Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação — REASE

doi.org/10.51891/rease.v12i11.31759

A RELAÇÃO TERAPÊUTICA NA GESTALT-TERAPIA: CONTRIBUIÇÕES PARA O PROCESSO PSICOTERÁPICO

THE THERAPEUTIC RELATIONSHIP IN GESTALT THERAPY: CONTRIBUTIONS TO THE PSYCHOTHERAPEUTIC PROCESS

LA RELACIÓN TERAPÉUTICA EN LA TERAPIA GESTALT: APORTACIONES AL PROCESO PSICOTERAPÉUTICO

Luana Cardoso Fiuza de Azevedo[1]
Thamyres Bandoli Tavares Vargas[2]

RESUMO: Este artigo busca compreender, a partir da perspectiva da Gestalt-terapia, a relação terapêutica e suas contribuições para o processo psicoterápico. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa, desenvolvida por meio de uma revisão narrativa da literatura. O levantamento teórico foi realizado a partir de artigos e produções científicas publicadas entre 2007 e 2025, localizados em bases de dados e outras fontes digitais, além de obras clássicas relevantes para a fundamentação da abordagem. A análise da literatura permitiu verificar que a relação terapêutica é um fenômeno que se configura no encontro entre terapeuta e cliente, considerando o campo relacional em que ambos estão inseridos. A teoria de campo, o contato, o diálogo e a presença do terapeuta constituem fundamentos para compreender como a experiência se constitui na relação terapêutica e pode ser explorada no processo psicoterápico. A discussão evidencia que essa relação pode favorecer a ampliação da awareness, o reconhecimento dos recursos do cliente, a experimentação de novas possibilidades de contato, o desenvolvimento do autossuporte e do ajustamento criativo. Conclui-se que a relação terapêutica ocupa um lugar central na Gestalt-terapia, não por determinar a mudança, mas por favorecer condições para que o cliente amplie suas formas de responder à própria experiência.

Palavras-chave: Relação terapêutica. Psicoterapia. Gestalt-terapia.

ABSTRACT: This article seeks to understand, from the perspective of Gestalt therapy, the therapeutic relationship and its contributions to the psychotherapeutic process. This is a bibliographic study with a qualitative approach, conducted through a narrative review of the literature. The theoretical review was based on articles and scientific publications published between 2007 and 2025, identified in databases and other digital sources, as well as classic works relevant to the theoretical foundations of the approach. The literature analysis allowed us to verify that the therapeutic relationship is a phenomenon that takes shape in the encounter between therapist and client, considering the relational field in which both are embedded. Field theory, contact, dialogue, and the therapist's presence constitute the foundations for understanding how experience is constituted within the therapeutic relationship and can be explored in the psychotherapeutic process. The discussion highlights that this relationship can foster the expansion of awareness, the recognition of the client's resources, the exploration of new possibilities for contact, and the development of self-support and creative adjustment. It is concluded that the therapeutic relationship occupies a central place in Gestalt therapy, not because it determines change, but because it fosters conditions for the client to expand their ways of responding to their own experience.

Keywords: Therapeutic relationship. Psychotherapy. Gestalt therapy.

[1] Discente do curso de Psicologia da Universidade Afya.
[2] Docente do curso de Psicologia da Universidade Afya. Mestre em Ensino pela UFF e com formação em Gestalt-terapia.

RESUMEN: Este artículo pretende comprender, desde la perspectiva de la terapia Gestalt, la relación terapéutica y sus aportaciones al proceso psicoterapéutico. Se trata de una investigación bibliográfica, de enfoque cualitativo, desarrollada mediante una revisión narrativa de la literatura. La recopilación teórica se llevó a cabo a partir de artículos y trabajos científicos publicados entre 2007 y 2025, localizados en bases de datos y otras fuentes digitales, además de obras clásicas relevantes para fundamentar este enfoque. El análisis de la literatura permitió verificar que la relación terapéutica es un fenómeno que se configura en el encuentro entre el terapeuta y el cliente, teniendo en cuenta el campo relacional en el que ambos se insertan. La teoría del campo, el contacto, el diálogo y la presencia del terapeuta constituyen fundamentos para comprender cómo se constituye la experiencia en la relación terapéutica y cómo puede explorarse en el proceso psicoterapéutico. El análisis pone de manifiesto que esta relación puede favorecer la ampliación de la awareness, el reconocimiento de los recursos del cliente, la experimentación de nuevas posibilidades de contacto y el desarrollo del autoapoyo y del ajuste creativo. Se concluye que la relación terapéutica ocupa un lugar central en la terapia Gestalt, no porque determine el cambio, sino porque favorece las condiciones para que el cliente amplíe sus formas de responder a la propia experiencia.

Palabras clave: Relación terapéutica. Psicoterapia. Terapia Gestalt.

