

## LITERATURA E PSICOLOGIA: A RELAÇÃO TERAPÊUTICA ANALISADA A PARTIR DA EXPERIÊNCIA LITERÁRIA<sup>1</sup>

Luiz Andre Ferraz Carneiro<sup>2</sup>

Monalisa Maria Lauro<sup>3</sup>

### RESUMO:

A partir da abordagem fenomenológica, existencial e humanista, esse estudo examina o potencial da literatura clássica no desenvolvimento de competências fundamentais à prática clínica em psicologia. Com base em referenciais teóricos da psicologia e da literatura, propõe que a literatura clássica, com sua capacidade de representar a condição humana e suas complexidades, pode ser uma ferramenta formativa essencial para o aprimoramento das habilidades interpessoais do psicólogo clínico. Ao traçar uma analogia entre o ato de leitura e a experiência das relações terapêuticas, este trabalho evidencia como ambas promovem um encontro intersubjetivo que enriquece a compreensão mútua. Nesse sentido a experiência literária transcende a simples leitura e oferece uma oportunidade de explorar as nuances emocionais e simbólicas que espelham as interações humanas. E assim, o estudo sugere que integrar a literatura na formação de psicólogos pode trazer uma nova perspectiva ao trabalho clínico, aprimorando, por exemplo, a capacidade empática do profissional ao acolher a singularidade e alteridade de cada paciente.

**Palavras-chave:** Literatura clássica. Relação psicoterapêutica. Alteridade. Empatia

## LITERATURE AND PSYCHOLOGY: THE THERAPEUTIC RELATIONSHIP ANALYZED THROUGH THE LITERARY EXPERIENCE

### ABSTRACT:

Based on theoretical findings from psychology and literature, this study proposes classical literature, with its capacity to represent the richness of the human condition and its intricate complexities, as an essential formative tool for enhancing the interpersonal skills of clinical psychologists. From the perspective of authors in the phenomenological-existential approach, the study examines the potential of classical literature to develop key competencies that are crucial for effective clinical practice. By

---

<sup>1</sup>Artigo de trabalho de conclusão de curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Academia, na Linha de Psicologia, Literatura e Artes. Recebido em 25/10/2024 e aprovado, após reformulações, em 25/11 /2024.

<sup>2</sup>Discente do curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA). E-mail: luizferrazcarneiro@gmail.com

<sup>3</sup>Doutora em Psicologia pela Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) e docente do curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA). E-mail: monalisalauro@uniacademia.edu.br

drawing an analogy between the act of reading and the experience of therapeutic relationships, the work highlights how both foster an intersubjective encounter that deepens mutual understanding and enables a more profound emotional connection. Thus, this study suggests that integrating literature into psychologists' training can offer a new perspective on clinical work, enhancing the professional's empathic capacity to fully embrace the uniqueness and otherness of each patient, ultimately fostering a more holistic and compassionate approach to therapy.

**Keywords:** Classical literature. Therapeutic relationship. Otherness. Empathy.

## 1 INTRODUÇÃO

A literatura, rica em imagens, símbolos e narrativas, transcende o mero entretenimento ao emergir como uma poderosa ferramenta para sondar a experiência humana. Ela coloca o leitor em contato com o diverso e o desconhecido, revelando a complexidade dos afetos e conflitos característicos da condição humana. Conforme Villela (2015), a literatura oferece uma imersão temporária na perspectiva do outro, promovendo a empatia e a aceitação de realidades complexas que desafiam concepções simplistas e reducionistas. Esse movimento permite traçar um paralelo com a prática clínica, onde, à semelhança da relação leitor-texto, a interação dialógica entre terapeuta e paciente exige uma abertura genuína para a alteridade e a singularidade do outro, elementos essenciais para a construção de um vínculo terapêutico autêntico.

Cabe lembrar que historicamente a Psicologia Clínica foi um campo profundamente marcado por suas raízes na prática médica. Como destaca Moreira, Romagnoli e Neves (2007), o desenvolvimento da clínica psicológica, voltada para uma abordagem direta e humanizada do paciente, refletiu transformações substanciais que ocorreram especialmente a partir do século XIX. Esses avanços técnicos e teóricos ampliaram as possibilidades da prática clínica, porém, demandaram também uma nova compreensão sobre a relação interpessoal e os objetivos terapêuticos, afastando-se do foco estritamente físico e biologizante, aproximando-se da complexidade psicológica.

Ainda segundo Moreira, Romagnoli e Neves (2007), a evolução tecnológica e o avanço na especialização médica resultaram em uma prática mais técnica e fragmentada, alterando a dinâmica entre médico e paciente. Esse desenvolvimento

distanciou-os de uma interação humanizada, substituindo o vínculo próximo por interações objetivas e orientadas ao uso de dispositivos. No final do século XIX e início do XX, esse cenário impulsionou a prática clínica, sobretudo no âmbito da psiquiatria e psicopatologia, a se afastar das intervenções exclusivamente físicas e a valorizar a expressão e a fala do paciente, abrindo espaço para uma abordagem mais integrativa e personalizada.

Nesse contexto, iniciou-se uma nova dinâmica referente ao saber clínico, como pode ser observado na Psicanálise de Freud, e nas subsequentes teorias psicodinâmicas de seus dissidentes, como, por exemplo, a Psicologia Analítica de Jung, a Psicologia Individual de Adler etc. Nesse mesmo período, também já é possível encontrar discussões teóricas que promovem o terapeuta a facilitador do autoconhecimento e da elaboração pessoal, criando uma abordagem que privilegia o vínculo e distancia-se da técnica rígida da medicina, como é o exemplo da Daseinanalyse de Ludwig Binswanger. Para Binswanger (2001), o vínculo terapêutico transcende as técnicas isoladas e necessita de um contato humano autêntico, baseado em confiança e respeito, no qual o paciente é visto integralmente, e não como objeto a ser corrigido.

Nesse cenário de transformação da prática clínica, Villela (2015) propõe que a literatura clássica emerge como uma ferramenta essencial para fortalecer a relação e o vínculo terapêutico, além de promover o desenvolvimento das habilidades fundamentais do psicólogo clínico. Essas habilidades — especialmente aquelas voltadas ao acolhimento e à compreensão das complexidades humanas — são enriquecidas pela leitura literária, que oferece ao terapeuta uma lente ampliada para interpretar e acolher as subjetividades únicas que emergem no processo terapêutico.

Dessa forma, este trabalho busca promover uma discussão sobre o papel da literatura, não como um recurso acessório, mas como um elemento formativo essencial, capaz de aprimorar as habilidades interpessoais cruciais à prática clínica. Ao propor uma ponte entre a experiência literária e as relações humanas — particularmente as que se estabelecem no âmbito psicoterapêutico — sugere-se que o espaço clínico seja compreendido como um território aberto ao outro e ao desconhecido. Nele, terapeuta e paciente embarcam juntos em um percurso de descobertas e significados em constante construção. Assim como na literatura, o diálogo clínico se expande para o inesperado, revelando camadas de sentido que

ultrapassam o visível e que oferecem novas possibilidades de compreensão, propondo um campo de reflexão que este trabalho se dispõe a explorar.

Para atingir o objetivo deste estudo, foi conduzida uma pesquisa bibliográfica nas bases eletrônicas, *SciELO*, *Pepsic* e *Redalyc*, utilizando as palavras-chave: "literatura clássica", "psicoterapia existencial", "psicologia fenomenológica" e "habilidades interpessoais do psicólogo". Além de artigos sobre a interseção entre literatura e psicologia, subjetividade humana, habilidades da prática clínica, foram analisados textos de autores da abordagem fenomenológica, existencial e humanista, como Binswanger, Frankl e Rogers, e obras literárias clássicas que abordam as experiências e as relações humanas.

