



FACULDADE DE ILHÉUS

CENTRO DE ENSINO SUPERIOR DE ILHÉUS – CESUPI

PSICOLOGIA

ISABELLA VITÓRIA SANTOS

**A AUTOLESÃO COMO EXPRESSÃO COMUNICATIVA NA
ADOLESCÊNCIA: UMA PERSPECTIVA GESTÁLTICA**

ILHÉUS – BA

2024

ISABELLA VITÓRIA SANTOS

**A AUTOLEÇÃO COMO EXPRESSÃO COMUNICATIVA NA
ADOLESCÊNCIA: UMA PERSPECTIVA GESTÁLTICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
Faculdade de Ilhéus, como requisito de avaliação da
disciplina TCC II.

Orientador (a): Prof. Esp. Marcos Aurélio Lordão
Rocha

ILHÉUS – BA

2024



FACULDADE DE ILHÉUS

CENTRO DE ENSINO SUPERIOR DE ILHÉUS – CESUPI

PSICOLOGIA

LAUDA DE APROVAÇÃO

Este Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) foi elaborado pela acadêmica ISABELLA VITÓRIA SANTOS e MARCOS AURÉLIO LORDÃO ROCHA acompanhado como professor orientador e pelos professores membros da Banca Examinadora, sendo considerado aprovado.

Marcos Aurélio Lordão Rocha
Professor Orientador
Especialista

Dayane Mangabeira
Professora membro

Marcio Amorim
Professor membro

ILHÉUS – BA

2024

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, gostaria de expressar minha profunda gratidão a Deus, que me proporcionou força e sabedoria ao longo de toda a minha jornada acadêmica, guiando-me nos momentos de desafios e celebrações. Estendo também meus mais sinceros agradecimentos à minha família, por seu amor incondicional, suporte e paciência. Vocês foram a minha rocha e inspiração em cada etapa deste processo.

Agradeço também aos meus amigos de jornada, Nawana Santana, Amanda Guedes, Filipe Cardoso, Guilherme Marques, Graziela Nascimento, e Fabiola Farias, pelo companheirismo, incentivo e os momentos compartilhados, que foram essenciais para a realização deste trabalho. Estendo também um agradecimento especial a professora Dayane Mangabeira Santana Dias por ter me acolhido em um momento delicado e crucial dessa jornada, você é uma inspiração para mim.

Por fim, não poderia deixar de mencionar o meu orientador, Prof. Esp. Marcos Aurélio Lordão Rocha, cuja orientação e paciência foram fundamentais para o desenvolvimento e conclusão deste estudo. A todos que direta ou indiretamente contribuíram para a realização deste trabalho, muito obrigada.

RESUMO

O presente estudo aborda a autolesão como uma forma de expressão comunicativa na adolescência, propondo uma visão que transcende a compreensão tradicional deste ato como meramente um dano físico. O estudo é conduzido sob a luz da Gestalt-Terapia, uma abordagem psicológica que enfatiza a percepção da totalidade da experiência individual e as relações dinâmicas entre o indivíduo e seu ambiente. A pesquisa bibliográfica exploratória adota uma metodologia da análise de fontes acadêmicas. O artigo justifica-se pela relevância de compreender os dilemas emocionais e comportamentais enfrentados pelos adolescentes que recorrem a autolesão como uma forma de externalizar o que estão sentindo dentro de si. Diante disto, esse artigo conclui-se que embora o comportamento autolesivo seja comum em diversos contextos sociais, nota-se uma carência de estudos acadêmicos sobre o assunto, especialmente no Brasil. Portanto, este trabalho visa também oferecer novas perspectivas científicas e sociais sobre a autolesão, desmistificando e reduzindo o estigma associado a essa prática.

Palavras – chave: Adolescentes; bloqueio de contato; comunicação; saúde mental.

ABSTRACT

This study addresses self-injury as a form of communicative expression in adolescence, suggesting a perspective that transcends the traditional understanding of this act as merely physical harm. Conducted under the principles of Gestalt Therapy, a psychological approach that emphasizes the perception of the totality of an individual's experience and the dynamic relationships between the individual and their environment, this exploratory research adopts a qualitative analysis methodology of academic sources. The article is justified by the importance of understanding the emotional and behavioral dilemmas faced by adolescents who turn to self-injury as a way to externalize their internal feelings. The findings conclude that although self-injurious behavior is common in various social contexts, there is a significant lack of academic studies on the subject, particularly in Brazil. Thus, this work also aims to offer new scientific and social perspectives on self-injury, demystifying and reducing the stigma associated with this practice.

Keywords: Adolescents: Contact inhibition; communication; mental health.

Sumário

1	INTRODUÇÃO	7
2	PROCEDIMENTOS METODOLOGICOS.....	8
3	REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.....	8
3.1	A Gestalt-Terapia no processo autolesivo	8
3.2	Autolesão, estigma social e comunicação	12
4	ANÁLISE E DISCUSSÃO	15
4.1	Manejos terapêuticos da autolesão em adolescentes	15
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	19
	REFERÊNCIAS	20

1 INTRODUÇÃO

A adolescência é determinada como a fase complexa que marca e reflete a transição da infância para a vida adulta, em que o adolescente está ativamente construindo sua identidade (Santos, Andrade e Bueno, 2015; Papalia e Feldman, 2013).