1 INTRODUÇÃO

Dentro da prática da psicologia clínica, a relação terapêutica tem sido amplamente investigada devido à importância que assume no desenvolvimento do processo psicoterápico. Como cada abordagem compreende o ser humano e os processos psicológicos de modo singular, torna-se necessário investigar como a relação terapêutica se constrói e é compreendida no interior de uma perspectiva teórica específica. Desse modo, este estudo fundamenta-se na Gestalt-terapia, uma vez que, segundo essa abordagem, a relação terapêutica é considerada um aspecto central da psicoterapia. A pesquisa justifica-se, portanto, pela importância do encontro terapêutico para o percurso psicoterápico e tem como propósito ampliar a compreensão da relação terapeuta-cliente como um fenômeno relacional e de campo.

Freitas (2016) afirma que essa centralidade do vínculo terapêutico fundamenta-se no pressuposto da Gestalt-terapia de que o sujeito se constitui nas relações que estabelece com o mundo e com o outro. A partir dessa compreensão da relação terapêutica como elemento central, foi conduzida uma revisão bibliográfica à luz da seguinte questão: como a Gestalt-terapia compreende a relação terapêutica e qual sua importância para o processo psicoterápico?

Em busca dessa resposta, estabeleceu-se o seguinte objetivo geral: compreender, à luz da Gestalt-terapia, a relação terapêutica e suas contribuições para o processo psicoterápico. A partir do objetivo geral, foram estabelecidos os seguintes objetivos específicos: caracterizar a relação terapêutica na perspectiva da Gestalt-terapia; identificar os fundamentos teóricos da Gestalt-terapia que sustentam a compreensão da relação terapêutica, com ênfase na teoria de campo, no

contato, no diálogo e na presença; e discutir as contribuições da relação terapêutica para o processo psicoterápico na Gestalt-terapia.

2 METODOLOGIA

Em virtude da necessidade de compreender as concepções teóricas concernentes à relação terapêutica, a presente pesquisa adotou uma abordagem qualitativa e de natureza teórica, na medida em que buscou analisar a dimensão constitutiva e a importância da relação terapêutica sob a ótica da Gestalt-terapia.

Quanto aos procedimentos, configurou-se como uma pesquisa bibliográfica de caráter narrativo (Rother, 2007). Como conceitua Rother (2007), a revisão narrativa de literatura não se vincula a protocolos rígidos de busca exaustiva ou quantificação sistemática de dados; sua centralidade reside na análise crítica, na discussão teórica e na elucidação conceitual da literatura sobre determinado tema.

Foram consultados livros disponíveis em bibliotecas virtuais e físicas, bem como artigos científicos localizados por meio de buscas no Google Acadêmico, SciELO e PePSIC. O levantamento também foi complementado pela amostragem em cadeia de referências, na qual a bibliografia de um texto relevante conduz à identificação de outras fontes relacionadas ao tema (Silva; Lopes, 2024). Desse modo, foram consideradas publicações científicas de 2007 a 2025, utilizando-se como palavras-chave "relação terapêutica", "psicoterapia" e "gestalt-terapia".

Para orientar a seleção do material, foram considerados os seguintes critérios: textos em língua portuguesa disponíveis na íntegra e produções que abordassem diretamente a relação terapêutica e seus fundamentos na Gestalt-terapia. Foram desconsiderados trabalhos duplicados e produções que tratassem da relação terapêutica exclusivamente a partir de outras abordagens, sem articulação com a Gestalt-terapia.

Além das produções situadas no recorte temporal estabelecido, foram incluídas obras clássicas consideradas relevantes para a fundamentação conceitual do estudo, como *Processo, diálogo e awareness*, de Gary M. Yontef (1998); *Relação e cura em Gestalt-terapia*, de Hycner e Jacobs (1997); *Vade-mécum de Gestalt-terapia*, de Jorge Ponciano Ribeiro (2006); e *Eu e Tu*, de Martin Buber (2006). Essas referências foram utilizadas para a fundamentação e discussão de conceitos relacionados à relação terapêutica na clínica gestáltica, como diálogo Eu-Tu, contato e presença.

O estudo foi conduzido em etapas, iniciando-se com o levantamento das produções científicas relacionadas ao tema, seguido da leitura e seleção dos materiais mais relevantes. Posteriormente, o material foi analisado de forma temática e reflexiva, considerando as contribuições das produções selecionadas para a compreensão da relação terapêutica na Gestalt-terapia.

3 DESENVOLVIMENTO

3.1 A Gestalt-terapia e a compreensão da relação terapêutica

3.1.1 Concepção de ser humano e experiência relacional

A Gestalt-terapia teve como principais formuladores Frederick Salomon Perls, a psicóloga Laura Perls e o escritor Paul Goodman, contando também com a participação de Ralph Hefferline na sistematização da obra inaugural da abordagem. A publicação do livro *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*, no ano de 1951, foi um marco histórico para a consolidação da abordagem, reunindo e apresentando seus conceitos centrais.