## 2 OS FUNDAMENTOS DA PRÁTICA CLÍNICA

A Psicologia, em suas diversas abordagens teóricas — como Psicanálise, Psicologia Cognitiva, Psicologia Comportamental e Psicologia Existencial Fenomenológica, Existencial e Humanista — apresenta-se como um campo de produção científica vasto e dinâmico. Cada uma dessas vertentes oferece contribuições valiosas para a compreensão da subjetividade humana, além de fornecer bases teóricas e técnicas que fundamentam a prática clínica. Embora haja divergências quanto à definição exata do que constitui o campo da psicoterapia, em 2022, o Conselho Federal de Psicologia (CFP) ofereceu uma descrição que integra seus principais elementos, destacando a técnica, a teoria e, sobretudo, a relação interpessoal, como pilares fundamentais do processo terapêutico. Conforme define o CFP (2022, p.11):

[...] a psicoterapia é um campo de conhecimentos teóricos e técnicos, e uma prática de intervenção sustentada por esses conhecimentos, que se desenvolve em um relacionamento interpessoal. O processo psicoterapêutico se respalda em métodos e técnicas, sob uma perspectiva biopsicossocial, reconhecidos pela ciência por sua eficiência e eficácia, e orientados pela ética profissional.

Os pilares fundamentais que sustentam a psicoterapia — a técnica, a teoria e a relação interpessoal — são essenciais para a eficácia do processo terapêutico e constituem o alicerce da prática clínica psicológica. Nesse contexto, a articulação entre teoria e técnica é indispensável, uma vez que uma prática desprovida de base

teórica carece de direcionamento e justificativa, enquanto uma teoria sem aplicabilidade perde sua relevância prática. Como enfatiza Holanda (2009, p.41-42):

Teoria e técnica são, contudo, indissociáveis. [...] Ocorre que uma prática sem fundamento, é vazia, mas quando fundamentada, implica numa 'ação' concreta. Analisada em um duplo aspecto, a técnica é subjetivamente, habilidade e perícia (relativa à techné grega, arte) e, objetivamente, um conjunto instrumental (processos usados na ação humana)

A integração entre teoria e técnica, portanto, é essencial para que a prática clínica tenha uma base sólida e eficaz. No entanto, é importante destacar que, além dessas duas dimensões, há um terceiro pilar igualmente fundamental para o processo terapêutico: a relação terapêutica. É por meio da relação, estabelecida entre terapeuta e paciente, que a teoria e a técnica ganham real significado e profundidade. A relação interpessoal não apenas sustenta, mas potencializa seus efeitos e ação, ou seja, como bem enfatiza o CFP (2022, p.11), a “psicoterapia, vista como um instrumento para promover mudança, requer o estabelecimento de uma relação entre duas ou mais pessoas, que é a base da intervenção”.

A partir dessa ótica, Koch (2022) entende que, embora o conceito de relação terapêutica tenha suas origens na Psicanálise, ele não se limita apenas aos tratamentos analíticos. A relação terapêutica está presente em todas as formas de psicoterapia e em qualquer relação entre médico e paciente, pois o vínculo que se estabelece influencia diretamente a adesão do paciente ao tratamento. Além disso, a autora enfatiza que o paciente, ao criar expectativas racionais e irracionais sobre o processo, se compromete na medida em que sente uma conexão com o profissional que o atende.

Não obstante, Ludwig Binswanger, um dos pioneiros da psicoterapia de base fenomenológico-existencial, trouxe contribuições importantes para o entendimento da relação terapêutica, destacando a importância da intersubjetividade nesse processo. Segundo Moreira (2010), ao contrário de uma abordagem meramente técnica ou teórica, Binswanger enfatizou a necessidade de compreender o ser humano em sua totalidade, levando em consideração a existência e a forma como ele se relaciona com o mundo e com os outros. Em seu texto **Sobre a Psicoterapia**, Binswanger (2001) entende a necessidade de se pensar a "psicoterapia" para além de uma simples intervenção técnica e se refere à maneira como o ser humano se encontra em uma relação justa com o outro. Como ele afirma:

A palavra psicoterapia é uma expressão técnica. A esfera em questão é a do ser em uma intersubjetividade, em uma relação justa com o semelhante ou a do ser com o mundo comunitário. Em todas as formas de psicoterapia médica, dois humanos ficam face a face, dois humanos de um modo ou de outro “relacionam-se um com o outro em uma recíproca dependência”, dois homens, de um modo ou de outro, “explicam-se um ao outro” (Binswanger, 2001, p. 144)

Nesse encontro, o terapeuta não se coloca como um mero especialista que prescreve soluções, mas como alguém que, em sua própria humanidade, entra em relação com o outro. Além disso, Binswanger (2001), ao discutir a possibilidade da psicoterapia, destaca que a interação entre o ser humano e seu semelhante não deve ser significativamente simplificada ou "reduzida" em três níveis. Primeiramente, não deve ser apenas uma relação entre dois parceiros — o doente e o médico —, ou seja, não deve ser despersonalizada, referindo-se apenas à "psique" do doente, enquanto o médico desaparece por trás de sua função técnica de terapeuta. Em segundo lugar, a relação não deve ser entendida apenas de modo unilateral, com a atenção sempre direcionada do médico para a psique do doente, sem que o processo ocorra na via oposta, ou seja, do paciente ao médico. Por fim, o vínculo entre eles deve ser visto como uma relação interpessoal genuína, e não apenas como um serviço prestado à "psique", que é tratada como um objeto de cuidado, similar ao tratamento de um animal ou planta. Em outras palavras, deve-se afastar da visão médica tradicional, em que a "psique" não é entendida como o próximo ou uma pessoa completa, mas como um conjunto de funções vitais a serem corrigidas.

Essa ênfase na relação autêntica entre terapeuta e paciente também encontra ressonância na obra de Carl Rogers, com o desenvolvimento de sua abordagem humanista, a Psicoterapia Centrada na Pessoa. Em consonância com as ideias de Binswanger, Rogers (2016) enfatiza que a eficácia da terapia não depende exclusivamente das técnicas utilizadas, mas da qualidade do vínculo estabelecido entre o terapeuta e a pessoa. Conforme aponta Moreira (2010), Rogers via a psicoterapia como uma interação significativa entre duas pessoas, e não como um processo técnico de diagnóstico e intervenção. No entanto, isso não implica que a psicoterapia rogeriana se abstenha de técnicas e teorias. Pelo contrário, essas ferramentas são utilizadas como suporte para a criação de um ambiente terapêutico seguro e acolhedor, onde o foco permanece na relação genuína e empática entre terapeuta e pessoa.

Sob essa perspectiva, Rogers (2016) propõe que o objetivo essencial da terapia é criar uma relação genuína e profundamente pessoal entre terapeuta e cliente, como afirma:

Se a terapia atingisse um nível ótimo, tanto intensiva como extensivamente, isso significaria que o terapeuta teria sido capaz de estabelecer com o cliente uma relação intensamente pessoal e subjetiva – não uma relação como a do cientista com o seu objeto de estudo, nem como a de um médico que procura diagnosticar e curar, mas como uma relação de pessoa a pessoa (Rogers, 2016, p. 210-211).

Com isso, entende-se que a relação proposta por Rogers (2016) se baseia na relevância de uma conexão humana genuína como parte do processo de cura e crescimento pessoal. Ao privilegiar essa relação de pessoa para pessoa, o terapeuta se coloca ao lado do cliente, criando um espaço de acolhimento e compreensão. Essa abordagem destaca, portanto, a psicoterapia como um processo colaborativo, no qual ambas as partes se engajam em um diálogo autêntico, fundamentado em confiança e aceitação mútua.