“A prática de autolesão consiste na agressão deliberada e direta ao próprio corpo, sem intenção consciente de suicídio e com consequências não fatais” (Avanci et al., 2023, p.14). Diante da complexidade desse comportamento, o estudo se debruça sobre a problemática de como explorar a autolesão enquanto forma de comunicação na adolescência, considerando os desafios dessa etapa de desenvolvimento. A hipótese central sugere que uma abordagem eficaz pode ser alcançada por meio da integração de perspectivas psicológicas e existenciais, com intervenções que fomentem o autoconhecimento, habilidades emocionais e relações interpessoais saudáveis, potencializando expressões mais adaptativas e reduzindo comportamentos autodestrutivos.

Perante isso, este estudo objetiva explorar a motivação para a autolesão nesse grupo etário, abordando-a não apenas como uma prática de dano físico, mas também como uma linguagem emocional, mergulhando nas dimensões psicológicas e existenciais que acompanham tal comportamento. A relevância deste estudo reside na necessidade emergente de compreender os dilemas emocionais e comportamentais enfrentados pelos adolescentes que recorrem a autolesão como uma forma de externalizar o que estão sentindo dentro de si.

O presente estudo foi estruturado em cinco seções. Na seção de introdução, encontra-se a contextualização do tema, abordando o que é a adolescência e o processo de autolesão segundo os autores citados, bem como a justificativa da pesquisa. Na seção metodológica, será descrito todo o percurso para alcançar os objetivos propostos. Na seção de revisão bibliográfica e análise e discussão apresenta-se o embasamento teórico fundamental sobre a temática que foi apresentada. A análise e discussão centra-se nos manejos terapêuticos da autolesão na adolescência. Na seção de considerações finais, será abordado as considerações da pesquisa, apresentando implicações práticas e teóricas para a prática psicológica

e futuras pesquisas. Por fim, na seção de referências, mostra-se os referenciais utilizados para embasar o presente estudo.

2 PROCEDIMENTOS METODOLOGICOS

Procedimentos metodológicos correspondem a todo conjunto de tomada de decisões e ações quanto à escolha das técnicas de pesquisa e método para o desenvolvimento de um trabalho científico (Frossard, 2017). Visto isso, este estudo é caracterizado como uma pesquisa bibliográfica, uma vez que foi conduzido utilizando materiais previamente elaborados, principalmente livros e artigos científicos. Portanto, o caráter exploratório desta pesquisa possibilita um planejamento flexível, o que facilita a exploração de diferentes aspectos relacionados ao fenômeno em estudo.

Com isso, este artigo caracteriza-se pela compreensão de dados e leituras a partir do tema proposto, fornecendo informações qualitativas, visto a necessidade de compreender tanto a fase da adolescência quanto a utilização da autolesão como forma de expressão, possuindo uma abordagem terapêutica contemporânea eficaz.

Para compor este presente trabalho, foram selecionados 22 (Vinte e dois) materiais de acordo com o objetivo do tema referido. Os critérios de inclusão usados foram: estudos publicados em português, inglês e espanhol, analisando atentamente à títulos, resumos e palavras-chave como, Adolescentes; bloqueio de contato; comunicação; saúde mental que seriam utilizados seguindo os critérios adotados. Diante disso, realizou-se uma leitura exploratória de cunho analítico, interpretativo e seletivo de artigos, livros e revistas do tema proposto.

Dessa forma, essa pesquisa foi fundamentada através de artigos científicos e revistas da área de psicologia e medicina. Foram acessados portais periódicos no *Scientific Electronic Library Online (scielo)*, periódicos de revistas de universidades brasileiras, Periódicos Eletrônicos em Psicologia (Pepsic) e livros relacionados ao tema, buscando palavras-chave.

3 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

3.1 A Gestalt-Terapia no processo autolesivo

A Gestalt-Terapia, fundamentada nos trabalhos de Fritz Perls, Laura Perls e Paul Goodman, surge como uma abordagem holística e fenomenológica da psicologia, enfatizando a percepção da totalidade da experiência individual. Segundo Schetinger (2023), a psicologia da Gestalt se distancia das abordagens positivistas ao focar o sujeito como um todo integrado, combinando aspectos internos e externos, ao invés de meramente considerá-lo como a soma de suas partes.

Este enfoque na totalidade e na experiência imediata é crucial para entender a autolesão na adolescência como uma forma de expressão comunicativa. Segundo Perls *et al.* (1951), a Gestalt-Terapia concentra-se na forma como o indivíduo entra em contato com seu ambiente e consigo mesmo. Esse contato ele é interpretado como uma interação física, e como uma experiência emocional e psicológica que molda a percepção de si e do mundo.

Em conformidade a Perls *et al.*, Freitas (2016) traz que o ser humano é percebido como um fenômeno que se revela progressivamente e é caracterizado por sua complexidade. Ele está em constante reorganização conforme suas necessidades e, por isso, não pode ser completamente conhecido ou descrito como tendo características fixas e imutáveis. Além disso, o indivíduo é visto como parte de um contexto ou campo, no qual está situado no tempo e no espaço, influenciando e sendo influenciado por este ambiente de forma contínua.