Frederick S. Perls, em sua obra *Gestalt-terapia explicada*, apresenta críticas a modelos de psicoterapia que predominavam no contexto clínico de sua época. Ao discutir as abordagens que priorizam a interpretação intelectual e a adaptação da pessoa, o autor questiona intervenções que valorizam resultados imediatos ou explicações teóricas em detrimento do processo experiencial e integrativo de crescimento. Assim, Perls (1977, p. 14) define a Gestalt-terapia como uma abordagem "para promover o processo de crescimento e desenvolver o potencial humano".

A Gestalt-terapia se distancia de perspectivas racionalistas, idealistas e positivistas na compreensão da experiência humana, buscando uma leitura mais ampla da vivência (Cataldo, 2013). Essa proposta relaciona-se à busca por uma nova forma de compreender o ser e o sentir, conforme aponta Yontef (1998). Para tanto, a abordagem articulou contribuições de diferentes teorias, como a fenomenologia, o existencialismo e a teoria de Campo, constituindo uma perspectiva própria de psicoterapia.

A compreensão do ser humano em sua relação com o mundo constitui um dos fundamentos da Gestalt-terapia, compreendida como uma abordagem fenomenológico-existencial. Isto é, trata-se de uma abordagem que considera que o ser se constitui nas relações e nos contatos que estabelece com o outro e com o mundo (Tardin, 2024). A fenomenologia é

considerada um método que privilegia a exploração e a descrição do fenômeno tal como se apresenta (Fukumitsu, 2013). Para Heidegger, fenômeno é "o que se revela, o que se mostra em si mesmo", isto é, a totalidade do que pode ser posto à luz na experiência humana (Heidegger, 2005, p. 58). Na prática clínica, essa concepção se aproxima de uma postura voltada à experiência do cliente, evitando reduzir o que é vivido a explicações teóricas previamente estabelecidas.

A Gestalt-terapia também é influenciada pelo existencialismo e enfatiza a liberdade de ser e de escolher da pessoa, compreendida em constante transformação na relação com o mundo (Santos et al., 2020). Para a prática psicoterapêutica, a pessoa não nasce pronta, mas se constrói ao longo da vida, por meio de escolhas e relações. Portanto, a Gestalt-terapia, ao compreender o indivíduo como ser-no-mundo, dialoga com a ideia de um ser que influencia e é influenciado pelo contexto no qual está inserido (Marton; Deluque Júnior; Costa, 2021).

Segundo Yontef (1998), compreender o indivíduo em sua totalidade implica considerar as relações que estabelece com o ambiente, uma vez que o acontecimento vivido não pode ser compreendido de forma isolada do contexto em que ocorre. Sob essa perspectiva, a prática psicoterapêutica orienta-se por uma postura de escuta aberta e atenta à experiência do cliente, considerando também aspectos contextuais de sua existência, que podem aparecer na sessão. Constrói-se, assim, uma prática fenomenológica que se preocupa em descrever e compreender o fenômeno, considerando os relatos do indivíduo em seu campo (Alvim; Ribeiro, 2009).

3.1.2 Teoria de campo e relação organismo-ambiente

A partir da premissa de que o sujeito é compreendido em sua articulação com o meio, é possível se aproximar da noção de campo na Gestalt-terapia, considerando a indissociabilidade entre organismo e ambiente. No âmbito clínico, a teoria de campo considera os fenômenos em relação ao contexto no qual se manifestam, compreendendo-os como partes de uma totalidade. Segundo Yontef (1998), o campo é constituído por relações interdependentes, de modo que o contexto é essencial para a compreensão dos fenômenos que nele emergem. Yontef (1998) apresenta cinco características do campo:

> *1. um campo é uma teia sistemática de relacionamentos; 2. um campo é contínuo no espaço e no tempo; 3. tudo é de um campo; 4. os fenômenos são determinados pelo campo todo; 5. o campo é uma fatalidade unitária: tudo no campo afeta todo o resto (Yontef, 1998, p. 184).*

Esses pressupostos indicam que os fenômenos não se constituem de forma isolada, mas integram uma configuração mais ampla, composta por diferentes relações e elementos. Segundo

Azevedo (2019), o que se manifesta no encontro também integra o campo e pode ser compreendido como uma experiência a ser explorada na situação terapêutica. Desse modo, cliente e terapeuta participam conjuntamente desse campo, ajustando-se criativamente diante das experiências que se apresentam (Alvim; Ribeiro, 2009).

Embora ocupem posições distintas no processo psicoterápico, suas formas de estar na relação participam da configuração da situação clínica e podem ser exploradas no trabalho terapêutico. Por exemplo, a forma como o cliente percebe a postura do terapeuta pode fazer com que se sinta julgado em determinado momento da sessão. Ainda que não tenha havido uma intenção explícita de julgamento por parte do terapeuta, a percepção do cliente integra o campo da relação e pode ser explorada no próprio encontro.

