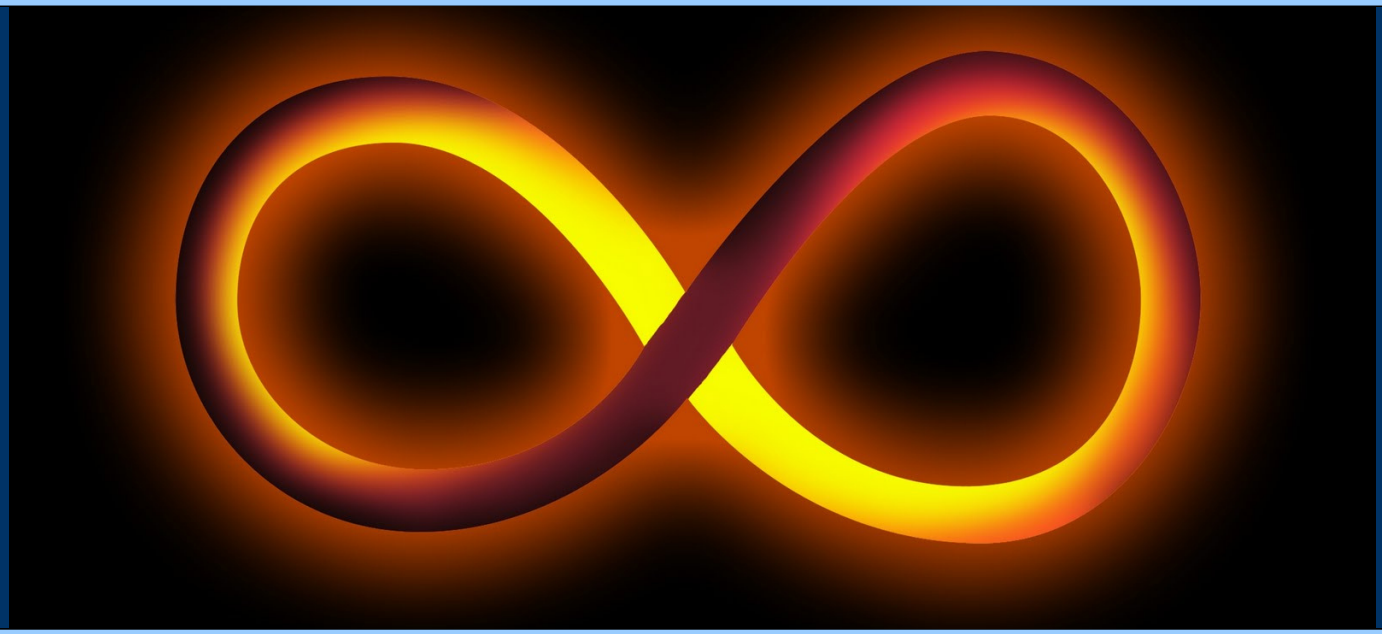
PSICOTERAPIA INTEGRATIVA / HOLÍSTICA



CESAR P. M. NETO

A Terapia Holística, ainda que sob outros nomes, existe desde os primórdios da humanidade, tendo na figura dos xamãs-sacerdotes a sua personificação conhecida mais antiga.

Porém, a partir do século V A.C., sacerdócio e terapia iniciam seu divórcio e a abordagem científica-reducionista-elitista cria uma nova personagem: a medicina, nascida antagônica à abordagem empírica-holística-acessível de nossos ancestrais xamãnicos

Na Idade Média, com o advento das primeiras escolas médicas, a igreja estabeleceu que todo aquele que “curasse” mas não tivesse cursado uma escola oficial, obrigatoriamente seria um bruxo e condenado pela Inquisição.

.No Brasil, durante o regime imposto ao pais no período de 1964/1985, quer fosse por puro preconceito ideológico, quer fosse para reserva de mercado de grupos corporativistas ligados ao poder, nossa área foi duramente perseguida e forçada à clandestinidade.

Mesmo após o retorno da democracia, os traumas deste período ainda se fizeram presentes, ainda mais porque os perseguidores continuaram ocupando posições privilegiadas justamente nos órgãos responsáveis pela fiscalização da saúde e muitas das injustas leis sancionadas naquele período continuaram em vigor.

Se Freud tivesse trabalhado no Brasil antes de 1997, correria o risco de prisão de um a seis meses, mais multa, pois interpretação de sonhos era Contravenção Penal !