Sendo assim, segundo o foco da Gestalt-Terapia, a autolesão pode emergir quando o adolescente não consegue manejar adequadamente suas necessidades psicológicas ou quando o contato com o próprio ambiente é perturbado. Nesse contexto, a autoagressão se torna uma estratégia de coping, refletindo falhas no processo de contato e na integração do self, onde a pessoa luta para manter a homeostase emocional e psicológica frente a desafios internos e externos.

Na abordagem da Gestalt-Terapia, o entendimento do self e seus mecanismos de ajustamento criativo são fundamentais para compreender a autolesão. Perls *et al.* (1951), o self é visto como um processo dinâmico e em constante evolução, onde o indivíduo se ajusta criativamente ao seu ambiente. Essa perspectiva é particularmente relevante ao considerarmos comportamentos autodestrutivos, como a autolesão, que podem ser interpretados como tentativas de ajustamento em contextos em que outras formas de expressão ou necessidades básicas não são atendidas. Assim, a autolesão

emerge como uma forma de comunicação de angústias ou necessidades não verbalizadas, refletindo um apelo por compreensão ou ajuda.

Ainda dentro de alguns conceitos da Gestalt-Terapia, entra o conceito do campo organismo/ambiente também central na Gestalt-Terapia, conforme Yontef (1993) destaca, apontando para a visão de que o comportamento é indissociável do contexto em que ocorre:

A noção de campo organismo/ambiente enfatiza que o comportamento não pode ser totalmente compreendido sem levar em consideração o ambiente e o contexto no qual o indivíduo está inserido. Esta perspectiva é fundamental para entender como a autolesão emerge não apenas como um ato isolado, mas como uma expressão da dinâmica interação entre o adolescente e seu ambiente, refletindo as tensões e conflitos não resolvidos dentro desse campo relacional, (Yontef, 1993, p. 202).

Em conformidade com Yontef (1993), Alvim *et al.* (2010) traz que na Gestalt-terapia, considera-se que o funcionamento humano saudável depende da habilidade de um organismo em estabelecer contato, o que é descrito como um ajuste criativo entre o organismo e seu ambiente. Isso envolve estar atento às novidades no ambiente, selecionando aquelas que podem ser assimiladas e descartando as que não podem, com o objetivo de criar soluções que fomentem o crescimento e a autorregulação desse campo organismo-ambiente.

“A autorregulação pode ser compreendida como uma busca constante por satisfazer as necessidades do organismo, de forma a alcançar o equilíbrio.” (Schetinger, 2023, p.22). No processo de autorregulação, o organismo, ao enfrentar desequilíbrios durante interações, procura métodos para se reestabelecer e alcançar um estado de equilíbrio e satisfação de suas necessidades (Schetinger, 2023). Em conformidade a isso, Tenório (2008) traz que na perspectiva da gestalt terapia, um estado saudável é caracterizado pelo fluxo contínuo de autoregulação, onde o processo constante de formação e destruição de figuras ocorre sem interrupções. Este fluxo é uma expressão da vitalidade natural e do funcionamento saudável, refletindo o impulso para a atualização do self e a realização completa das necessidades do indivíduo. Isso envolve um contato ininterrupto e satisfatório tanto com o ambiente quanto consigo mesmo.

Incorporando a perspectiva da Gestalt-Terapia na análise da autolesão, é imperativo reconhecer que tal comportamento não emerge no vácuo, mas é profundamente enraizado na interação dinâmica entre o indivíduo e seu ambiente. Esta compreensão, conforme discutido por Yontef (1993), destaca a necessidade de

uma abordagem terapêutica que transcenda a mera focalização nos sintomas, abrangendo uma análise holística das circunstâncias que envolvem o indivíduo. A autolesão, portanto, é vista não apenas como uma manifestação de uma luta interna, mas também como um indicativo de desajustes no relacionamento do indivíduo com o mundo externo.

Frazão e Fukumitsu (2017) traz que todos os comportamentos disfuncionais podem ser interpretados como manifestações de um desejo por acolhimento e respeito, além de serem considerados retroflexões disfuncionais. Assim, tais comportamentos também podem ser vistos como formas de agressividade que não foram adequadamente direcionadas. Esse fenômeno pode ser particularmente relevante no contexto da autolesão, onde o comportamento autodestrutivo pode ser visto como uma forma de retroflexão.

O conceito de retroflexão é central na Gestalt-terapia para entender comportamentos como a autolesão, na Gestalt-terapia, a retroflexão é entendida como um mecanismo pelo qual a pessoa interrompe a ação voltada para o ambiente e redireciona essa energia para si mesma, agindo como se fosse o próprio meio. Segundo Alvim *et al.* (2010) este processo é caracterizado por um indivíduo que direciona a si mesmo ações que originalmente gostaria de dirigir a outra pessoa.