Como discutido até aqui, as bases que fundamentam a prática clínica — a técnica, a teoria e a relação interpessoal — são essenciais para a eficácia do processo terapêutico. No entanto, para que o terapeuta seja capaz de construir uma relação autêntica e eficaz com o cliente, como propuseram autores como Binswanger e Rogers, é necessário que ele desenvolva um conjunto de habilidades interpessoais específicas. Essas habilidades, que vão além do domínio técnico e teórico, são fundamentais para que se crie um ambiente de confiança e acolhimento, facilitando o processo de mudança e crescimento subjetivo. Diante disso, é crucial aprofundarmos a compreensão sobre quais são essas habilidades interpessoais e como elas podem ser cultivadas e aprimoradas na prática clínica.

## 2.1 AS HABILIDADES INTERPESSOAIS NA PRÁTICA CLÍNICA

Como visto anteriormente, a prática psicoterapêutica demanda do psicólogo mais do que a aplicação de técnicas e teorias. Ela requer um conjunto de habilidades interpessoais fundamentais que permitem ao terapeuta criar um ambiente propício ao crescimento e desenvolvimento psicológico. Como destaca o CFP:

[...] se a relação é a base de qualquer abordagem psicoterapêutica, apenas a aprendizagem de um modelo teórico é insuficiente para a realização da psicoterapia. Trata-se de processo revestido de grande complexidade, que envolve muitas outras habilidades, não apenas cognitivas, mas relacionais e pessoais [...] (CFP, 2022, p.12).

Nesse sentido, a psicoterapia, independentemente de sua abordagem, sempre envolve o encontro interpessoal. Esta característica fundamental deriva da ideia de que o “[...] processo psicoterapêutico se dá entre pessoas e por meio de relacionamentos [...]” (CFP, 2022, p.59). Dessa forma, o sucesso da terapia depende diretamente da qualidade da relação estabelecida entre terapeuta e paciente. Esse encontro exige do psicoterapeuta habilidades interpessoais, que, como destaca Stenzel (2021), são de grande complexidade, pois não se limitam ao conhecimento teórico ou ao esforço individual do profissional. Essas habilidades são moldadas pela interação entre o terapeuta e o cliente, e exigem uma capacidade de lidar com a natureza imprevisível e singular de cada encontro psicoterapêutico. Assim, o psicoterapeuta precisa estar preparado para adaptar-se a cada nova interação, sendo capaz de oferecer um espaço de acolhimento e compreensão para que a pessoa se sinta segura para explorar e refletir sobre suas questões.

A esse respeito, sob a perspectiva da Psicologia Fenomenológica, Existencial e Humanista, Rogers (2016) introduziu o conceito de atitudes facilitadoras, pilares essenciais para o estabelecimento de uma relação terapêutica genuína e eficaz. Essas atitudes — empatia, aceitação positiva incondicional e congruência — promovem um ambiente de segurança e acolhimento indispensável ao processo terapêutico. A aceitação positiva incondicional refere-se ao respeito e à validação genuína do terapeuta em relação à pessoa, acolhendo-a em sua totalidade, sem julgamentos, e oferecendo um espaço de valorização autêntica, ao respeitá-la como realmente ela é. Já a empatia permite ao terapeuta compreender o mundo do outro a partir de sua perspectiva, mantendo uma conexão profunda, mas evitando misturar-se emocionalmente com esse mundo. Rogers (2016, p.39) sintetiza essas habilidades ao afirmar:

[...] a relação que considere útil é caracterizada por um tipo de transparência de minha parte, onde meus sentimentos reais se mostram evidentes; por uma aceitação dessa outra pessoa como uma pessoa separada com valor por seu próprio mérito; e por uma compreensão empática profunda que me possibilita ver seu mundo particular através de seus olhos. Quando essas condições são

alcançadas, torno-me uma companhia para o meu cliente, acompanhando-o nessa busca assustadora de si mesmo, onde ele agora se sente livre para ingressar.

Além das habilidades de estima incondicional e compreensão empática, Rogers (2016) também ressalta a importância da congruência como essencial à relação terapêutica. Para o autor, a congruência representa uma aproximação entre a experiência vivida pelo indivíduo e sua tomada de consciência dessa experiência, o que resulta em um alinhamento autêntico entre o que é sentido internamente e o que é expresso externamente. Essa coerência facilita uma comunicação aberta e transparente, promovendo uma relação de confiança e crescimento mútuo entre terapeuta e cliente.

Quanto maior for a congruência da experiência, da consciência e da comunicação por parte de um indivíduo, mais a relação originada implicará: uma tendência para uma comunicação recíproca caracterizada por uma crescente congruência; uma tendência para uma compreensão mútua mais adequada da comunicação; uma melhoria da adaptação psicológica e do funcionamento de ambas as partes; satisfação recíproca na relação (Rogers, 2016, p.399).

Assim, compreende-se que a construção de uma prática psicoterapêutica genuína exige uma relação alicerçada na autenticidade entre terapeuta e paciente. Além disso, segundo Fontgalland e Moreira (2012) essa postura implica uma comunicação emocional profunda, que possibilita ao terapeuta ver o mundo “como se” fosse o cliente, preservando, contudo, sua própria perspectiva. Essas qualidades de empatia e autenticidade permitem ao terapeuta estabelecer uma conexão respeitosa e genuína, convertendo a terapia em um processo colaborativo e dialético, no qual a confiança e a aceitação mútua constroem a base de uma relação transformadora.

Contudo, como ressaltam Sartori, Del Prette e Del Prette (2017), essas habilidades interpessoais essenciais não são inatas, mas sim adquiridas e aprimoradas ao longo da formação acadêmica e profissional. Se fossem características naturais, argumentam os autores, deveriam figurar como critérios de seleção para o curso de psicologia, o que não ocorre. Portanto, a prática terapêutica depende tanto de uma predisposição pessoal quanto do cultivo contínuo dessas habilidades, que são fundamentais para uma atuação profissional eficaz e para a criação de vínculos terapêuticos significativos.

### 3 ALÉM DA PALAVRA ESCRITA: HABILIDADES INTERPESSOAIS E LITERATURA

Como discutido anteriormente, os pilares essenciais à prática psicoterapêutica envolvem habilidades interpessoais, como a aliança terapêutica, as expectativas do paciente; a autoconsciência, o respeito, a empatia etc. Além disso, evidenciou-se que essas habilidades fundamentais para a prática clínica podem ser desenvolvidas e refinadas ao longo da formação do psicólogo. As discussões dos tópicos precedentes foram cuidadosamente construídas para culminar neste ponto: a exploração da literatura, especialmente a clássica, como uma poderosa ferramenta para o desenvolvimento dessas habilidades.

Embora a intenção deste artigo não seja fundamentar uma distinção entre o que deve ser considerado uma boa ou má literatura, torna-se imprescindível demarcar a literatura à qual este trabalho se refere: a literatura clássica. Mas o que define uma obra como clássica? Segundo Calvino (2007), a literatura clássica compreende obras que transcendem seu tempo, oferecendo leituras profundas e universais sobre a condição humana. Essas obras são denominadas "clássicas" não apenas por seu valor estético, mas principalmente por sua capacidade de provocar reflexões que permanecem relevantes em diferentes contextos históricos e culturais. Como o próprio autor ressalta:

Os clássicos são aqueles livros que chegam até nós trazendo consigo as marcas das leituras que precederam a nossa e atrás de si os traços que deixaram na cultura ou nas culturas que atravessaram (ou mais simplesmente na linguagem ou nos costumes) (Calvino, 2007, p.11).