Psicoterapia Para Não-Psicólogos

Tal qual ocorre na Acupuntura e na Fitoterapia, por exemplos, onde a grande maioria dos livros recentes foi escrita para médicos, na Psicoterapia, boa parte dos livros foram escritos para psicólogos... O problema de um Terapeuta Holístico seguir esses livros, seus modos de trabalho e suas nomenclaturas é que, fatalmente, acabarão sendo acusados de exercício ilegal de profissão (seja de medicina, de psicologia...).

A profissão de Psicologo nem existe em muitos países... em boa parte das nações são CONSELHEIROS...

Na transcrição, vamos incluir paralelismos entre as idéias de **Freud, Reich e Jung** e as **tradições terapêuticas milenares**, demostrando que existe compatibilidades, passíveis de serem sintetizadas em procedimentos de consultório dos **Terapeutas Holísticos**.

UMA BREVE HISTÓRIA DA PSICOTERAPIA

A Terapia Holística existe desde o princípio da humanidade, onde a abordagem era prática

Empírica e não havia separação entre físico, psiquico, social e universo.

Ou seja, a PSICOTERAPIA lhe era parte integrante.

A abordagem psiquica tambem recebeu muitas contribuições da FILOSOFIA.

Quando a sociedade passou a dar valor quase apenas ao que se possa ser reproduzido em

Experimentos Laboratoriais, uma corrente revoltou-se com a visão “mentalista”” dominante.

Surgiu uma Contra Corrente denominada COMPORTAMENTALISMO

COMPORTAMENTAL – Primeira Força / Corrente Psicoterápica

Deixam de lado qualquer conceito subjetivo, como mente, inconsciente,missões de vida, etc…

Focam na única coisa que consideram mensurável em laboratório; o **COMPORTAMENTO**.

A imagem caricata para ilustrar essa corrente é a do reflexo condicionado de **Palov**, onde um

Cão é amestrado a salivar cada vez que se toca um sino.

Um exemplo caricato; Uma pessoa, “de um dia para o outro”, não consegue mais dirigir seu

Carro, sofrendo de muito medo e até de desconfortos físicos.

Para a linha **COMPORTAMENTALISTA**, só interessa que ela volte a dirigir, e o quanto antes.

Não fará análise do que esta ocorrendo no inconsciente da pessoa.

Apesar de ter muitos adeptos ainda nos dias de hoje, é uma das escolas mais polemicas e

Contestada por vários teóricos atuais.

PSICANÁLISE – A SEGUNDA FORÇA

Enquanto a **Primeira Corrente / Força** só ficou no mensurável, o observável, ou seja o

Comportamento e como altera-lo, a **Segunda Força** se dedicou ao intangível, ao incorpóreo,

Ou seja, a **PSICANÁLISE** busca desvendar o **INCONSCIENTE.**

Freud desenvolveu um esquema teórico/didático capaz de embasar o Psicanalista e lidar

com **conceitos subjetivos** como o **ID, Ego, Superego, Inconsciente, Pré-Consciente,**

Consciente, sistemas de defesa, associações de ideias, fases do desenvolvimento sexual,

Traumas, ato falho, enfim, uma sequencia teórica válida até os dias de hoje.

Dentro desta corrente houve dissidentes, destaca-se **JUNG** (que serve de base para a **Quarta Força da Psicoterapia) e Reich**

Muitos Psicoterapeutas não mais concordavam com o enfoque no **"trauma"** e no "**inconsciente"** da Psicanalise.

Também revoltados com a escola **Comportamentalista** com visões mesquinhas e parciais do ser humano.

CORRENTE HUMANISTA

Nesta abordagem, a premissa é de que o ser humano é essencialmente bom.

Não existe comportamento previamente definido como “errado” e cada caso é um caso, não sendo possível **“dissecar a psique em laboratório”.**

O exemplo desta corrente são os livros de **“ Auto Ajuda”**, e a tendência a aprovarem qualquer comportamento (**tanto aprovar, quanto reprovar, é uma forma de JULGAMENTO, e como tal, aumenta a resistência a terapia)** e de ficarem somente no presente.

Um exemplo caricato: Uma pessoa, “de um dia para o outro” não consegue mais dirigir seu carro, sofrendo de muito medo e até desconfortos físicos.
Para a linha **Humanista**, poderia ser reforçada a **auto estima**, para que ela se sinta bem, mesmo sem dirigir.