A autolesão, neste caso, manifesta-se quando o indivíduo, incapaz de expressar sua agressividade ou frustração de maneira externa e saudável, volta essa energia agressiva contra si mesmo, podendo ser uma tentativa de lidar com sentimentos de dor ou conflito interno, demonstrando a complexidade do contato do indivíduo consigo mesmo e com seu ambiente (Alvim *et al.*, 2010). Perante isso, a Gestalt-Terapia, oferece uma abordagem holística e fenomenológica à psicologia, que é crucial para entender fenômenos complexos como a autolesão na adolescência. Esta abordagem enfoca a totalidade da experiência individual, e também destaca a dinâmica interação entre o indivíduo e seu ambiente.

Estes conceitos fornecem uma base sólida para compreender a autolesão como uma forma de comunicação, ressaltando a abordagem holística e contextual da Gestalt-Terapia no tratamento de comportamentos autodestrutivos, além disso, ressaltam a importância de abordagens terapêuticas que focam no aumento da consciência sobre o próprio ser e no encorajamento de um contato mais integrado e satisfatório com o mundo, oferecendo caminhos alternativos para a expressão de

necessidades e emoções, visando uma recuperação mais efetiva e um bem-estar duradouro.

3.2 Autolesão, estigma social e comunicação

Segundo Avanci et al. (2023), a autolesão é caracterizada por atos de agressão intencionais e diretos ao próprio corpo, realizados sem o desejo consciente de suicídio e que não resultam em fatalidades. De acordo com a Associação Americana De Psiquiatria (2013) essa conduta implica que o indivíduo se inflige ferimentos, sem a intenção explícita de causar a própria morte, sendo essas ações consideradas socialmente inaceitáveis.

Frazão e Fukumitsu (2017) traz que a impulsividade é uma característica marcante nos comportamentos de autolesão, onde, frente à necessidade de alívio imediato dos sofrimentos causados por conflitos ambientais, a pessoa recorre ao método disfuncional e conhecido de se mutilar. Para Lopes et al. (2019) a autolesão entre adolescentes é reconhecida como um significativo desafio de saúde pública, sendo entendida como o resultado de um conjunto complexo de interações. Essas interações incluem variáveis genéticas, biológicas, psiquiátricas, psicológicas, sociais e culturais.

Ao se tratar de adolescentes, é notório que a sociedade possui um poder significativo sob a vida dos mesmos, e é nesse ponto que entra o estigma social na vida dos mesmos, moldando as interações sociais e a percepção das pessoas em relação a certos comportamentos, características ou identidades. De acordo com Leão e Lussi (2021) o estigma social ou público é uma crença errônea acerca da identidade de uma pessoa, em que ela é considerada como menor, menos igual e pertencente a um grupo inferior, o que produz uma incorporação no âmbito social e cria a inferioridade. Durante a adolescência, a influência cultural na formação da autoimagem e regulação emocional é profunda.

Erikson (1968) observa indiretamente que as expectativas culturais moldam as percepções que os jovens têm de si mesmos, podendo levar a comportamentos de autolesão quando há uma discrepância entre estas expectativas e a autoimagem do indivíduo. Este período de desenvolvimento da identidade e autonomia é, portanto, delicadamente influenciado pelo tecido cultural no qual o adolescente está imerso. O

estigma social em relação à autolesão agrava o isolamento e a vergonha entre os jovens.

Heath et al. (2008) exploram como a sociedade frequentemente marginaliza indivíduos que praticam autolesão, destacando que essa exclusão reflete uma interrupção no ciclo de contato gestáltico. Essa interrupção é principalmente devido a preconceitos sociais que impedem o desenvolvimento de conexões significativas. Eles argumentam que esses preconceitos não apenas isolam os indivíduos, mas também os impedem de acessar suporte e compreensão da comunidade. Essa falta de conexão pode exacerbar os sentimentos de isolamento e angústia que frequentemente acompanham a autolesão, reforçando o ciclo de comportamentos negativos e exclusão social.

O ser humano sempre buscou conexão e interação com seus semelhantes. A história da humanidade mostra que a capacidade de comunicar ideias e sentimentos é fundamental para o desenvolvimento e a sobrevivência. “É necessário compreender o sujeito como um ser de relação, e que estar em contato é intrínseco a sua existência” (Schetinger, 2023, p.21). Essa ideia é apoiada por Galli (2007) quando o mesmo enfatiza a importância dessa característica, indicando que a própria natureza humana é moldada pela necessidade de comunicação dentro do contexto social.

Ainda de acordo com Galli (2007) a natureza intrinsecamente social do homem se manifestou desde que as sociedades começaram a se formar, tornando a comunicação uma necessidade essencial. É por meio dessa comunicação que os indivíduos têm a capacidade de compartilhar ideias e experiências, algo fundamental tanto no passado quanto na atualidade. A comunicação pode ser entendida como o “processo social básico de produção e partilhamento do sentido através da materialização de formas simbólicas” (França, 2005, p.39 apud Camargo, 2012). Sendo assim, denota-se que a comunicação como um fenômeno intrinsecamente social, que transcende a simples troca de informações. Ela enfatiza a criação e a troca de significados por meio de símbolos, fundamentais para a compreensão mútua e a interação humana.