Esse exemplo permite perceber que a situação terapêutica não pode ser analisada apenas a partir das intenções individuais, pois o que acontece no encontro envolve também a maneira como cada participante experimenta a relação. A percepção de julgamento não precisa ser confirmada como uma intenção do terapeuta nem descartada como uma interpretação equivocada do cliente. Pode ser investigada na situação clínica, considerando como essa experiência se constitui e quais sentidos assume naquele encontro. A teoria de campo, nesse sentido, orienta a investigação das relações que configuram a experiência, em vez de buscar sua explicação isoladamente em um dos participantes.

3.2 A relação terapêutica na Gestalt-terapia

3.2.1 Relação, contato e diálogo

O contato é um conceito essencial para situar a relação entre organismo e ambiente na Gestalt-terapia. O contato pode ser concebido como um processo dinâmico, no qual a pessoa estabelece diferentes formas de se relacionar consigo mesma e com o meio ao longo de sua trajetória. Segundo Perls, Hefferline e Goodman (1997), o contato ocorre na fronteira, que é entendida como o processo pelo qual organismo e ambiente se diferenciam e se articulam na experiência. É nessa fronteira de contato que ocorrem diferentes experiências que participam da constituição do próprio indivíduo e dos modos de relação com o ambiente (Cardoso, 2013).

Essa noção do contato também se estende ao contexto psicoterapêutico, no qual ele assume particular importância. Como afirma Ribeiro (2006, p. 94): “é da natureza da psicoterapia promover o contato, de tal modo que o cliente possa, cada vez mais, voltar-se para dentro de si mesmo e se ver no mundo como um ser de possibilidades”. Esse movimento se

expressa no encontro terapêutico, no qual o cliente pode reconhecer e experimentar diferentes formas de se relacionar com o mundo (Santos et al., 2020).

Na Gestalt-terapia, os conceitos de contato e diálogo estão relacionados, uma vez que a experiência do contato, na relação com o outro, envolve uma dimensão dialógica. Ribeiro (2006, p. 104) compreende o diálogo como um "encontro humano por intermédio da palavra. Palavra, instrumento que transporta o ser de uma pessoa para outra, permitindo que o encontro aconteça".

O diálogo na Gestalt-terapia encontra fundamentação na perspectiva dialógica de Martin Buber, para quem o Eu não se constitui de forma isolada, mas realiza-se na relação com o Tu (Buber, 2006). Nessa perspectiva, Buber (2006) considera o sujeito a partir das relações que estabelece, uma vez que as experiências se constituem no encontro com o outro. Assim, a relação Eu-Tu também implica a valorização da singularidade do outro, constituindo-se como uma experiência de presença e encontro (Hycner; Jacobs, 1997).

Na clínica gestáltica contemporânea, a qualidade dialógica da relação terapêutica tem sido destacada especialmente em contextos nos quais as experiências de contato foram marcadas por interrupções, exigindo do terapeuta uma atitude de cuidado e confirmação da singularidade do cliente (Santos et al., 2023). Na relação terapêutica, terapeuta e cliente são sensibilizados pela narrativa do outro, sem que percam sua singularidade. Essa concepção também aparece na formulação de Perls (1977):

> Nós não existe, mas é composto de Eu e Tu; é uma fronteira sempre móvel onde duas pessoas se encontram. E quando há encontro, então eu me transformo e você também se transforma (Perls, 1977, p. 9).

Esse entendimento do encontro como espaço de transformação também aparece em Spagnuolo Lobb (2025), que situa o sofrimento na fronteira de contato e destaca seus efeitos tanto para o cliente quanto para o terapeuta. Nessa perspectiva, a compreensão clínica não se limita ao conteúdo relatado pelo cliente, mas considera também o que se configura na interação entre ambos.

Para Hycner e Jacobs (1997), a abordagem dialógica orienta o processo psicoterápico, de modo que as técnicas utilizadas pelo terapeuta surgem do contexto da relação estabelecida com o cliente. Desse modo, contato e diálogo se articulam no processo psicoterápico, no qual terapeuta e cliente participam de uma experiência compartilhada. O contato se constitui na fronteira entre o organismo e o ambiente, enquanto a dimensão dialógica, a partir do encontro,

permite reconhecer a singularidade do indivíduo em sua forma de experienciar e se relacionar com o mundo.

Essa articulação tem implicações para a condução da intervenção clínica. Se o contato envolve a relação organismo-ambiente e o diálogo reconhece a singularidade do outro no encontro, a escuta terapêutica não se limita à identificação de conteúdos relatados pelo cliente. Ela também demanda atenção ao modo como a experiência se configura na relação e ao que acontece entre terapeuta e cliente enquanto conversam. Assim, o encontro não constitui apenas o contexto em que os conteúdos são apresentados, mas participa da própria experiência que pode ser investigada no processo psicoterápico.