Varios autores desta escola deram ênfase a técnica do **ACONSELHAMENTO** como a mais adequada.

O expoente desta corrente é Masllow, que desenvolveu a **“Pirâmide de Masllow”** onde classifica as necessidades do ser humano para ser feliz.

Portanto, considerou-a insuficiente, acrescentando na “pirâmide” “**satisfação espiritual”** dando origem a **Quarta Força, a PSICOTERAPIA TRANSPESSOAL**.

PSICOTERAPIA TRANSPESSOAL

A caricatura e esteriótipo desta corrente é a do “maluco beleza” atendendo com incenso, chás suspeitos e mantras……

Como era de se esperar, evidente que a **Quarta Corrente** é ignorada pelas faculdades, já que inclui o **“Transcendente”** , o “espiritual como mais um tema para a terapia a ser trabalhado.
Via de regra, o meio acadêmico considera que só é verdade se for “científico”

E como desejos de ir **ALÉM,** de ser **MAIS** do que nós mesmos é algo “não mensurável”, dificilmente abrirão espaço para esta linha psicoterápica nas universidades.

Esta corrente mescla o que a de melhor em cada uma das outras correntes e ainda acrescentando técnicas integrativas, tais como: **vivências, análises de sonhos, regressão,** etc…

PSICOTERAPIA TRANSPESSOAL

Um exemplo caricato: Uma pessoa, “de um dia para o outro” não consegue mais dirigir seu carro, sofrendo de muito medo e até desconfortos físicos.

Para essa linha, poderiam ser realizadas **vivências** focando o momento em que tudo começou, bem como aplicar **associações de idéias** em buscas de origens traumáticas de infância. E conforme o caso se houvesse necessidade urgente de dirigir, poderia ser aplicada uma **técnica comportamental.**

Não haveria bem um caminho pré-concebido a seguir, nem prazo, cada caso é um caso, a conversação é que irá indicar a técnica mais adequada.

A **Terapia Holística**, forçada a se adaptar para sobreviver às fogueiras da inquisição e, mais modernamente, à ditadura do cientificismo, mudou várias vezes de nome, fez concessões demais, na tentativa de incorporar a postura reducionista e mecanicista de seus algozes. Simplesmente, focou no físico, ignorou os aspectos sócio-culturais e perdeu a “alma”, desprezando o psíquico e o transcendente.

A proposta aqui apresentada busca RE-incluir a Psicoterapia técnicas de abordagens, como: **Relaxamento, Terapia Floral, Psicoterapia Transpessoal (Vivências sobre Sonhos e Acontecimentos), Psicanálise Reichiana e Junguiana** ao seu consultório, crendo-as bem integradas para fazer justiça à sua titulagem de **Terapeuta Holístico**.

PSICOTERAPIA INTEGRATIVA

A **Psicoterapia** é parte integrante do atendimento na **Terapia Holística** e um de seus maiores diferenciais em relação a outras profissões correlatas.

Uma das formas mais práticas e eficientes de introduzir a proposta em consultórios é a implementação de técnicas básicas de **Aconselhamento**.

No começo do século 20, **Sigmund Freud** inicia o movimento da **Psicanálise.**

A Psicanálise recebeu a adesão e contribuição de grandes pensadores, sendo que dois deles, em especial, podem ser assimilados com maior ênfase e compreensão à **Terapia INTEGRATIVA**: **Wilhelm Reich** e **Carl Gustav Jung.**

Dissidindo de Freud em vários aspectos, **Reich corporificou o inconsciente**, identificando suas informações como uma bioenergia circulante (por ele denominada orgone).

A negação das emoções, impulsos, desejos oriundos do Id se dá pelo impedimento da livre passagem da bioenergia por meio da musculatura corporal, quer seja pela tensão excessiva (mais facilmente identificável...), ou pela ausência desta (falta de tônus), pois em ambas as situações, é prejudicado o livre fluxo energético.

Observa-se aqui, um grande paralelismo (jamais assumido...) com as teorias da **Terapia Tradicional Chinesa** e seus Meridianos (caminhos preferenciais da energia circulante).