Dentro do campo da Gestalt-Terapia, a comunicação transcende a mera troca de palavras, abrangendo um complexo processo que engloba corpo, emoções e mente, integrando tanto expressões verbais quanto não-verbais. Esta concepção holística da comunicação é crucial para compreender a autolesão na adolescência

como uma forma de comunicação. Erving e Miriam Polster destacam essa perspectiva, afirmando que "o processo de contato é vital na Gestalt-Terapia, servindo como uma janela para as necessidades e emoções não atendidas expressas através de comunicação não-verbal" (Polster e Polster, 1973, p. 45). Este enfoque sublinha a importância de reconhecer gestos, expressões faciais e até a autolesão como expressões significativas do mundo interno do indivíduo.

A interação entre a prática de autolesão e os estigmas sociais, como analisado por diversos autores, reflete uma dinâmica complexa que permeia as experiências dos adolescentes. Avanci et al. (2023) e APA (2013) destacam a autolesão como um ato sem intenção suicida, porém socialmente inaceitável, ressaltando a necessidade de abordagens que entendam as causas subjacentes desse comportamento.

Lopes et al. (2019) e Leão e Lussi (2021) reforçam o papel do estigma social como um fator que molda negativamente a percepção pública em torno dos adolescentes que se autolesionam, contribuindo para a exclusão e a dificuldade em buscar ajuda. Esta exclusão é criticada por Erikson (1968) e Heath et al. (2008), que apontam como o estigma e a marginalização interrompem o ciclo de contato gestáltico, essencial para a formação de conexões autênticas e o apoio emocional necessário. Ao compreender a comunicação no contexto da autolesão, autores como Galli (2007) e França (2005) apud Camargo (2012) ampliam nossa visão, propondo que a comunicação é um processo fundamental para a coexistência e o compartilhamento de significados dentro da sociedade.

Essa perspectiva é crucial para entender a autolesão como uma forma não-verbal de comunicação de dor e angústia, um pedido por ajuda frequentemente incompreendido devido aos estigmas associados. Portanto, é imprescindível que os terapeutas e a comunidade em geral desenvolvam uma maior sensibilidade para decodificar essas mensagens expressas através da autolesão, facilitando um diálogo construtivo que possa realmente atender às necessidades emocionais dos adolescentes, conforme destacado por Polster e Polster (1973). Desta forma, o desafio é transformar o entendimento da autolesão de um tabu em um ponto de partida para o apoio efetivo e a inclusão social.

4 ANÁLISE E DISCUSSÃO

4.1 Manejos terapêuticos da autolesão na adolescência

A relação entre as transformações na adolescência e os comportamentos de autolesão são significativos e revela aspectos críticos do desenvolvimento e das estratégias de coping dos jovens. Durante a adolescência, um período definido pela Organização Mundial De Saúde como estendendo-se dos 10 aos 19 anos, os jovens enfrentam mudanças drásticas em vários domínios de suas vidas, incluindo físico, cognitivo, emocional e social (OMS, 2023).

Santos, Andrade e Bueno (2015) e Papalia e Feldman (2013) destacam também que a adolescência é uma fase de intensa construção de identidade, onde os adolescentes buscam se definir e encontrar seu lugar no mundo. Perante isso, para a realização dos manejos terapêuticos é fundamental abordar as relações interpessoais dos adolescentes, uma vez que a autolesão pode ser um reflexo de conflitos ou dificuldades nesses relacionamentos. Visto isso, Pinto (2015) enfatiza que uma compreensão diagnóstica eficaz requer a consideração do sujeito em sua totalidade, observando como ele estabelece seu campo, as inter-relações que constituem seus fenômenos e como explora suas potencialidades.

No que refere-se a autolesão, Frazão e Fukumitsu (2017) abordam que é comum que indivíduos que praticam autolesão descrevam uma sensação de controle sobre a situação, uma vez que podem escolher especificamente o local, a profundidade e o tamanho do corte que fazem em si mesmos. Frazão e Fukumitsu (2017) ainda trazem que a compreensão da autodestruição requer um exame cuidadoso que transcende a manifestação física da enfermidade.

É fundamental adotar uma perspectiva que considere o que é essencial para o ser humano, investigando meticulosamente os diversos fatores que motivam a ação de se destruir. Nesse cenário complexo e muitas vezes tumultuado, entender que a autolesão pode emergir não apenas como uma expressão de dor emocional, mas também como uma forma de comunicação, conforme explicado por Klonsky (2007).

Para Couto e Cunha (2017), a autolesão é muitas vezes também uma tentativa dos adolescentes de restaurar o equilíbrio interno perturbado, funcionando como um método para alcançar a homeostase entre o indivíduo e seu ambiente. Os atos de cortar-se ou queimar-se deliberadamente podem ser interpretados, através da lente

da Gestalt-Terapia, como tentativas de lidar com conflitos internos e de expressar sentimentos que não encontram espaço para ser verbalizados.

