

NA COMUNICAÇÃO: Baseada na Centralidade da Pessoa.¹

João Carlos Vaz Furtado²

“Ser compreendido é tão vital quanto ser amado” Gambini

Esta epígrafe tem a intenção de nos provocar algumas reflexões relativas ao tema central deste encontro.

A centralidade é uma palavra que indica sentidos que apontam para o foco, o núcleo, o meio, a média, o normal... De certa forma também indica onde tudo começa e onde acaba: o centro do jogo, o centro das atenções, a busca pelo centro como forma de não se tornar extremista, o centro da questão, o umbigo...

No imaginário, este ‘umbigo’ (e aqui não é no sentido de olhar para o próprio umbigo, eventualmente necessário e extraordinário) esteve sempre associado a um lugar que se habita e é central em nossas vidas. E aqui o imaginário pode se estender ao centro da cidade, os templos centrais, o mercado central, o centro de convenções e o CENTRO DE SAÚDE!

Na psicologia isso também teve e ainda tem seu papel central, principalmente com o humanismo de Rogers em sua obra “Tornar-se Pessoa”, a pessoa como centro. Basicamente ele está falando de uma psicoterapia focada, centralizada na pessoa, todo seu trabalho foi desenvolver ferramentas em que a pessoa estivesse no centro.

Em síntese ele aponta três grandes atitudes que permitem as pessoas existirem como elas são (princípio básico do humanismo e da fenomenologia rogeriana). Elas são basilares na comunicação e naquilo que ele denominou de desenvolvimento pessoal: congruência, empatia e aceitação incondicional.

Obviamente estas atitudes são muito mais uma prática, diria artesanal, do que propriamente atitudes que aprendemos intelectualmente e conseguimos adotá-las logo em seguida. A analogia que mais se aproxima desta prática comunicacional, aliás que se expande a comunicação central do tema aqui hoje proposto, é a do artista, do poeta, do escultor, do artesão...

A comunicação tem vitalidade, é real, move, produz efeitos impressionantes. Cada vez mais nos certificamos que a comunicação pode causar imenso sofrimento, mas também ela pode ser maravilhosa, pode educar, emocionar e até curar (*talking cure* inaugurada por Freud).

Hoje, a tarefa é fazer o exercício de colocar a comunicação no centro do debate, ou na analogia analítica, no divã. Isso significa que o nosso olhar inevitavelmente vai também em direção a comunicação institucional, ou seja, se a nossa instituição, agora no divã, apresenta um modo de comunicar próprio e, se esse modus de *communicare*, é um verdadeiro partilhar em comunidade, em comum, em comunhão, um comunicar em ação.

¹ Texto elaborado para o II Encontro de Outono do Aces Alto Ave – Repensar Práticas. 24-11-2023, Vizela – Portugal.

² Especialista em Psicologia Clínica e da Saúde e, em Psicologia Analítica. Assistente na carreira dos técnicos superiores de saúde – Ramo Psicologia Clínica.

Em primeiro lugar gostaria de chamar a atenção a redução que transformamos a comunicação ao elevá-la ao seu status racional, conceitual e verbal. Seu excesso de conceitualização tem a tendência unilateral de excluir outras dimensões fundamentais na comunicação, dentre elas o corpo, a emoção, a criatividade, a sensibilidade e a imaginação.

Quase em forma de caricatura vou citar uma expressão de uma colega, Isabel Trindade, quando diz: “se a informação por si só bastasse os médicos seriam as pessoas mais saudáveis do mundo”. E eu pergunto, efetivamente são?

Ao olharmos (e obviamente não no sentido meramente ótico) para a comunicação, sobretudo via institucional, conceitual, acadêmica, objetiva, clara e limpa, reparamos que ela empobrece.

Provavelmente a riqueza da comunicação está na sua pluralidade, diversidade e democratização de todas estas dimensões: corpo, emoção, criatividade, sensibilidade e imaginação.

Como forma de ilustrar isso vou recorrer a um poema de Manoel de Barros:

*“O rio que fazia uma volta
atrás da nossa casa
era uma imagem de um vidro mole...
Passou um homem e disse:
Essa volta que o rio faz...
Se chama enseada...
Não era mais uma imagem de uma cobra de vidro
Que fazia uma volta atrás da casa.
Era uma enseada.
Acho que o nome
Empobreceu a imagem”*

Devido ao tempo limitado de nossa comunicação e também como forma de democratização e de ouvir outras perspectivas, irei avançar um pouco mais com este olhar da instituição no divã e, por fim, concluir com algumas possíveis ferramentas comunicacionais.