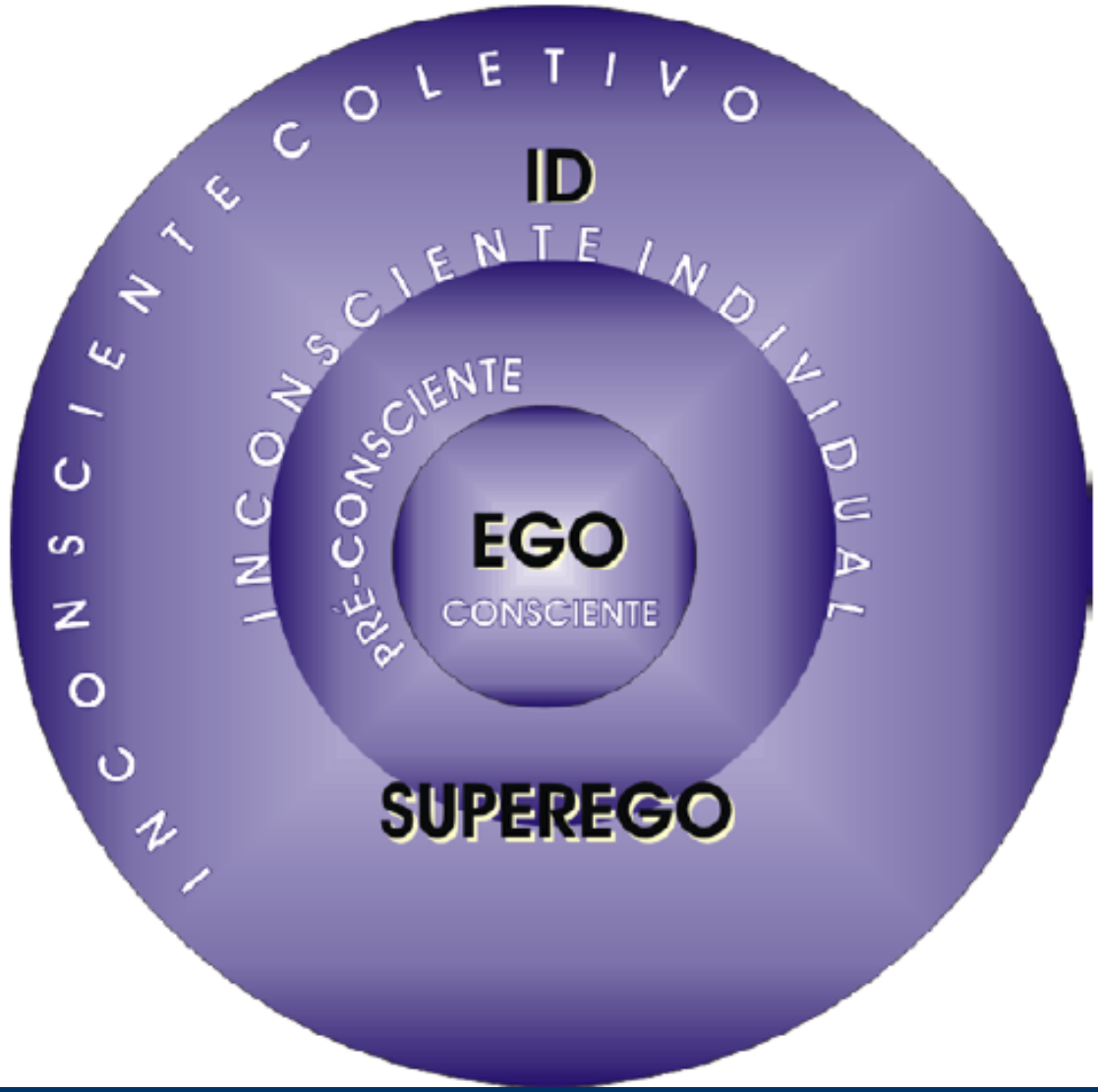
Enquanto na abordagem freudiana, o Cliente segue seu próprio ritmo espontâneo de resgate do inconsciente, por meio de associações livres de idéias durante as consultas, na análise reichiana introduziu-se o **TOQUE** nas zonas musculaturas específicas (couraças), provocando a circulação da bio-energia e, com isso, o contato consciente com as emoções e lembranças reprimidas.

Jung, por sua vez, em mais uma dissidência em relação a Freud, ampliou o conceito inicial de **Inconsciente**, que era tido como individual, ou seja, separado para cada indivíduo, introduzindo nele o adjetivo de **Coletivo**.