Schetinger (2023) compreende que "O corpo se torna uma fonte de expressão das perturbações internas e externas nas relações desse organismo com o ambiente, o sintoma aparece então como um caminho para o alívio das perturbações." (Schetinger, 2023, p.30). Visto isso, Couto e Cunha (2017), aborda:

A terapia gestáltica busca facilitar a reflexão sobre o papel da conduta autolesiva no organismo; levantar a discussão acerca da interlocução da Gestalt-terapia e corpo; pensar na autolesão como um ajustamento criativo e fomentar a reflexão acerca do posicionamento do Gestalt-terapeuta em contato com um cliente que tem a prática da autolesão (Couto & Cunha, 2017, p.236) .

Visando as estratégias de manejo terapêuticos, a abordagem gestáltica incentiva a exploração da consciência plena e da responsabilidade pessoal, visando integrar os aspectos fragmentados do self, o que inclui a expressão de dor e sofrimento de forma mais saudável e comunicativa (Perls et al.,1951). Frazão e Fukumitsu (2017) abordam que uma maneira de manejar o comportamentos autodestrutivos envolve promover ao paciente reflexões sobre os pensamentos negativos que reforçam o estigma.

De acordo com Couto e Cunha (2017), a terapia gestáltica é direcionada para promover uma análise profunda sobre o papel do comportamento autolesivo na vida do indivíduo. Ela também enfoca o entendimento da autolesão sob a perspectiva de um ajustamento criativo e incentiva uma discussão sobre como os terapeutas gestálticos interagem com clientes envolvidos nesse tipo de prática.

Em concordância com Couto e Cunha (2017), Schetinger (2023) aborda que o sintoma é visto como um ajuste criativo do sujeito em resposta às suas relações e uma forma de comunicação com o mundo. Esse ajustamento inicia um processo dinâmico através do qual o organismo busca se autorregular e restaurar o equilíbrio nas circunstâncias em que se encontra. Nesse sentido, Schetinger (2023) fala que "O sintoma, então, é uma forma de comunicação e é tomando consciência da doença que se torna possível desenvolver uma solução, assim a doença é a resposta, é um caminho para o processo de cura." (Schetinger, 2023, p.27).

A autolesão, neste contexto, pode ser interpretada como uma tentativa de manifestar emoções reprimidas ou não reconhecidas. Couto e cunha (2017), destacam a utilidade da Gestalt-terapia, especialmente quando focada na relação

entre o corpo, a pessoa e o mundo. De acordo com Schetinger (2023) Esta abordagem holística ajuda os adolescentes a entender como suas ações refletem e são influenciadas por seus estados emocional e físico.

A compreensão do comportamento humano e de suas emoções é frequentemente explorada através de diferentes perspectivas psicológicas no que se refere a comportamentos autodestrutivos, além da abordagem gestáltica, destaca-se também a abordagem cognitiva, que propõe que nossas emoções e comportamentos são moldados pelas percepções que temos do mundo ao nosso redor.

Essa visão é sustentada por teóricos como Beck e seus colaboradores, que afirmam: "Essa abordagem se debruça sobre o pressuposto de que o afeto e o comportamento de uma pessoa são influenciados pela maneira como ela percebe o mundo" (Beck et al., 1997). Percebe-se então que a abordagem cognitiva oferece uma perspectiva complementar à Gestalt-Terapia, centrando-se na ideia de que a experiência e a percepção são fundamentais para a compreensão do comportamento humano.

No manejo dos pacientes que recorrem a autolesão como forma de externalizar o que estão sentindo dentro de si, abordando a perspectiva gestáltica Frazão e Fukumitsu (2017) destacam que, no manejo do sofrimento existencial decorrente de comportamentos suicidas e autolesivos, a principal conduta adotada consiste em estimular a pessoa a experimentar novas atividades como uma forma de reinvenção pessoal. Diante disto, percebe-se que a busca por novas experiências pode fornecer uma oportunidade de redefinir a própria identidade, e de ajudar a criar um sentido renovado de propósito e possibilidade.

Nesse sentido, Frazão e Fukumitsu (2017, p.51) aborda também que: "No manejo de indivíduos em sofrimento existencial, enfatizo o respeito da pessoa para com ela mesma". Ao encorajar a pessoa a desenvolver respeito por si mesma, facilita-se um processo de cura e entendimento pessoal mais profundo.

Esse enfoque ajuda o indivíduo a reconhecer e valorizar sua própria dignidade e valor, elementos cruciais para superar períodos de crise e sofrimento. Este respeito próprio pode ser um passo vital para a reconstrução de sua autoimagem e estabilidade emocional. Além desse enfoque, Frazão e Fukumitsu (2017) abordam que o oposto de autodestruição é a autoconstrução e autodescoberta, pois a mesma energia usada

para destruir o que foi construído também pode ser canalizada para a reconstrução, especialmente quando ocorre uma resignificação.

A análise da autolesão na adolescência, sob a perspectiva da Gestalt-Terapia, oferece uma compreensão ampla sobre como esse comportamento pode ser interpretado não apenas como um ato de dano físico, mas como uma comunicação complexa de estados internos não verbalizados. Na revisão bibliográfica percebe-se que o comportamento autolesivo é frequentemente uma expressão de conflitos emocionais profundos, o que ressalta a importância de uma abordagem terapêutica que transcenda a simples contenção do sintoma.