Essa definição do autor destaca o caráter atemporal das obras clássicas e sua capacidade de dialogar com diferentes épocas, culturas e leitores. Assim, uma obra clássica carrega em si o peso de todas as leituras e interpretações acumuladas ao longo do tempo, enriquecendo e ampliando suas camadas de significado. Em consonância com essa ideia, encontra-se em Villela (2015) a seguinte afirmação:

Uma obra é universal porque permanece, enquanto as histórias individuais começam e terminam. E ela permanece não simplesmente porque resiste fisicamente aos acidentes da história, mas porque sua grandiosidade poética não se deixa limitar pelas compreensões individuais. Uma obra é universal porque é ilimitada e infinita em suas possibilidades de significação (Villela, 2015, p.41).

A partir dessas ideias, evidencia-se que a literatura clássica transcende seu próprio tempo de produção e as circunstâncias históricas em que foi criada. Ela tem a capacidade de permanecer relevante porque toca em aspectos fundamentais da condição humana, que são experimentados de forma única por cada leitor, mas que também ressoam no transcorrer da história e das gerações.

Apesar de seu caráter universal e atemporal, Calvino (2007, p.12) ressalta que "os clássicos são livros que, quanto mais pensamos conhecer por ouvir dizer, quando são lidos de fato mais se revelam novos, inesperados, inéditos". Essa renovação constante do significado, segundo Santos (2018), ocorre porque a literatura, através de suas narrativas, personagens e metáforas, nos convida a explorar e compreender a complexidade da condição humana, provocando reflexões e efeitos variados em quem se depara com essas obras. Esse processo de leitura não é estático; pelo contrário, ele se transforma continuamente a cada novo engajamento do leitor com o texto.

Tendo em vista essas características da literatura clássica, nos próximos tópicos será explorada a relação entre o ato da leitura e as interações terapeuta-paciente desenvolvidas na clínica. A premissa básica adotada neste trabalho é a de que, assim como a leitura de uma obra clássica é um processo de transformação contínua e renovação, também é possível pensar a relação psicoterapêutica a partir de uma dinâmica semelhante, onde ambos, terapeuta e paciente, se envolvem em um processo de descoberta e reelaboração constante.

### 3.1 O ATO DA LEITURA E A RELAÇÃO PSICOTERAPÊUTICA

Segundo Villela (2015, p.30), "toda leitura é marcada pelo encontro entre dois mundos: o leitor e o livro". Essa afirmação nos leva a refletir sobre a natureza desse encontro, que envolve dois universos distintos. De um lado, tem-se o mundo do leitor, carregado de suas experiências, valores e percepções, já construídas ao longo de sua vida. Do outro, o universo do livro, com suas próprias regras, narrativas e configurações de sentido. Esse choque inicial entre os dois mundos, que à primeira vista podem parecer alheios entre si, é justamente o ponto de partida para algo novo que emerge dessa interação.

Ao abrir um livro, o leitor é convidado a suspender momentaneamente a realidade que lhe é familiar. Como destaca Villela (2015, p.86):

No ato da leitura somos convidados a gradualmente suspender nossa realidade - e isso quer dizer as compreensões que a constituem enquanto tal - e nos abrir para a expressão de um novo mundo. Descobrimos novas configurações de sentido, permitimo-nos habitá-las, mesmo sabendo que elas, inicialmente, não pertencem a nós.

É importante frisar que, ao suspender sua própria realidade durante o ato da leitura, isso não implica na negação do que o leitor já conhece, mas sim em uma abertura para novas perspectivas e sentidos. Ao longo do processo de leitura, o leitor é conduzido a habitar a nova realidade proposta pela obra, permitindo-se experimentar novas formas de ver e sentir o mundo, mesmo que essas inicialmente pareçam estranhas ou distantes de sua própria realidade.

Nesse sentido, para compreender como o mundo dos livros efetivamente se concretiza, é essencial que ocorra o ato de leitura. Ou seja, o texto literário, em sua forma escrita, permanece em um estado de latência até que o leitor o mobilize, ativando sua significação. Nesse contexto, Sartre (2004) afirma que a leitura envolve uma relação complexa e dialética entre texto e leitor, ambos essenciais para a construção do significado. O autor observa:

A leitura, de fato, parece ser a síntese da percepção e da criação; ela coloca ao mesmo tempo a essencialidade do sujeito e do objeto. O objeto é essencial porque é rigorosamente transcendente, porque impõe as suas estruturas próprias e porque se deve esperá-lo e observá-lo; mas o sujeito também é essencial porque é necessário, não só para desvendar o objeto (isto é, para fazer com que haja um objeto), mas também para que esse objeto seja em termos absolutos (isto é, para produzi-lo). Em suma, o leitor tem consciência de desvendar e ao mesmo tempo de criar; de desvendar criando, de criar pelo desvendamento (Sartre, 2004, p.37).

Sartre (2004) destaca, portanto, o caráter interativo da leitura, em que o leitor não é um mero receptor passivo, mas um agente ativo na revelação e na criação do sentido do texto. O livro, nesse sentido, ganha existência plena somente quando o leitor o descobre, sendo o ato de leitura tanto uma descoberta quanto um processo criativo.

A ideia de que o mundo dos livros se concretiza apenas no ato da leitura encontra ressonância nas reflexões de Iser (1999), que coloca o leitor como peça central na criação do significado literário. Para o autor, o texto literário age como uma

"regra do jogo", convidando o leitor a utilizar sua imaginação e habilidades interpretativas para dar forma ao que está sugerido ou apenas parcialmente revelado pela obra. Nesse processo, a leitura se torna uma atividade prazerosa, justamente porque oferece ao leitor a oportunidade de exercitar suas capacidades criativas, preenchendo os espaços deixados intencionalmente pelo autor.

Esses "lugares vazios", como denomina Iser (1999), são pontos estratégicos dentro da obra, que incitam o leitor a uma participação ativa na construção de sentido. As lacunas surgem devido às múltiplas possibilidades de interpretação, ao contexto histórico em que a obra foi escrita e às subjetividades que tanto o texto quanto o leitor carregam consigo. O que o texto não explicita de forma completa exige a interação ativa do leitor, que combina e relaciona os elementos oferecidos pela obra, gerando uma interpretação única e pessoal. Como o próprio autor explica:

Os lugares vazios indicam que não há a necessidade de complemento, mas sim a necessidade de combinação. Pois só quando os esquemas do texto são relacionados entre si, o objeto imaginário começa a se formar; esta operação deve ser realizada pelo leitor e possui nos lugares vazios um importante estímulo (Iser, 1999, p.126).

Observa-se que tanto para Sartre quanto para Iser, o texto literário se concretiza e se materializa quando uma consciência atua sobre ele, dando vida ao seu potencial por meio do ato da leitura. Sartre (2004) vê a leitura como uma síntese entre percepção e criação, onde o leitor simultaneamente desvenda e cria o texto, estabelecendo uma relação ativa com o conteúdo. Da mesma forma, Iser (1999) enfatiza que os "lugares vazios" do texto literário são convites à combinação, uma operação que só se completa com a participação ativa do leitor. É nesse espaço de interação que o objeto imaginário se forma, gerando novas interpretações e sentidos.

De forma semelhante à interação entre leitor e texto, o encontro clínico entre paciente e psicólogo também abre espaço para a exploração de novas realidades e revisão da própria existência a partir de novas perspectivas. A literatura, ao proporcionar uma abertura "à poética da realidade" (Villela, 2015, p. 84), permite ao leitor habitar novos mundos e, ao mesmo tempo, repensar sua própria realidade, reconfigurando o que já conhece. Esse movimento de reflexão e descoberta pode ser comparado às relações humanas estabelecidas no ambiente psicoterapêutico, onde

paciente e terapeuta, com suas subjetividades distintas, encontram-se em um espaço de diálogo e transformação.