Na abordagem junguiana, os acontecimentos psíquicos estão em **Sincronicidade** com as físicos e igualmente relacionados com o Universo em seu todo.

Ou seja, uma abordagem verdadeiramente **HOLÍSTICA**...

ESTRUTURAS DA PSIQUE



O Aconselhamento na Terapia INTEGRATIVA

Uma das formas mais práticas e eficientes de introduzir a proposta psicoterápica em consultórios é a implementação de técnicas básicas de Aconselhamento. Diferente do que popularmente se entende como "dar conselhos", a conversação terapêutica aplica muito do saber ouvir, pontuando tópicos relevantes com perguntas pertinentes e convites à reflexão.

ACONSELHAMENTO é nome moderno que se dá àquilo que tão bem já praticavam nossos antecessores sacerdotes-xamãs.

É um processo interativo, caracterizado por uma relação única entre **Terapeuta Holístico e Cliente**, levando este ao **Autoconhecimento** e a mudanças em várias áreas, sendo as mais comuns:

- • Comportamento,
- • Elaboração da realidade e/ou preocupações
- com a mesma,
- • Incremento na capacidade de ser bem-
  sucedido
- nas situações da vida,
- • Aumento máximo das oportunidades e
- minimização das condições adversas,
- • Habilidade para tomada de decisão.

O Aconselhamento, forma de acompanhamento psicoterápico e social, designa uma situação na qual duas pessoas estabelecem uma relação, uma fazendo explicitamente apelo à outra através de um pedido (verbalizado) com objetivo de tratar, resolver, assumir um ou mais problemas que lhe dizem respeito…

Neste sentido, o **Aconselhamento** responde às necessidades de pessoas que procuram ajuda de uma outra para resolver, em um tempo **relativamente breve**, problemas que não são oriundos necessariamente de questões profundas (do ponto de vista psicoterápico).

Estes problemas podem estar ligados, na verdade, aos empecilhos com o qual elas precisam se adaptar e pelos quais, na maior parte do tempo, **a sociedade não as preparou** (ex.: traumatismos de guerra, prevenção da aids, desemprego, dependência química …).

O **Aconselhamento** é parte integrante do trabalho de todo verdadeiro Terapeuta Holístico, independentemente de quais outros métodos adote.

Na cultura anglo-saxônica, o termo Aconselhamento (“counseling”) é utilizado para designar um conjunto de práticas que objetivam **orientar, ajudar, informar, amparar, tratar**.

Bases do Aconselhamento: ATITUDES

ESCUTAR

ACEITAR

AUSÊNCIA DE JULGAMENTO

EMPATIA

CONGRUÊNCIA

Bases do aconselhamento: TÉCNICAS

Questão aberta

Reformulação dos conteúdos

Esclarecimento (Clarificação)

Focalização

Confrontação

Os Silêncios

Técnica do reflexo

TÉCNICAS HOLÍSTICAS AUXILIARES:

Algumas **Técnicas Holísticas** podem ser utilizadas no “set terapeutico” visando otimizar o Tratamento Psicoterápico, com grande eficiência.

As mais eficazes e que se melhor se adaptam são: a **Terapia Floral** e a **Auriculoterapia**

Essências Florais: A PSICOTERAPIA EM GOTAS.

As essências florais não são nem alopatia, nem homeopatia, nem fitoterapia.

São compostos energéticos cujos princípios ativos não são químicos, mas eletromagnéticos.

Sua proposta é predominantemente preventiva e atuam através das questões emocionais.

Criado pelo inglês *Edward Bach* no início do século 20, o novo sistema tinha por princípio "... *tratar a personalidade e não a enfermidade*..."

Com sua proposta terapêutica profunda, mas, de certo modo, simples, *Bach* resgatou as tradições das técnicas Milenares de tratamento nas quais toda a terapêutica sempre foi preventiva e centrada no indivíduo em si e não nos sintomas.

Desse modo, os desequilíbrios tornam-se uma verdadeira oportunidade de crescimento e aprendizado.

Devido a traumas e repressões, conscientes ou inconscientes, passamos a negar certos desejos, emoções e acontecimentos, tentando mantê-los longe da lembrança, criando máscaras ou véus que encobrem o verdadeiro “eu”.

Se tentarmos manter indefinidamente bloqueado o acesso a determinados fatores psíquicos que nos são dolorosos, arcaremos com um alto preço: a somatização, ou seja, passaremos para o corpo tudo aquilo que tentamos esconder do nosso consciente.