3.2.2 Presença, atitude fenomenológica e atuação do terapeuta

A Gestalt-terapia direciona a atenção para a experiência imediata do cliente, valorizando o que se apresenta no aqui-e-agora. Yontef (1998) destaca que, nessa abordagem, a experiência ocupa um lugar central no processo psicoterápico, sem tomar interpretações prévias do terapeuta como ponto de partida. Assim, a atenção do terapeuta volta-se para o fenômeno e para o que está sendo vivenciado no momento (Yontef, 1998). Isso não significa restringir a experiência ao presente cronológico, mas considerar também como lembranças, expectativas e antecipações se atualizam na situação presente.

É nesse acompanhamento da experiência que se insere o conceito de *awareness*, que, na Gestalt-terapia, pode assumir o sentido de "saber da experiência" (Alvim, 2014). Por meio da *awareness*, o cliente pode desenvolver o autossuporte, reconhecendo suas necessidades e ampliando a percepção sobre seu modo de estabelecer contato com o ambiente (Poppa, 2018).

Nesse processo, o terapeuta pode auxiliar o cliente a perceber aspectos de sua experiência que ainda não foram reconhecidos, acompanhando também os momentos em que seu contato com determinada necessidade encontra alguma interrupção (Poppa, 2018). Essa ideia se aproxima da compreensão de Yontef (1998), para quem o gestalt-terapeuta trabalha engajando o cliente no desenvolvimento de seu próprio suporte para o contato, e não manipulando-o em direção a um objetivo terapêutico específico.

Ao não ocupar uma posição diretiva, o terapeuta pode permanecer mais atento ao que emerge no encontro, sem direcionar o caminho a partir de julgamentos prévios (Yontef, 1998). A atitude fenomenológica na Gestalt-terapia implica a suspensão de compreensões previamente estabelecidas pelo terapeuta, privilegiando a descrição que o próprio cliente faz de suas vivências

(Cataldo, 2013). Isso não significa eliminar as referências do terapeuta, mas evitar que suas compreensões sejam tomadas antecipadamente como explicações definitivas da experiência do cliente.

Essa suspensão, por sua vez, articula-se à perspectiva dialógica. Yontef (1998) apresenta quatro características da relação terapêutica dialógica: inclusão, presença, compromisso com o diálogo e diálogo vivido. Essas características indicam que o terapeuta deve permanecer aberto ao que emerge no encontro, sem determinar previamente seus sentidos ou resultados. O diálogo vivido também não se restringe à comunicação verbal, podendo ocorrer por diferentes formas de expressão na relação (Yontef, 1998). Essa perspectiva amplia o próprio sentido de escuta clínica, já que o encontro terapêutico não se limita ao que é expresso verbalmente.

Hycner e Jacobs (1997) observam que a experiência Eu-Tu também pode se constituir no silêncio, quando a presença de um e do outro sustenta uma comunicação que ultrapassa as palavras. Freitas (2016) ressalta a importância de observar o não verbal no *setting* terapêutico. Assim, a escuta do terapeuta abrange as diferentes formas pelas quais o cliente se expressa, incluindo sua linguagem corporal e os silêncios.

Ao perceber um silêncio, uma mudança na expressão corporal ou uma alteração na maneira como o cliente se dirige a ele, o profissional pode explorar o que está acontecendo naquele momento, sem atribuir antecipadamente um significado à manifestação observada. A intervenção, nesse caso, não consiste em decifrar o comportamento do cliente, mas em favorecer a investigação compartilhada da experiência. Desse modo, a presença e a atitude fenomenológica não excluem a participação ativa do terapeuta; orientam essa participação pela abertura ao que se apresenta na relação.

Ribeiro (2006) ressalta a importância de o terapeuta estar presente ao outro na dinâmica relacional, colocando-se disponível para a experiência do cliente. Entretanto, essa presença não significa perder sua própria referência, sendo necessário que o terapeuta mantenha seu "centro de referência". Diante disso, Juliano (1999) aponta duas atitudes fundamentais na relação terapêutica: a inclusão e a confirmação. A inclusão corresponde à capacidade do terapeuta de aproximar-se da experiência do cliente sem perder o contato com a própria experiência. A confirmação, por sua vez, consiste em reconhecer o cliente em sua singularidade, respeitando sua forma de experienciar (Juliano, 1999).

Essa manutenção da própria referência também envolve a atenção do terapeuta às experiências vividas na relação. Freire (2022) chama a atenção para o fato de o terapeuta não

estar imune a elas, podendo sentir raiva, tédio ou confusão diante de determinadas situações. Essas reações merecem ser consideradas, pois podem estar relacionadas tanto às vivências do próprio terapeuta quanto à dinâmica estabelecida com o cliente. Reconhecer o que sente e refletir sobre essas reações, portanto, pode contribuir para compreender aspectos do vínculo terapêutico que precisam ser explorados ao longo do processo.

Acerca do encontro, Ribeiro (2006) salienta ainda a importância da "escuta amorosa", compreendendo que essa escuta não se restringe ao ato de ouvir o cliente, pois "na medida em que é escutando a si mesmo que ele se redescobre como uma nova criatura na relação com o outro". Essa atenção à experiência do cliente também se relaciona ao cuidado na relação terapêutica. Ribeiro (2006, p. 100) relaciona o cuidado ao reconhecimento do cliente como pessoa, considerando sua complexidade. Cuidar, nesse contexto, envolve não reduzi-lo a características ou experiências específicas, mas reconhecê-lo em sua singularidade e totalidade.