Em outras palavras, esse processo de interseção de realidades, tanto na literatura quanto no encontro clínico, exige uma disposição por parte do leitor e do terapeuta de se abrirem para o novo, para o que está além de suas próprias compreensões iniciais. Como afirma Villela (2015, p.135):

Tanto no ato da leitura quanto na atuação psicológica, trata-se de um único e mesmo problema: a capacidade de se deixar tocar por um mundo diferente do seu próprio e permitir-se habitá-lo. A partir dessa disposição é que podem nascer as compreensões, que estarão sempre determinadas pela singularidade do leitor ou do psicólogo.

Essa capacidade de se deixar tocar por outro universo, seja o do texto ou do paciente, não apenas promove transformações profundas, mas também estabelece um espaço fértil para a construção de novas compreensões e perspectivas. No encontro entre leitor e livro, assim como entre psicoterapeuta e paciente, há sempre uma suspensão das certezas iniciais, uma abertura para o desconhecido, o que permite que algo novo surja dessa interação.

Em suma, esse paralelo inicial entre a experiência proporcionada pela leitura e pela relação psicoterapêutica, discutido ao longo desta seção, evidencia como o encontro entre dois universos — leitor-texto ou psicoterapeuta-paciente — requer abertura, sensibilidade e disposição para explorar novas realidades. Ademais, como bem destaca Villela (2015), a literatura, especialmente as obras clássicas, oferece um espaço privilegiado para se exercitar essa disposição de acolher o diferente e repensar a própria realidade a partir da experiência do outro. A relação, seja com um paciente ou com uma obra literária, torna-se, então, um espaço vivo de transformação mútua, onde as subjetividades podem se entrelaçar e gerar novos significados.

### 3.2 EMPATIA E ALTERIDADE

Como discutido até aqui, a relação entre livro e leitor, tal como o encontro terapêutico entre psicólogo e paciente, demanda uma abertura para o desconhecido, para o novo e para o que ainda não é plenamente compreendido. Esse movimento de abertura é vital para que o universo do paciente se revele em toda a sua complexidade, uma dinâmica que Shakespeare (2020) captura com precisão em **CADERNOS DE PSICOLOGIA, Juiz de Fora, v. 7, n. 13, p.633-658, jul./dez. 2025 – ISSN 2674-9483**

**Hamlet.** Quando Guildenstern tenta manipular Hamlet, acreditando que poderia penetrar em seus pensamentos e emoções como se estivesse tocando um instrumento, Hamlet expressa sua frustração, destacando a dificuldade de realmente acessar a subjetividade alheia:

Pois veja só que coisa mais insignificante você me considera! Em mim você quer tocar; pretende conhecer demais os meus registros; pensa poder dedilhar o coração do meu mistério. Se acha capaz de me fazer da nota mais baixa ao topo da escala. Há muita música, uma voz excelente, neste pequeno instrumento, e você é incapaz de fazê-lo falar. Pelo sangue de Cristo!, acha que sou mais fácil de tocar do que uma flauta! Pode me chamar do instrumento que quiser - pode me dedilhar quanto quiser, que não vai me arrancar o menor som... (Shakespeare, 2020, p.82).

Essa cena revela a resistência de Hamlet em ser tratado de maneira reducionista, como um objeto passível de controle. Esse movimento serve como uma ponte a respeito da complexidade da subjetividade humana e a necessidade de reconhecimento da alteridade no encontro terapêutico. Como destacam Gomes e Castro (2010), para acessar o universo subjetivo do paciente, o terapeuta precisa ir além das técnicas e teorias, reconhecendo a singularidade do outro em toda a sua complexidade. Assim como o leitor, ao mergulhar em uma obra literária, deve suspender suas próprias expectativas e suposições, o terapeuta também deve se abrir à realidade única do paciente, sem pretensões de controle ou reducionismo, permitindo que a subjetividade do paciente se revele em sua totalidade.

No entanto, como bem salienta Villela (2015), enquanto o leitor comumente se entrega ao universo do livro com relativa facilidade, o psicólogo, em razão de sua formação teórica e das responsabilidades profissionais, frequentemente enfrenta maior dificuldade em suspender inicialmente seus referenciais. Para a psicoterapia, esse movimento é fundamental, pois implica a adoção de uma escuta genuína, na qual a complexidade do paciente não é reduzida a categorias ou conceitos pré-estabelecidos. Portanto, tanto na leitura quanto na psicoterapia, se fazem necessárias uma suspensão de certezas e uma conseqüente abertura para a multiplicidade, permitindo que novos significados e compreensões possam surgir do encontro entre dois universos ou seres singulares.

Nesse contexto, ao entrar em contato com a literatura, o psicólogo em formação é convidado não apenas a reconhecer e aceitar a existência de outros universos — como o do paciente —, regidos por suas próprias leis, experiências e

discursos, mas também é convidado a aprimorar a capacidade de compreender e acolher o outro em sua singularidade, uma habilidade central e indispensável na atuação clínica. Assim, a literatura, ao oferecer ao leitor a oportunidade de se colocar no lugar do outro, articula-se enquanto uma ferramenta de sensibilização para a alteridade e empatia. Conforme expõe Villela (2015), "tornamo-nos outro sem deixar de sermos nós mesmos", revelando que a experiência literária permite essa transição entre mundos, sem que se perca a própria identidade. Esse movimento de habitar o universo do outro sem renunciar à própria subjetividade é fundamental não apenas na leitura, mas também na prática clínica.

No campo psicoterapêutico, o reconhecimento e a valorização da alteridade são princípios centrais na abordagem fenomenológica, existencial e humanista. Um exemplo claro disso é encontrado na Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) de Rogers, que, como visto anteriormente, admite a aceitação incondicional positiva como fundamental para o crescimento psicológico. Rogers (2016) propõe que o terapeuta acolha cada aspecto da experiência do cliente sem julgamentos, de modo que este se sinta ouvido e validado em sua singularidade. Essa aceitação exige mais do que um posicionamento passivo; demanda um engajamento ativo, através do qual o terapeuta constrói uma compreensão profunda do outro, promovendo uma relação de confiança e respeito mútuo.

Assim, para Rogers (2016), nesse engajamento ativo também é necessário surgir uma atitude empática do psicoterapeuta, que se propõe a compreender o mundo do cliente mantendo a distinção entre suas próprias experiências e as do outro. Nas palavras do autor:

Captar o mundo particular do cliente como se fosse o seu próprio mundo, mas sem nunca esquecer esse caráter de "como se" – é isso a empatia, que surge como essencial no processo terapêutico. Sentir a angústia, o receio ou a confusão do cliente como se se tratasse de sentimentos seus e, no entanto, sem que a angústia, o receio ou a confusão do terapeuta se misturassem com os do cliente (Rogers, 2016, p.327).

Com isso, Rogers (2016) sugere que, ao comunicar suas percepções com clareza, o psicoterapeuta auxilia o paciente a explorar e reconhecer aspectos de sua experiência, proporcionando-lhe não apenas a exploração, mas a possibilidade de atualização de seu próprio ser. E assim, como um livro em constante construção, o paciente encontra, em cada sessão, a oportunidade de dar continuidade à sua

história, tecendo novas possibilidades, significados e reescrevendo, de maneira viva, os capítulos inacabados de sua própria existência.

