



**DESCOBRINDO AS POSSIBILIDADES DE UMA EXISTÊNCIA MAIS
AUTÊNTICA**

Jennifer Secco dos Santos¹; Marlene Marchi de Sousa²

¹Graduanda do curso de Psicologia; Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru, jennifersecco@gmail.com

²Docente do curso de Psicologia, Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru lenemarchi@yahoo.com.br

Esse estudo apresenta o relato de experiência de um processo terapêutico realizado na Clínica Escola da Universidade do Sagrado Coração (USC), Bauru, SP, como prática do Estágio da disciplina Processos Clínicos, na Abordagem Humanista Existencial. Essa perspectiva da psicologia encontrou na Filosofia subsídios necessários para a compreensão de homem e mundo. Estuda o homem numa perspectiva pluridimensional, tendo foco a subjetividade, suas experiências, as vivências e a existência concreta. Pressupõe que o homem é ontologicamente livre e responsável pela construção da sua existência, apesar de todos os determinismos que o condicionam e limitam. O sujeito desse caso é uma mulher de 35 anos de idade, casada há um ano e grávida há dois meses. Buscou ajuda psicológica para trabalhar as suas fragilidades emocionais que se revelam na baixa autoestima, nas suas inseguranças em relação a sua vida social, nas tomadas de atitudes e na percepção negativa de sua autoimagem. Revela insatisfação e desmotivação em relação a sua vida conjugal que não acontece da maneira como gostaria, uma vez que seu esposo se mostra distante e com muitas dificuldades na expressão da afetividade o que a faz não acreditar no futuro dessa relação. Culpa-se e assume para si algumas responsabilidades pelos desacertos e extravios vividos pela mãe no percurso de sua trajetória existencial. Os objetivos terapêuticos foram direcionados no sentido de ampliar a autoconsciência, identificar os seus núcleos de fragilidades, bem como, os seus recursos potenciais internos, de maneira a fazer a ressignificação da percepção negativa da sua autoimagem, fortalecer a autoconfiança e autoestima, desenvolver a autonomia emocional de forma a se sustentar nas suas próprias convicções. Utilizou-se o método fenomenológico para apreensão dos fenômenos tais como se revela à consciência com os significados e sentidos atribuídos pela pessoa, sem nenhum pressuposto a priori. Os resultados são parciais, o processo encontra-se em andamento, com 14 sessões realizadas a cliente estabeleceu um relacionamento mais saudável com a mãe e mostrando-se livre do sentimento de culpa, conseguiu melhorar a proximidade afetiva com seu esposo, de forma que a relação conjugal encontra-se mais satisfatória e revela mais fortalecida para atuar de forma mais confiante, preocupando-se mais com o presente, na concretização de seus planos e projetos. A terapia na medida em que possibilita reformular as percepções de si e da realidade, viabiliza desenvolver um olhar diferente para a própria existência e assim, alterar os significados buscando novos sentidos e abrindo novas perspectivas existenciais. Conclui-se que o comprometimento da cliente com seu processo, aliado ao bom vínculo com a terapeuta, tem sido fundamental na abertura da cliente para

produzir mudanças e caminhar no sentido de construir uma existência mais satisfatória, produtiva e autêntica.

Palavras Chave: Abordagem Humanista Existencial. Ressignificação. Fenomenologia. Existência.