Portanto, a postura do terapeuta requer abertura e receptividade ao desconhecido, cultivando uma curiosidade genuína sobre o que se apresenta (Freitas, 2016). Freitas (2016) utiliza a ideia de "caminhar junto" para caracterizar essa disponibilidade do terapeuta em se envolver no processo vivido pelo cliente.

A presença terapêutica também precisa ser sustentada em diferentes condições de encontro, como no atendimento on-line, que apresenta possibilidades e limitações próprias de contato e interação. Silva e Amparo Sobrinho (2024) destacam que a clínica gestáltica nesse formato não deve apenas reproduzir as práticas presenciais, mas considerar as especificidades do ambiente virtual. Diante disso, o terapeuta é chamado a adaptar criativamente sua atuação às condições do encontro, buscando sustentar o contato e a construção da relação terapêutica.

3.3 Contribuições da relação terapêutica para o processo psicoterápico

Segundo Ribeiro (2006), quando o cliente percebe a intenção do terapeuta de estar com ele em sua experiência, essa presença pode favorecer uma percepção de si mesmo como alguém capaz de novas possibilidades. Assim, o cliente pode voltar-se para aspectos de si que anteriormente não estavam sendo reconhecidos, conforme Juliano (1999). A autora também aponta o terapeuta como um "interlocutor atento", cuja presença e "ouvir atento e interessado" contribuem para a constituição de um "espaço experiencial e experimental" (Juliano, 1999, p. 65).

A presença do terapeuta pode favorecer o reconhecimento de dificuldades que se manifestam na forma de contato do cliente. Santos et al. (2020) destacam que perturbações no contato podem aparecer nas relações, tornando a relação terapêutica um espaço para reconhecê-las e trabalhá-las, o que se relaciona à possibilidade de o cliente assumir maior responsabilidade pelas próprias escolhas.

Essa participação do cliente também se articula ao desenvolvimento do autossuporte. Andrade (2014) diferencia o heterossuporte do autossuporte: enquanto o primeiro se refere ao apoio recebido do ambiente, o segundo corresponde ao apoio que a própria pessoa encontra em seus recursos. A autora salienta ainda que ambos se intercomunicam ao longo da vida. Diante disso, o autossuporte refere-se à ampliação dos recursos disponíveis para reconhecer e responder às próprias necessidades, em uma relação dinâmica com o suporte oferecido pelo ambiente e com as condições presentes no campo.

O desenvolvimento do autossuporte ocorre no processo compartilhado entre terapeuta e cliente. Andrade (2014) observa que, por meio da investigação da experiência, ambos podem ampliar a *awareness* sobre aquilo que emerge no encontro. A autora acrescenta que a passagem do heterossuporte para o autossuporte implica o risco de abandonar formas conhecidas em direção ao desconhecido. Em decorrência disso, o papel do terapeuta é caminhar com o cliente nesse processo e oferecer o suporte necessário diante de seus limites, sem realizar a tarefa por ele (Andrade, 2014).

O autossuporte, porém, não significa apenas apoiar-se nos próprios recursos; ele também envolve encontrar formas novas de responder ao que emerge no campo. O ajustamento criativo diz respeito à maneira como a pessoa responde às situações que se apresentam no campo organismo-ambiente, mobilizando recursos diante das experiências que vivencia. Para Cardella (2014), esse processo compreende a apropriação do vivido e a construção de respostas singulares, que não precisam se limitar às formas já conhecidas de lidar com as situações. Quando existem interrupções no contato, o ajustamento criativo possibilita a retomada do fluxo na fronteira de contato, processo que constitui um dos focos do trabalho da Gestalt-terapia (Schillings, 2014).

Essa compreensão permite distinguir o desenvolvimento do autossuporte de uma exigência de autossuficiência. Reconhecer os próprios recursos não significa prescindir das relações ou desconsiderar as condições concretas em que a pessoa vive. O suporte disponível no ambiente participa das possibilidades de enfrentamento, assim como as condições relacionais podem ampliar ou restringir os recursos mobilizados pelo cliente. Na relação terapêutica,

portanto, favorecer o autossuporte não corresponde a transferir exclusivamente para o indivíduo a responsabilidade por suas dificuldades, mas a acompanhar a ampliação de suas possibilidades de responder à experiência em seu contexto.

Yontef (1998) afirma que ter autossuporte envolve aceitar-se como se é, relacionando esse processo ao autoconhecimento e à autoaceitação. Para o autor, esse suporte envolve conhecer a própria experiência, assumir o próprio comportamento, as necessidades, capacidades e incapacidades e reconhecer quem se está sendo naquele momento.