Os autores referenciados no trabalho, como Perls et al. (1951) e Yontef (1993), discutem como a Gestalt-Terapia enfatiza a experiência no aqui e agora, o que é crucial para entender as ações autolesivas dos adolescentes como tentativas de ajustamento criativo em face de experiências emocionais avassaladoras. A terapia focada no contato e na awareness promove a integração de aspectos fragmentados do self, ajudando o indivíduo a encontrar novas formas de expressar e regular emoções.

Frazão e Fukumitsu (2017) adicionam uma dimensão importante ao debate ao discutir a necessidade de estimular novas experiências para que os adolescentes possam se reinventar, sugerindo que o mesmo ímpeto que leva à autodestruição pode ser redirecionado para a autoconstrução e autodescoberta. Essa ideia é reforçada pela discussão de Couto e Cunha (2017), que exploram como a autolesão pode ser entendida como um ajustamento criativo, onde a terapia deve focar em compreender e modificar o papel que esse comportamento desempenha na vida do adolescente.

Beck e colaboradores, com sua abordagem cognitiva, enfatizam como as percepções distorcidas e a interpretação de eventos influenciam os estados emocionais que podem levar à autolesão. Isso complementa a visão gestáltica ao sugerir que mudanças na percepção podem alterar a experiência emocional e, conseqüentemente, o comportamento.

A discussão entre os autores destaca um ponto crítico: a autolesão é multifatorial e envolve complexas interações entre o indivíduo, seu ambiente e suas experiências internas. A convergência das perspectivas gestálticas e cognitivas em um diálogo terapêutico enriquecido oferece uma base robusta para abordar não apenas os sintomas da autolesão, mas também suas raízes emocionais e

cognitivas. Integrar as visões de autores fundamentais no estudo da autolesão sob a ótica da Gestalt-Terapia e da terapia cognitiva proporciona uma compreensão mais holística e eficaz. Esse entendimento multidimensional é vital para o desenvolvimento de intervenções terapêuticas que respeitem a complexidade do comportamento autolesivo e promovam a saúde mental e emocional dos adolescentes.

O presente artigo propõe uma abordagem perspicaz ao estudar a autolesão na adolescência, considerando-a como uma forma de expressão comunicativa e não apenas como um ato de dano físico. Sob a ótica da Gestalt-Terapia, o estudo enfatiza a importância de entender as relações dinâmicas entre os adolescentes e seus ambientes, sugerindo que os comportamentos autolesivos podem ser interpretados como tentativas de comunicação de emoções e necessidades não verbalizadas.

Os resultados destacam a escassez de pesquisas sobre o tema no Brasil e a necessidade de intervenções terapêuticas que focam não somente na cessação do comportamento, mas também em compreender as motivações profundas e as emoções subjacentes, promovendo uma maior conscientização e comunicação efetiva das necessidades e sentimentos dos adolescentes. Este estudo chama a atenção para a desmistificação da autolesão e para a importância de abordagens terapêuticas holísticas e integrativas.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho investigou a autolesão na adolescência como uma forma de expressão comunicativa, destacando uma perspectiva que transcende o entendimento tradicional deste comportamento como meramente prejudicial. Através da lente da Gestalt-Terapia, foi possível explorar a complexidade das interações entre o indivíduo e seu ambiente, revelando como a autolesão pode ser um pedido por ajuda ou uma tentativa de lidar com conflitos internos não resolvidos.

Os resultados do estudo enfatizam a importância de abordagens terapêuticas que não apenas focam na cessação do comportamento autolesivo, mas também procuram entender as motivações subjacentes e as emoções não expressas. A Gestalt-Terapia, com seu foco na experiência imediata e nas relações dinâmicas entre o adolescente e seu ambiente, oferece ferramentas valiosas para auxiliar os jovens a

alcançar uma maior consciência de si e uma comunicação mais efetiva de suas necessidades e sentimentos.

Além disso, este estudo destaca a necessidade de pesquisas adicionais sobre a autolesão na adolescência no contexto brasileiro, onde existe uma carência de estudos focados nesta faixa etária e neste comportamento específico. É crucial que futuras pesquisas continuem a explorar este fenômeno para desenvolver intervenções mais eficazes e políticas públicas que possam melhor apoiar os adolescentes em risco.

A desmistificação da autolesão e a redução do estigma associado são essenciais para promover uma maior aceitação e suporte para os adolescentes que enfrentam esses desafios. Encorajar uma discussão aberta e educacional sobre a autolesão pode facilitar um ambiente mais acolhedor, onde os jovens se sentem seguros para buscar ajuda e expressar suas dificuldades sem medo de julgamento.

Este trabalho serve como um chamado para ação para profissionais da saúde mental, educadores e a comunidade em geral, para reconhecer a autolesão como uma questão complexa que requer uma abordagem compreensiva e multifacetada. A colaboração entre diferentes setores é vital para desenvolver estratégias efetivas que tratem os sintomas, e abordem as causas profundas da autolesão na adolescência.

REFERÊNCIAS

ALVIM, Mônica Botelho *et al.* "PODE DEIXAR QUE EU RESOLVO!": retroflexão e contemporaneidade. **"Pode Deixar Que Eu Resolvo!": RETROFLEXÃO E CONTEMPORANEIDADE**, [s. l.], v. 5, n. 1, p. 1-7, dez. 2010.