No entanto, esse movimento empático e de abertura para a alteridade não é algo trivial; ele exige uma prontidão para o inesperado, uma disposição genuína para enfrentar o novo e o imprevisível. Essa reflexão ressoa na literatura, especialmente nas palavras de Rainer Maria Rilke, que, em suas célebres, **Cartas a um jovem poeta**, expressa a preocupação com a repetição monótona das relações humanas e o distanciamento emocional que delas advém. Em correspondência com um jovem que buscava orientação para a vida e a poesia, Rilke (2022) abordou suas próprias angústias sobre a superficialidade nas conexões humanas, destacando a importância de se abrir ao novo para experimentar uma relação genuína e autêntica, como se observa na seguinte passagem:

Pois não é apenas a indolência que faz as relações humanas se repetirem de modo tão monótono e sem renovação de caso a caso, é a timidez diante de qualquer experiência nova, imprevisível, para a qual não nos consideramos amadurecidos. Mas apenas quem está pronto para tudo, quem não exclui nada, nem mesmo o mais enigmático, viverá a relação com uma outra pessoa como algo vivo e irá até o fundo de sua própria existência (Rilke, 2022, p.78-79).

Assim como no encontro terapêutico, a disposição para acolher o "mais enigmático" da experiência do outro é essencial. Tal como o terapeuta deve suspender suas expectativas e julgamentos para permitir que o universo do paciente se revele, Rilke (2022) sugere que apenas aqueles que se abrem ao desconhecido podem vivenciar relações autênticas e profundas.

Nesse sentido, como aponta Villela (2015), ambos os contextos — o da clínica e o da literatura — apontam para a necessidade de se estar preparado para o inesperado, para as realidades que fogem às certezas prévias. É essa abertura para o desconhecido que enriquece tanto o ato de ler quanto o ato de escutar no ambiente psicoterapêutico, permitindo que ambos — leitor e terapeuta — alcancem níveis mais profundos de compreensão e autenticidade em suas experiências. Ademais, a própria compreensão das experiências subjetivas e vivências psicológicas é potencializada pela literatura a medida que nos fornece uma linguagem rica e imaginativa, como será abordado no tópico seguinte.

#### **4 A METÁFORA, A EXISTÊNCIA HUMANA E A PRÁTICA CLÍNICA**

**CADERNOS DE PSICOLOGIA, Juiz de Fora, v. 7, n. 13, p.633-658, jul./dez. 2025 – ISSN 2674-9483**

Segundo Villela (2015), o ser humano, como um ser dotado de linguagem, frequentemente recorre a um vasto repertório poético e metafórico para expressar conteúdos psíquicos complexos. Esse uso de metáforas, imagens e simbolismos serve como uma ponte entre o mundo interno e a realidade externa, permitindo que experiências subjetivas sejam comunicadas e compreendidas de maneira mais acessível. Muitos autores, sobretudo aqueles que se apoiam no referencial teórico da Psicologia Fenomenológica, Existencial e Humanista reconhecem a potência da linguagem figurada para trazer à tona questões profundas e intrínsecas às experiências e relações humanas. Através do uso de metáforas, o indivíduo consegue comunicar e compreender aquilo que, de outra forma, seria difícil de ser articulado.

Para a compreensão dessa figura de linguagem, adota-se a explicação de Hans-Georg Gadamer, que entende a metáfora como algo que vai além de um simples valor estético. Em **Verdade e Método**, Gadamer (1999), a considera um princípio essencial tanto da linguagem quanto do pensamento. Ele argumenta que a metáfora não se limita a uma figura de estilo, mas funciona como um mecanismo fundamental na formação de conceitos, ao reconhecer semelhanças entre diferentes domínios do saber. Dessa forma, a metáfora é descrita como um recurso “linguístico e lógico” (Gadamer, 1999), capaz de revelar conexões profundas entre a linguagem e o pensamento. A partir desse entendimento, surge a questão de como esse recurso, tão frequentemente e ricamente presente na linguagem literária, pode ser útil na clínica psicológica, especialmente quando os limites da linguagem racional parecem insuficientes para expressar as complexidades da experiência humana.

Sob tal perspectiva, Binswanger (2002) oferece uma contribuição significativa ao explorar o papel das metáforas presentes na linguagem poética para a expressão de emoções intensas. Para o autor, essas imagens poéticas não são meros ornamentos estéticos, mas um recurso essencial para dar voz às experiências subjetivas que, muitas vezes, escapam à linguagem racional. Ele reflete sobre como, em momentos de profunda decepção ou desorientação, recorreremos instintivamente a metáforas para dar forma a essas emoções. Essas metáforas permitem a tradução de experiências internas complexas em termos mais acessíveis e compartilháveis. Como ele afirma:

Quando, no meio de uma entrega ou expectativa apaixonada, o esperado subitamente nos decepciona, e o mundo se torna tão “outro”, a ponto de nos desenraizar totalmente roubando nosso chão, então, mais tarde, após termos

encontrado um apoio firme, voltamos em pensamento a esses instantes, dizendo: “Caímos dos céus como que atingidos por um raio”. É de fato através de tais palavras que expressamos a experiência vivida de nossa decepção e de nosso desconcerto, através de uma metáfora poética, de modo algum produzida pela imaginação de um poeta qualquer, mas brotando da pátria espiritual que pertence a todos nós: a linguagem (Binswanger, 2002, p.417).

Ao expressar a universalidade dessas metáforas, Binswanger (2002) destaca o papel da linguagem como um recurso profundamente humano, capaz de comunicar e elaborar as dimensões subjetivas da existência de maneira acessível e simbólica. Assim como Binswanger valoriza a utilização da metáfora como um artifício facilitador da comunicação entre subjetividades, Viktor Frankl, psicólogo existencial e fundador da Logoterapia, também reconhece a potência da linguagem metafórica para transmitir as profundezas da experiência humana. Para Frankl (2021), a linguagem vai além da simples expressão individual, refletindo a característica auto transcendente da existência humana, que está constantemente voltada para algo ou alguém além de si mesmo, buscando dar sentido à vida ou se conectar com outro ser humano.

Essa visão foi exemplificada em sua conversa com Aaron Mitchell, a última vítima da câmara de gás na prisão de San Quentin. Ao compartilhar sua experiência nos campos de concentração nazistas, Frankl (2021) ressaltou a importância de encontrar significado em todas as circunstâncias, mesmo nas mais difíceis. Para ilustrar essa ideia de maneira mais acessível e profunda, o autor, em sua última conversa com Aaron Mitchell, recorreu à literatura:

[...] contei-lhe a história relatada na novela *A morte de Ivan Ilitch* de Leon Tolstói - que com certeza os senhores recordam -, de um homem que aos sessenta anos veio a saber que deveria morrer dentro de dois dias. Mas por uma intuição ele percebe, não apenas ao confrontar a morte, mas ao dar-se conta de que havia desperdiçado a vida, que sua existência fora praticamente sem sentido - por essa intuição ele eleva-se acima de si mesmo, cresce para além de si e assim finalmente é capaz retroativamente encher a própria vida com um sentido infinito (Frankl, 2021, p.95).

Nesse momento, a literatura foi utilizada como um meio para comunicar de forma mais profunda e simbólica a reflexão sobre o sentido da existência, transcendendo a mera racionalidade e criando um contato mais humano entre Frankl e Mitchell. Esse exemplo ilustra bem as ideias de Villela (2015) de como a literatura,

com seu caráter metafórico, pode servir como uma ponte não apenas na comunicação interpessoal, mas também no campo da prática clínica.

Além de se valer da literatura como um recurso para comunicar questões existenciais, Frankl (2020) utiliza metáforas para explicar a própria prática do psicólogo. Ele sugere que o terapeuta não deve impor sua visão de mundo ao paciente, mas ajudá-lo a enxergar o mundo por si mesmo. Ao lançar mão da metáfora, o autor compara o terapeuta a um oftalmologista que auxilia o paciente a ver com clareza, sem apresentar um quadro pré-determinado. Como ele afirma:

Acima de tudo, um psicoterapeuta — e o logoterapeuta também — não é nem um professor nem um pregador, tampouco deveria ser comparado com, digamos, um pintor. Com isso quero expressar que nunca é papel do terapeuta comunicar ao paciente o quadro do mundo tal como o terapeuta o vê; na verdade, o terapeuta deve capacitar o paciente a ver o mundo como ele é. Logo, o terapeuta se assemelha mais a um oftalmologista que a um pintor (Frankl, 2020, p.75).