Desse modo, as chamadas “enfermidades” não são vistas como um mal em si, nem como meros acasos, mas sim como verdadeiros avisos que inconscientemente passamos para nós mesmos de que algo falta ser compreendido.
Enquanto não resolvermos este algo, não será possível reverter verdadeiramente o desequilíbrio.

- **Sem que haja a ampliação da consciência, todo e qualquer tratamento, por melhor que pareça, será um mero paliativo, mascarando e retardando os sintomas**

  A Terapia Floral é totalmente centrada no indivíduo, sendo a sua atuação voltada para as emoções conscientes ou que estejam muito à superfície, ou seja, bastante evidentes.

  Trata, assim, a terapia floral, de nossos véus, de nossas máscaras, nossas *Personas*.

Para a ciência convencional, um remédio só é eficaz se tiver sua ação terapêutica explicada pelas substâncias nele contidas.

Ao realizar-se uma análise química de uma essência floral, lá só encontraremos água, alcool ou GLICERINA VEGETAL, o que não poderia explicar a sua ação terapêutica.

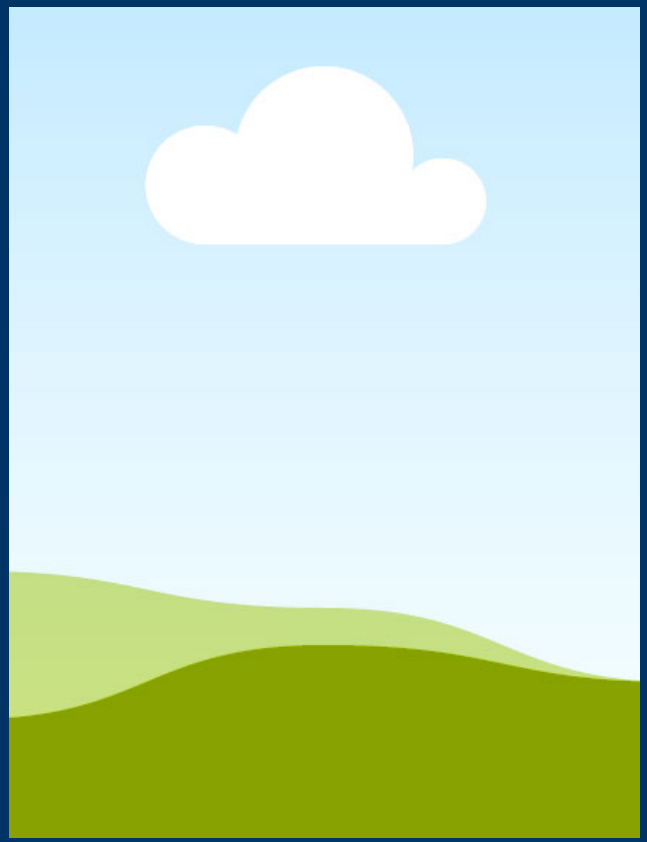
A verdade é que a *Química* não é a ciência adequada para analisar o floral.