American Psychological Association (APA). (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5. ed.). Arlington: American Psychiatric Publishing.

AVANCI, Joviana Q. *et al.* **Comportamento suicida e autolesão na infância e adolescência: conversando com profissionais sobre formas de prevenção**. São Paulo: Artmed, 2023. 136 p.

Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1997). *Terapia cognitiva da depressão*. Porto Alegre: Artmed.

CAMARGO, Eder Pires de. *A comunicação e os contextos comunicativos como categorias de análise: a comunicação e os contextos comunicativos como categorias*

de análise. Scielo - Scientific Electronic Library Online: scielo, Sao Paulo, v. 1, n. 1, p. 1-18, jun. 2012.

ERIKSON, E. H. Identity: Youth and Crisis. Norton & Company, 1968.

FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima. QUADROS CLINICOS DISFUNCIONAIS: quadros clínicos disfuncionais. In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima. QUADROS CLINICOS DISFUNCIONAIS: quadros clínicos disfuncionais. 5. ed. Sao Paulo: Summus Editorial, 2017. Cap. 3. p. 1-165.

FREITAS, Julia Rezende Chaves Bittencourt de. A relação terapeuta-cliente na abordagem gestáltica: a relação terapeuta-cliente na abordagem gestáltica. A Relação Terapeuta-Cliente na Abordagem Gestáltica: A relação terapeuta-cliente na abordagem gestáltica, Rio de Janeiro, v. 13, n. 24, p. 1-20, 16 out. 2016.

FROSSARD, Fabio. Procedimentos Metodológicos, Método e Metodologia de Pesquisa: procedimentos metodológicos, método e metodologia de pesquisa. Aluno Expert: aluno expert, Sao Paulo, v. 1, n. 1, p. 1-10, jun. 2017. Disponível em: <https://alunoexpert.com.br/procedimentos-metodologicos/>. Acesso em: 06 maio 2024.

GALLI, Loeci Maria Pagano. COMUNICAÇÃO CONTEMPORÂNEA: uma visão da fenomenologia, gestalt-terapia e da hermenêutica. Stricto Sensu: stricto sensu, Porto Alegre, v. 1, n. 1, p. 1-228, jun. 2007.

HEATH, N. L.; TOSTE, J. R.; NEDECHEVA, T.; CHARLEBOIS, A. An examination of non-suicidal self-injury among college students. **Journal of Mental Health Counseling**, v. 30, n. 2, p. 137-156, 2008.

KLONSKY, E. D. The functions of deliberate self-injury: A review of the evidence. **Clinical Psychology Review**, v. 27, n. 2, p. 226-239, 2007.

LEÃO, Adriana; LUSSI, Isabela Aparecida de Oliveira. Estigmatização: consequências e possibilidades de enfrentamento em centros de convivência e cooperativas. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**: consequências e possibilidades de enfrentamento em Centros de Convivência e Cooperativas, [S.L.], v. 25, n. 1, p. 1-17, 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/interface.200474>.

LOPES, Paola Nogueira et al. Manual comportamento autolesivo: manual comportamento utolesivo. Coped: SUPED, Mato Grosso do Sul, v. 2, n. 1, p. 1-24, ago. 2019.

ORGANIZATION, World Health. Adolescent Health. 2023. Disponível em: <https://www.who.int/health-topics/adolescent-health>. Acesso em: 19 maio 2024.

PAPALIA, Diane E.; FELDMAN, Ruth Duskin. **Desenvolvimento Humano**. 12. Ed. Porto Alegre: Amgh, 2013. 800 p.

PERLS, F.; HEFFERLINE, R.; GOODMAN, P. **Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality**. Nova York: Julian Press, 1951.

PINTO, Ênio Brito. Elementos para uma compreensão diagnóstica em psicoterapia: o Ciclo de Contato e os modos de ser. Summus Editorial, 2015.

POLSTER, E.; POLSTER, M. Gestalt Therapy Integrated: Contours of Theory & Practice. Nova York: Vintage Books, 1973.

SANTOS, Flávia Heloísa dos; ANDRADE, Vivian Maria; BUENO, Orlando F. A. (org.). **Neuropsicologia hoje**. 2. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2015. 365 p.

SCHETINGER, Clara Luz. ALEGORIA DA DESTRUIÇÃO: RETROFLEXÃO E O SURGIMENTO DE DOENÇAS AUTOIMUNES: alegoria da destruição: retroflexão e o surgimento de doenças autoimunes. Ufg, Goiás, v. 1, n. 1, p. 1-53, 8 mar. 2023.

TENÓRIO, Carlene Maria Dias. O conceito de neurose em Gestalt terapia. Universitas: Ciências da Saúde, [S.L.], v. 1, n. 2, p. 1-12, 26 mar. 2008. Centro de Ensino Unificado de Brasília. <http://dx.doi.org/10.5102/ucs.v1i2.508>.

YONTEF, G. **Awareness, Dialogue, and Process: Essays on Gestalt Therapy**. Highland, NY: The Gestalt Journal Press, 1993.