A partir dessa metáfora, fica claro que a relação terapêutica exige uma habilidade essencial do psicólogo: a capacidade de compreender e se conectar com o universo simbólico e linguístico do paciente. Tal qual as analogias presentes em um livro (Villela, 2015), a linguagem utilizada pelo paciente é muitas vezes repleta de metáforas, simbologias e expressões subjetivas que carregam significados profundos sobre sua experiência de vida. Como na leitura de um livro, é importante não apenas compreender, mas aceitar a existência desse novo universo.

A partir dessa visão, entende-se que a prática da psicoterapia, conforme discutido ao longo deste trabalho, transcende o domínio técnico e o conhecimento teórico. Embora essenciais, esses dois aspectos, por si só, não são suficientes para garantir um verdadeiro encontro terapêutico. Conforme destaca Cardoso (2013, p.72-73):

Cuidar não é técnica, é uma postura; é a arte de estar com, que reconhece a pessoa, funda o encontro e singulariza o saber e os recursos técnicos de que dispõe o psicoterapeuta-cuidador. Por isso mesmo, requer habilidades interpessoais, como a capacidade de acolher, de escutar, de questionar, de dialogar e, com isso, convidar a pessoa a refletir sobre tudo que for importante para ela, de modo que seja possível compreender e ressignificar suas vivências. Sem tais habilidades, o relacionamento estabelecido entre o psicoterapeuta e o cliente configura-se pela impessoalidade e esterilidade, na contramão do que caracteriza a postura de cuidado.

Nesse sentido, ao deflagrar que o cuidado não pode ser reduzido à critérios técnicos e teóricos, Cardoso (2013) compreende a necessidade do desenvolvimento das habilidades interpessoais como, acolher, escutar, questionar e dialogar, elementos essenciais para o processo de compreensão e ressignificação na prática clínica. Nessa perspectiva, o terapeuta não deve ver o outro como uma “imagem de si mesmo” (Cardoso, 2013, p.73), mas reconhecer sua singularidade e se abrir, mas precisa reconhecer sua singularidade e disponibilizar-se completamente para o paciente, numa postura de atenção e confirmação da pessoa que está sendo cuidada.

Em paralelo, a literatura, como argumenta Villela (2015), desempenha um papel fundamental ao questionar as pretensões de universalidade das teorias científicas, especialmente no campo da psicologia. Ao contrário das categorias rígidas e dos pressupostos teóricos, a literatura, com sua riqueza de imagens e significados, ensina a lidar com o imponderável — aquilo que escapa à previsibilidade e ao controle das teorias. Além disso, o autor ressalta que a "aplicação irrefletida de pressupostos teóricos na realidade humana é prova de uma ciência que falha em reconhecer sua limitação" (Villela, 2015, p.132-133), sublinhando a necessidade de uma ciência mais aberta à complexidade da experiência humana. Dessa forma, a literatura não apenas enriquece a prática terapêutica, mas também se configura como uma poderosa ferramenta na formação do psicólogo, ao exigir uma postura de abertura às múltiplas realidades e à diversidade das experiências humanas.

Além do aspecto humano da relação psicoterapêutica, algumas considerações vinculadas ao papel exercido pelo psicólogo existencial devem ser ressaltadas. Nesse contexto, Binswanger (2001) complementa essa visão ao destacar que a psicoterapia precisa equilibrar a comunicação existencial com as condutas técnicas:

Comunicação na existência e ação dirigida para um objetivo de libertação e conduta de “forças” biológicas-psicológicas, eis os dois pólos dialéticos da psicoterapia médica, na qual nenhum destes dois pólos pode aparecer só e único, assim como não pode apagar-se completamente em favor do outro. Isto quer dizer que, como psicoterapeuta médico, jamais poderia ser somente o “amigo” ou o apaixonado do doente como é o caso na relação puramente existencial, da mesma forma que jamais poderei me limitar ao serviço único do objeto. Um bom psicoterapeuta pode somente ser aquele que, para nos servir de uma excelente expressão de Martin Buber, pode ver com justeza em qualquer relação dialética o contraponto dominante e o utilizar conforme as regras da arte (Binswanger, 2001, p. 146).

Nesse sentido, o autor reforça a necessidade da não limitação a uma abordagem exclusivamente técnica, nem a redução da relação psicoterapêutica ao vínculo pessoal. Binswanger (2001) entende que o bom psicoterapeuta é aquele que consegue equilibrar esses dois aspectos de forma dialética, proporcionando um encontro terapêutico que leva em consideração tanto a dimensão existencial quanto as necessidades psicológicas, biológicas e sociais do paciente.

Em suma, como reforçado por Villela (2015), ao integrar a experiência literária e adotar uma linguagem que transcende o tecnicismo, o terapeuta abre caminho para uma aproximação mais autêntica à complexidade humana. Assim, a prática clínica se transforma em um espaço de cuidado genuíno, onde a linguagem atua como ponte entre subjetividades, revelando nuances invisíveis à abordagem puramente racional. Nesse encontro entre o terapeuta e o paciente, a linguagem não apenas comunica, mas também cria, tecendo novos significados e abrindo portas para uma compreensão mais profunda e sensível da experiência humana. Aqui, o diálogo terapêutico, assim como na literatura, se torna uma forma de arte, onde o silêncio, as palavras e os símbolos convidam à transformação e à descoberta de si mesmo e do outro.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Ao longo deste estudo foram exploradas as relações entre a literatura clássica e a prática clínica psicológica, sobretudo aquela preconizada na abordagem fenomenológica, existencial e humanista, revelando como a leitura de obras literárias, com suas narrativas atemporais, promove uma profunda reflexão sobre as relações humanas, especialmente aquelas desenvolvidas no *setting* terapêutico. Considerou-se que, ao mergulhar nos universos fictícios, o leitor é desafiado a suspender seus próprios referenciais, permitindo-se habitar outras realidades e experimentar a riqueza da condição humana em suas múltiplas facetas. Essa abertura para o que é distinto, tão presente no ato de ler, espelha o compromisso do terapeuta em acolher a singularidade do outro, criando um espaço terapêutico que vai além do uso de técnicas e teorias, fundamentando-se em uma relação de confiança e respeito mútuos.

A literatura, ao proporcionar uma imersão nas diversas facetas da existência humana, assume um papel que transcende ao mero lazer e ao caráter pedagógico, tornando-se um caminho para o autoconhecimento e a sensibilização. Dessa forma, propõe-se a literatura clássica enquanto uma importante ferramenta para o fortalecimento de uma prática terapêutica que privilegia o vínculo autêntico entre terapeuta e paciente, na qual a relação se torna não apenas um meio, mas um fim em si mesma. Nesse espaço, as fronteiras entre o “eu” e o “outro” se diluem, e cada encontro convida ambos a revisitar suas próprias histórias e construir novos significados. Nesse sentido, a prática clínica, assim como a leitura, transforma-se em um exercício contínuo de descoberta e reelaboração, onde terapeuta e paciente são, ao mesmo tempo, autores e leitores de uma narrativa em constante construção.

Na formação pessoal do psicólogo, a literatura cultiva a humildade, ao lembrá-lo de que cada ser humano é um enigma e de que nenhuma teoria, por mais avançada, abarca a complexidade da existência. Ainda através da literatura, o psicólogo é conduzido a uma postura de abertura e respeito perante a vida, essencial para que a relação terapêutica se torne, de fato, um espaço de cura e crescimento mútuo.