A exclusão da poesia (como síntese que inclui todas aquelas dimensões aqui referidas) empobrece a comunicação e, por outro lado, ela pode representar alguns perigos que afasta aquilo que é central na pessoa, o coração, ou melhor, o umbigo do coração.

O que quero propor é um pensamento do umbigo do coração!

Provavelmente não é à toa que ele esteja no peito protegido numa caixa. A caixa é outro imaginário muito importante em termos comunicacionais, mais isso teremos de guardar

numa gaveta para quem sabe um dia poderemos retirá-la e falar um pouco mais de sua riqueza poética.

A comunicação centrada na racionalização, no iluminismo, na clareza excessiva e objetividade é a comunicação das alturas, do excesso de hierarquização, na verticalização e, sobretudo, na verdade do UM. Há apenas uma verdade, uma certeza, um ponto de vista.

Como disse meu amigo Gustavo Barcellos: “A confusão é fértil e a certeza é burra”.

Com certeza, ironicamente falando, este modo de comunicar é intolerante à diferença, ao novo, ao fracasso e ao erro. Não consegue perceber a fertilidade presente na confusão...

De acordo com o filósofo Frances Gilles Lipovetsky vivemos uma ‘segunda modernidade’, denominado por si como ‘hipermoderna’, em grande medida relacionada a ‘hipercomunicação’ de massa: internet, revolução informática, contrainformação ou *fakenews*. Nossa, tanta informação, tantas modalidades de comunicação, que hiperconfusão!

A instituição no divã provavelmente também é vítima desta hipercomunicação, cuja velocidade de propagação da telecomunicação (télé é distância, que dá origem a palavras como intelectual, telegrama, telefone, telemóvel...) é sempre superior à nossa capacidade psíquica de assimilação! E aqui vem o drama, pois sentimos que temos sempre de estar antenados, ligados, conectados, com o outro, com o conhecimento, como o que se passa no mundo.

A instituição também tem seu *telos*, sua finalidade, seu propósito, e dentre eles é o trabalho comunicacional, em grande medida a comunicação é uma das principais ferramentas do trabalho institucional. Para a psicologia a pergunta qual é a função do trabalho se torna fundamental.

“Com Hannah Arendt entendemos a diferença entre ‘labor’ e ‘trabalho’, entre animal laborans e homo faber, ou seja, entre atividades ligadas à necessidade de subsistência e uma atividade onde a natureza vira cultura (ou, diríamos, psique)... Por causa disso, inclusive, o trabalho também se abre como um novo campo para o sofrimento. Da exaustão psíquica (burnout) aos níveis mais elevados de estresse, das dores osteomusculares aos assédios morais e sexuais, das depressões e ansiedades à toda a gama de possíveis psicossomatizações, as relações com o trabalho, bem como as relações de trabalho e suas várias experiências, passaram a fornecer, para a sociedade hipermoderna, patologizações bastante específicas, fazendo dele, além do mais, um ‘problema’, social, individual, criando e convidando modos cada vez mais originais de intervenções terapêuticas: surge agora toda uma clínica do trabalho...” Barcellos p.15

Acrescentaria aqui um problema também comunicacional, pois isso irá afetar nossa forma de falarmos e agirmos uns com os outros. Nossas palavras, tons, formas, conteúdos, assim como, nossos gestos e atitudes, deverão refletir todos estes aspetos ligados a função do trabalho, particularmente a função do trabalho no enquadramento institucional.

Esta talvez seja o centro da questão, a reconciliação do *homo faber* e *homo ludens*, ou seja, o fazer com o brincar, a fim de religar o criativo e o recreativo, tentaremos fazer este movimento mais para o fim deste texto...

Neste momento considero importante mantermos um pouco mais o nosso olhar sobre as possíveis formas de comunicação que as instituições podem adotar, que dissociam a função do trabalho enquanto um fim em si mesmo, cujo propósito é a sua própria satisfação, ou ao contrário, sua insatisfação e conseqüentemente o seu sofrimento.

Para isso vou recorrer a um trabalho datado em pouco mais de metade do século passado, mas que considero ainda muito contemporâneo. Trata-se da obra de Erving Goffman: "Manicômios, Prisões e Conventos" publicada em 1961. Esta obra é considerada uma contribuição significativa para a sociologia e tem sido influente no estudo das instituições sociais e da interação social.

Queria vos trazer um pequeno retrato de suas conclusões para refletirmos se somos pegos nessa espécie de malha fina que Goffman estudou.

Ele reparou que quanto mais a instituição apresentar um ambiente estruturado, controlado, ou como o próprio refere, um regime altamente regulamentado, mais se aproxima daquilo que ele veio a chamar de instituição total.