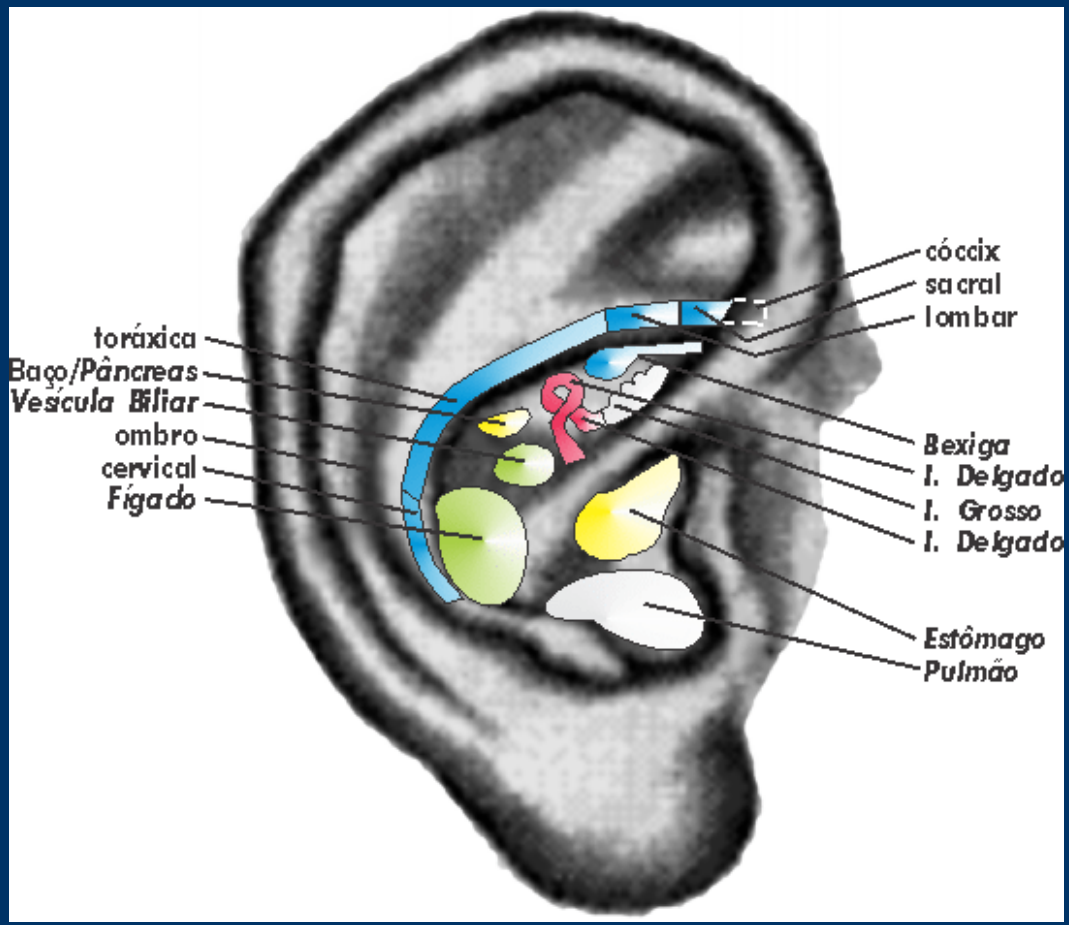
Melhor seria se fosse a *Física*, pois o poder de atuação das essências não é químico, mas sim, *eletromagnético*.

Auriculoterapia: A Reflexoterapia Mais Estudada

Enquanto na ACUPUNTURA, os pontos existem o tempo todo, quer sirvam para tratamento ou não, na orelha eles não existem, a princípio, só vindo a surgir em correspondência a um desequilíbrio no corpo, facilitando ao máximo o anamnese, tornando praticamente impossível de se errar.

AURICULOTERAPIA





A técnica de avaliação pelo pulso, específica para a Auriculoterapia, basta tomar-se um dos pulsos e com uma ponta de metal ou de aparelhagem eletrônica, "passeia-se" por todas as regiões reflexas auriculares e, onde houver desequilíbrio, haverá uma alteração no pulso.
Inicialmente, chamou-se R.A.C. (reflexo aurículo cardíaco).
Hoje em dia, se conhece como R.A.N. (reflexo arterial de Nogier) ou V.A.S.(sinal autônomo vascular).

Paul Nogier

Data: 24/05/2023

Hora: 08:39:25

Relatório de Busca por Título

Titulos	Código	Tipo
Terapeuta holístico	3221-25	Ocupação

www.mtecbo.gov.br

131590

PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO
Secretaria Municipal de Fazenda

ALVARÁ DE LICENÇA PARA ESTABELECIMENTO

INSCRIÇÃO MUNICIPAL	CNPJ / CPF	PROCESSO DE CONCESSÃO	ÚLTIMO PROCESSO DE DEFERIMENTO	IRLF
0513415-3	790.315.528-87	04/673.769/2011	04/673.769/2011	07

CONCEDIDO A

CESAR PIRES DE MELLO NETO

PARA SE ESTABELECER NO(A)

RUA MARIA LUIZA PITANGA , 163
LOTE 09 PAL 16070 QDR E
BARRA DA TIJUCA

COM AS SEGUINTES ATIVIDADES

229822 - TERAPEUTA HOLISTICO

CONHEÇA TODAS AS TEORIAS,

DOMINE TODAS AS TÉCNICAS,

MAS AO TOCAR UMA ALMA HUMANA,

SEJA APENAS OUTRA ALMA HUMANA

Carl Gustav Jung