A aceitação da experiência presente aproxima o autossuporte da teoria paradoxal da mudança, segundo a qual a transformação ocorre quando a pessoa pode reconhecer e permitir sua experiência, em vez de tentar produzir diretamente uma mudança. Beisser (1980) compreende que a transformação não acontece a partir da tentativa de tornar o indivíduo diferente do que é, mas a partir do reconhecimento de sua experiência presente.

Beisser (1980) também aponta que o terapeuta não ocupa o lugar de quem produz ou determina a mudança, mas acompanha o cliente em seu processo, sem estabelecer previamente aquilo que ele deveria se tornar. Se o terapeuta não produz a mudança, sua atuação consiste em oferecer condições para que o cliente investigue a própria experiência. Zinker (2007) pontua que o terapeuta oferece uma estrutura e um terreno experimental para que o cliente possa investigar a si mesmo como organismo vivo. A terapia pode ser compreendida, assim, como um espaço de ampliação da *awareness* e de experimentação de novas formas de contato, no qual a criatividade participa do processo de transformação (Zinker, 2007).

Yontef (1998) destaca ainda que o processo de *awareness* e contato pode produzir mudanças em diferentes aspectos do campo, à medida que o cliente amplia sua percepção e desenvolve novas possibilidades de lidar com sua experiência. Essas mudanças podem se estender para além do espaço terapêutico, conforme novas formas de contato são incorporadas ao seu modo de se relacionar com o mundo.

A relação entre terapeuta e cliente ocupa um lugar importante nesse processo, sendo necessário que o terapeuta mantenha uma atitude voltada à confiança no crescimento gradual do cliente (Yontef, 1998). A relação terapêutica, portanto, acompanha o desenvolvimento do cliente ao longo do processo psicoterápico, oferecendo condições para que ele amplie sua *awareness*, reconheça seus recursos e encontre novas formas de responder à sua experiência.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como objetivo compreender, à luz da Gestalt-terapia, a relação terapêutica e suas contribuições para o processo psicoterápico. A partir da revisão realizada, foi possível verificar que essa relação se configura no encontro entre terapeuta e cliente, considerando a experiência de ambos e o campo em que estão inseridos. A teoria de campo, o contato, o diálogo e a presença do terapeuta mostraram-se fundamentais para entender a participação da relação terapêutica no processo psicoterápico.

A articulação desses fundamentos permite perceber que a relação terapêutica não constitui apenas um recurso para favorecer mudanças individuais, mas uma dimensão do próprio processo de investigação da experiência. O que emerge no encontro entre terapeuta e cliente pode ser explorado a partir das relações que configuram o campo, das formas de contato e da maneira como cada participante se implica na situação. A discussão evidenciou que a relação terapêutica pode contribuir para o reconhecimento da experiência do cliente, a ampliação da *awareness* e o desenvolvimento do autossuporte. O terapeuta, nesse processo, não ocupa o lugar de quem determina a mudança, mas acompanha o cliente na investigação de sua própria experiência, oferecendo suporte para que experimente novas formas de contato e de ajustamento. A análise realizada permitiu alcançar os objetivos propostos, ao caracterizar a relação terapêutica na perspectiva da Gestalt-terapia, discutir os fundamentos que sustentam sua compreensão e identificar suas contribuições para o processo psicoterápico.

REFERÊNCIAS

ALVIM, Mônica Botelho. Awareness, experiência e saber da experiência. In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (org.). **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo: Summus, 2014. p. 10-19.

ALVIM, Mônica Botelho; RIBEIRO, Jorge Ponciano. O lugar da experiment-ação no trabalho clínico em Gestalt-terapia. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 1, p. 37-58, 2009. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1808-42812009000100005&script=sci_arttext. Acesso em: 11 set. 2026.

ANDRADE, Celana Cardoso. Autossuporte e heterossuporte. In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (org.). **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo: Summus, 2014. p. 84-91.

AZEVEDO, Hermes. Gestalt-terapia: uma incômoda versão de mundo e de relação. **IGT na Rede**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 30, p. 50-63, 2019. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1807-25262019000100050&script=sci_arttext. Acesso em: 11 set. 2026.

BEISSER, Arnold R. A teoria paradoxal de mudança. In: FAGAN, Joe; SHEPHERD, Irma Lee (org.). **Gestalt-terapia: teoria, técnicas e aplicações**. 4. ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1980. p. 110-114.

BUBER, Martin. **Eu e tu.** Tradução, introdução e notas de Newton Aquiles Von Zuben. 10. ed. rev. São Paulo: Centauro, 2009.

CARDELLA, Beatriz Helena Paranhos. Ajustamento criativo e hierarquia de valores ou necessidades. In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (org.). **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo: Summus, 2014. p. 60-74.

CARDOSO, Claudia Lins. A face existencial da Gestalt-terapia. In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (org.). **Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas**. São Paulo: Summus, 2013. p. 52-66.