Vamos então descrever alguns aspetos observados por si.

A primeira característica é o controlo das atividades, que inclui aqui rotinas 'rígidas', como por exemplo, o excesso (ou hiper) de regras, processos, procedimentos, hierarquia e vigilância.

Refere que quanto mais 'hiper' estiver estas rotinas, maior o risco da 'despersonalização' e, aqui, adeus pessoa como centro!

Neste caso as pessoas passam a ser vistas em seus papéis institucionais, o médico, o enfermeiro, o administrativo, o diabético, a grávida, o hipertenso, o doente', o caso, o número. Como também se faz questão de nomeamos uns aos outros por seus papéis e funções hierárquicas.

A conseqüência? O Sofrimento. Por detrás da despersonalização, a desumanização.

E como isto irá afetar a comunicação (que já deixou de ser centrada na pessoa):

- 1- Privação da privacidade: vigilância, monitorização e controlo. Quanto maior a privação da privacidade menor a comunicação livre, aberta e criativa.
- 2- O aumento da hierarquia ou autoridade, uma comunicação baseada na formalidade, verticalidade e assimetria. Diminui a comunicação interior, improvisada, informal e horizontal.
- 3- Isolamento, como mecanismo de despotencialização do outro ou do grupo. Diminui a interação interinstitucional.
- 4- Rotinas e normas rígidas institucionalizadas. Diminui a flexibilidade, liberdade e criatividade.
- 5- Aumento da estigmatização, onde a 'pessoa' é tratada pela parte, a categoria institucional. Diminui a compreensão do outro em sua pluralidade e diversidade.
- 6- Conformismo e alienação. Conformar e suprimir a fim de se tornar um corpo dócil, na terminologia do filósofo Foucault, mas que hoje já podemos falar numa mente dócil.

A era da hiperautomatização, leva-nos a crenças de que é assim mesmo, quase sem espaço para reflexão.

Esta leve provocação pode servir de mote para futuras práticas, intenção também deste encontro: Repensar práticas!

Repensar é rever, refletir, é olhar mais uma vez e mais uma vez, de forma que o próprio olhar seja muito mais imaginativo...

Por fim, queria pensar convosco algumas ferramentas de comunicação, último tópico que preparei para este encontro.

Basicamente e de forma bastante sintética, pois como devem presumir estes assuntos são bastante complexos e que exigem algum grau de maturação para compreendê-los, assim como prática, vou hoje aqui apenas assinalá-los, à semelhança de uma sinopse de um filme ou a contracapa de um livro:

- 1- Comunicação é sempre uma cosmovisão, neste sentido a proposta é a fenomenológica que apresenta características ligadas a diversidade, a pluralidade, a polissemia, a incerteza e a relatividade. Seu método está bastante presente na principal ferramenta da psicoterapia, que é a relação terapêutica. De forma bastante simplista, diríamos que a fenomenologia visa ver o fenômeno emergente como ele é, sem julgamentos, pré-conceitos, logo, ver a pessoa (como centro) como ela é e não como eu penso ou julgo que seja.
- 2- Ficar com a imagem ou fenomenologia das imagens. Ficar com a imagem é uma excelente ferramenta que exige muita prática, pois começar a trabalhar a partir da imaginação (como propõe o filósofo Bachelard) 'move' a psique. Há um experimento realizado na Universidade de Liverpool que ilustra isso. Foi comparado o efeito da leitura poética com a literal, e ficou demonstrado que a leitura poética envolve muito mais áreas do cérebro, mobiliza muito mais funções mentais.
- 3- Alteridade: comunicar-se na perspectiva da psicologia fraterna, baseada na troca, mutualidade, cooperação, empatia, criatividade e equidade. A alteridade pressupõe ver o outro do ponto de vista do próprio, isto significa uma comunicação baseada em três grandes pilares: dialética/diálogo; criatividade e equidade.

Referências:

ARENDT, H. A condição humana.

BACHELARD, G. A poética do espaço.

BARCELLOS, G. Psique e Imagem: estudos de psicologia arquetípica.

BARROS, M. Poesias completas.

FOUCAULT, M. Vigiar e Punir

FREUD, S. Estudos sobre Histeria

GAMBINI, R. A voz e o tempo: reflexões para jovens terapeutas.

GOFFMAN, E. Manicômios, prisões e conventos.

HILLMAN, J. Re-vento a psicologia.

LIPOVETSKY, F. Os tempos hipermodernos

ROGERS, C. Tornar-se pessoa.