Assim, espera-se que este estudo tenha sido capaz de apresentar, sem a pretensão de ser exaustivo, como a literatura clássica pode ser uma aliada na formação do psicólogo, não apenas pelo aprimoramento de suas habilidades pessoais e desenvolvimento de recursos linguísticos, mas pela profundidade de senso de humanidade que ela suscita. Ao entrar em contato com os universos literários, o psicólogo prepara-se para um modo de estar com o outro e de transcendência, que lhe permite acolher, compreender e promover mudanças. É nesse ponto de interseção entre a arte da literatura e a prática da psicologia que se vislumbra a possibilidade de uma clínica mais sensível, onde o ser humano, em toda a sua inteireza e complexidade, pode, enfim, emergir.

## REFERÊNCIAS

BINSWANGER, Ludwig. Sonho e existência. **Natureza Humana**, [s.l.], v. 4, n.2, p.417-449, 2002. Disponível em: [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-24302002000200007](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-24302002000200007). Acesso em: 19 out. 2024.

BINSWANGER Ludwig. Sobre a psicoterapia. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, São Paulo, v. 4, n. 1, p. 143-166, 2001. DOI: <https://doi.org/10.1590/1415-47142001001013>. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/2330/233018218013.pdf>. Acesso em: 14 set. 2024.

CALVINO, Ítalo. **Por que ler os clássicos?** São Paulo: Companhia das Letras, 2007.

CARDOSO, Claudia Lins. A face existencial da Gestalt-terapia. *In*: FRAZÃO, Lillian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (Org.). **Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas**. 3. Ed. São Paulo: Summus, 2013. p. 59-75.

CFP. **Reflexões e orientações sobre a prática da Psicoterapia**. Brasília: Conselho Federal de Psicologia, 2022. p.6-69. Disponível em: [https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2023/06/caderno\\_reflexoes\\_e\\_orientacoes\\_sobre\\_a\\_pratica\\_de\\_psi\\_coterapia.pdf](https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2023/06/caderno_reflexoes_e_orientacoes_sobre_a_pratica_de_psi_coterapia.pdf). Acesso em: 16 set. 2024.

FONTGALLAND, Rebeca Cavalcante; MOREIRA, Virginia. Da empatia à compreensão empática: evolução do conceito no pensamento de Carl Rogers. **Memorandum: Memória e História em Psicologia**, Belo Horizonte, v. 23, p. 32–56, 2012. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/memorandum/article/view/6554>. Acesso em: 16 set. 2024.

FRANKL, Viktor Emil. Logoterapia e existência. *In*: FRANKL, Viktor. **Psicoterapia e existencialismo: textos selecionados em logoterapia**. São Paulo: É Realizações, 2020. p. 71-75

FRANKL, Viktor Emil. **Um sentido para a vida: psicoterapia e humanismo**. 20. ed. São Paulo: Ideias e Letras, 2021.

GADAMER, Hans-Georg. **Verdade e método: traços fundamentais de uma hermenêutica filosófica**. 3. ed. São Paulo: Vozes, 1999.

GOMES, William Barbosa.; CASTRO, Thiago Gomes de. Clínica fenomenológica: do método de pesquisa para a prática psicoterapêutica. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 26, n. spe, p. 81–93, 2010. DOI:10.1590/S0102-37722010000500007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/ntcwcrDRpNTm9rLbW47D8gF/#ModalHowcite>. Acesso em: 07 out. 2024.

HOLANDA, Adriano Furtado. A perspectiva de Carl Rogers acerca da resposta reflexa. **Rev. NUFEN**, [s.l.], v.1, n.1, p. 40-59, 2009. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rnufen/v1n1/a04.pdf>. Acesso em: 14 set. 2024.

ISER, Wolfgang. **O ato da leitura: uma teoria do efeito estético**. Rio de Janeiro: Editora 34, 1999.

KOCH, Ulrich. A “relação terapêutica”: surgimento, obscurecimento e transformações de uma tecnologia social. **História, Ciências, Saúde-Manguinhos**, v. 29, p. 123–142, 2022. DOI: 10.1590/S0104-59702022000500009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/hcsm/a/x8STQxxmQyQxmjvvr9CxGPp/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 13 set. 2024.

MOREIRA, Jaqueline de Oliveira; ROMAGNOLI, Roberta Carvalho; NEVES, Edwiges de Oliveira. O surgimento da clínica psicológica: da prática curativa aos dispositivos de promoção da saúde. **Psicologia: Ciência e Profissão**, [s.l.], v. 27, n. 4, p. 608–621, dez. 2007. DOI: 10.1590/S1414-98932007000400004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/BBv99MqzHbTRwVHprgvvR6P/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 13 set. 2024.

MOREIRA, Virginia. A contribuição de Jaspers, Binswanger, Boss e Tatossian para a psicopatologia fenomenológica. **Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studie**, Goiânia, v. 17, n.2, p.172-184, 2011. DOI: 10.1590/1982-02752016000100001. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=357735515008>. Acesso em: 15 set. 2024.

MOREIRA, Virginia. Revisitando as fases da abordagem centrada na pessoa. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 27, n. 4, p. 537–544, 2010. DOI: 10.1590/S0103-166X2010000400011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/Ls8wQg3NHdXzDxJ56Rw49qx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 set. 2024.

RILKE, Reiner Maria. **Cartas a um jovem poeta**. São Paulo: L&PM, 2022.

ROGERS, Carl. **Tornar-se pessoa**. São Paulo: Martins Fontes, 2016.  
SANTOS, Rosemary Conceição dos; SANTOS, João Camilo dos; SILVA, José Aparecido da. Psicologia da literatura e psicologia na literatura. **Temas psicol.** Ribeirão Preto, v. 26, n. 2, p. 767-780, 2018. DOI: <https://doi.org/10.9788/TP2018.2-09Pt>. Disponível em: [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-389X2018000200009](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2018000200009). Acesso em: 26 maio 2024.

SARTORI, Raquel Martins; DEL PRETTE, Almir; DEL PRETTE, Zilda Aparecida Pereira. Habilidades Sociais do terapeuta na formação da aliança psicoterapêutica: estudo de revisão. **Rev. Bras. Psicoter.** [s.l.], v.19, n.2 p. 29-43, 2017. DOI: biblio-868357. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-868357>. Acesso em: 16 set. 2024.

SARTRE, Jean-Paul. **Que é a literatura?**. São Paulo: Ática, 2004.

SHAKESPEARE, William. **Hamlet**. São Paulo: L&PM, 2020.

STENZEL Lucia M. Habilidades terapêuticas interpessoais: A retomada de Carl Rogers na prática da psicologia baseada em evidências. **Psicologia Clínica Psic. Clin.**, Rio de Janeiro, v. 33, n. 3, p. 557 – 576, 2021. DOI: 10.33208/PC1980-5438v0033n03A09. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/pc/v33n3/10.pdf>. Acesso em: 15 set. 2024.

**CADERNOS DE PSICOLOGIA, Juiz de Fora, v. 7, n. 13, p.633-658, jul./dez. 2025 – ISSN 2674-9483**

VILLELA, Felipe Stiebler Leite. **Psicologia e Literatura**: a experiência literária na formação do psicólogo. 2015. 150 f. Tese (Doutorado em Psicologia) Universidade de São Paulo, 2015. **DOI**: 10.11606/T.47.2016.tde-04042016-115646. Disponível em: [https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47133/tde-04042016-115646/publico/villela\\_do.pdf](https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47133/tde-04042016-115646/publico/villela_do.pdf). Acesso em: 07 out. 2024.