CATALDO, Ulisses Heckmaier de Paula. Gestalt-terapia: fenomenologia na prática clínica. **IGT na Rede,** Rio de Janeiro, v. 10, n. 18, p. 187-222, 2013. Disponível em: https://igt.psc.br/ojs3/index.php/IGTnaRede/article/view/332. Acesso em: 14 ago. 2026.

FREIRE, Maria Clara Duarte Mélo. A raiva na clínica gestáltica: é preciso autorizá-la. **IGT na Rede**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 37, p. 83-98, 2022. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1807-25262022000200083&script=sci_arttext. Acesso em: 28 out. 2026.

FREITAS, Julia Rezende Chaves Bittencourt de. A relação terapeuta-cliente na abordagem gestáltica. **IGT na Rede**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 24, p. 85-104, 2016. Disponível em: https://igt.psc.br/ojs3/index.php/IGTnaRede/article/view/493. Acesso em: 3 ago. 2026.

FUKUMITSU, Karina Okajima. O método fenomenológico em pesquisa gestáltica. In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (org.). **Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas.** São Paulo: Summus, 2013. p. 32-51.

HEIDEGGER, Martin. **Ser e tempo**. Tradução de Márcia Sá Cavalcante Schuback. 15. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2005.

HYCNER, Richard; JACOBS, Lynne. **Relação e cura em Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 1997.

JULIANO, Jean Clark**. A arte de restaurar histórias: o diálogo criativo no caminho pessoal**. São Paulo: Summus, 1999.

MARTON, Cesar Augusto; DELUQUE JÚNIOR, Romano; COSTA, Márcio Luís. Aqui-e-agora, pessoa e mundo em Gestalt-terapia: um ensaio sobre fundamentos. **IGT na Rede**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 34, p. 3-18, 2021. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1807-25262021000100003&script=sci_arttext. Acesso em: 11 set. 2026.

PERLS, Frederick S. **Gestalt-terapia explicada**. 10. ed. São Paulo: Summus, 1977.

PERLS, Frederick S.; HEFFERLINE, Ralph; GOODMAN, Paul. **Gestalt-terapia**. 5. ed. São Paulo: Summus, 1997.

POPPA, Carolina. **O suporte para o contato**. São Paulo: Summus, 2018.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Vade-mécum de Gestalt-terapia: conceitos básicos**. 3. ed. São Paulo: Summus, 2006.

ROTHER, Edna Terezinha. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 20, n. 2, p. v-vi, 2007. Disponível em: https://www.scielo.br/j/ape/a/z7zZ4Z4GwYV6FR7S9FHTByr/?lang=pt. Acesso em: 11 set. 2026.

SANTOS, Manoel Antônio dos et al. Psicoterapia de abordagem gestáltica: um olhar reflexivo para o modelo terapêutico. **Psicologia Clínica**, Rio de Janeiro, v. 32, n. 2, p. 357-386, 2020. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-56652020000200009. Acesso em: 20 ago. 2026.

SANTOS, Willian Henrique Silva dos et al. A Gestalt-terapia no cuidado de mulheres vítimas de violência doméstica. **IGT na Rede**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 39, p. 113-158, 2023. Disponível em: https://igt.psc.br/ojs3/index.php/IGTnaRede/article/view/729. Acesso em: 29 out. 2026.

SCHILLINGS, Angela. Concepção de neurose em Gestalt-terapia. In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (org.). **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo: Summus, 2014. p. 108-119.

SILVA, Camila Ferreira da; LOPES, Rodrigo de Macedo. Snowball sampling no exercício de revisar literatura: notas sobre o potencial dialógico. **Revista Educação em Páginas,** [S. l.], v. 3, n. 03, p. e14789, 2024. Disponível em: https://periodicos2.uesb.br/redupa/article/view/16525. Acesso em: 6 set. 2026.

SILVA, Caroline Pereira da; AMPARO SOBRINHO, José Bonifácio do. Entre muros e wi-fi: uma revisão sobre clínica online e gestalt-terapia. **Revista do NUFEN**, Belém, v. 16, e243969, 2024. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S2175-25912024000100600&script=sci_arttext. Acesso em: 28 out. 2026.

SPAGNUOLO LOBB, Margherita. A virada relacional em Gestalt-terapia: da "cadeira vazia" para a "dança da reciprocidade" no campo. Tradução: Maria Clara Sepulveda de Faria. **IGT na Rede**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 42, p. 1-32, 2025. Disponível em: https://www.igt.psc.br/ojs3/index.php/IGTnaRede/article/view/812. Acesso em: 28 out. 2026.

TARDIN, Sabrina. Presença psicoterapêutica: da fenomenologia-existencial à Gestalt-terapia contemporânea. **IGT na Rede**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 40, p. 99-125, 2024. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1807-25262024000100099&script=sci_arttext. Acesso em: 11 set. 2026.

YONTEF, Gary M. **Processo, diálogo e awareness: ensaios em Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 1998.

ZINKER, Joseph C. **Processo criativo em Gestalt-terapia**. 2. ed. São Paulo: Summus, 2007.