



## **Histórias Terapêuticas: Abordagens Diretiva e Interativa**

*\*Paulo Cesar da Silva Gonçalves*

### **Apresentação**

Entre 2001 e 2007 realizamos projeto voluntário de atendimento psicológico a crianças portadoras de câncer na Casa de Apoio do Guará, da ABRACE, em Brasília, Distrito Federal, partindo da prática de contar histórias para crianças e pré-adolescentes hospedados naquela instituição.

Nos primeiros sessenta dias, com o objetivo de se estabelecer vínculo terapêutico com as crianças, intercalamos histórias convencionais com sessões de brincadeiras, truques e mágicas. Com raríssimas exceções, casos de profundo estresse físico e emocional decorrente da quimioterapia, quase a totalidade dos pacientes reagiu positivamente a esses estímulos, demonstrando interesse e motivação em participar das sessões, sempre em grupos, selecionados por faixas etárias.

A partir de então, as histórias passaram a ser direcionadas para determinados objetivos. Identificadas as principais dificuldades das crianças — tais como: medos arquetípicos e culturais (monstros, bruxas, lobisomem, credos populares e regionais); temores em relação à doença; medo da morte; rejeição ao tratamento hospitalar; inadaptação ao novo ambiente (Casa de Apoio) e mudança de hábitos, entre outras —, o conteúdo das histórias passou a ser trabalhado de modo a ajustá-lo aos objetivos pretendidos.

Surge, então, uma nova forma de contar histórias. Histórias não tradicionais, com novos conteúdos, adaptados à situação específica vivenciada pelos pacientes.

Diante de cada situação que se deseje trabalhar — como, por exemplo, insegurança, baixa autoestima, resistência ao enfrentamento da doença, perdas traumáticas de órgãos ou partes do corpo em função do tratamento ou cirurgia, depressão, apatia etc. —, o terapeuta-contador de histórias cria conteúdos e roteiros que se identifiquem com a dificuldade enfrentada pelo paciente, seja de forma diretiva, em que narra a história e a ajusta em função das reações da criança, seja interativa, em que a criança participa da criação do roteiro, sugerindo soluções e tomando decisões.

Como resultado dessa experiência, foi construído um acervo de histórias, das quais selecionamos algumas que fazem parte deste trabalho.

### **HISTÓRIA 1 (Diretiva)**

*R., paciente do sexo feminino, 11 anos, portadora de tumor ósseo, apresentando no início da terapia quadro depressivo, insegurança e negação da doença, por não aceitar a inevitável amputação da perna. A criança se recusava a falar sobre a cirurgia iminente, no que era reforçada pela mãe, que se agarrava à crença de uma cura milagrosa, e lhe dizia que “não permitiria que médico algum lhe cortasse a perna”.*

Foi contada a seguinte história:

“Certo dia nasceu uma ninhada de passarinhos sobre os ramos de uma árvore bem alta. Quando chegaram à idade de voar, a mãe lhes disse: — Batam as asas com força, aproveitem o vento, saltem e voem pelo céu! Quando passou uma rajada de vento, todos saltaram e deslizaram pelo ar, exceto um, que depois de voar certa distância, as asas já não lhe obedeciam, e foi caindo, caindo, até atingir o chão com força. Sentiu então que não podia se mexer. Uma das asas havia se quebrado.” (Nesse momento a criança, que acompanhava a história com muita atenção, perguntou: — “Mas a asa quebrou muito? Como ela ficou?”). “Bem, como a queda foi muito forte, a asa ficou praticamente separada

do corpo, presa apenas por um pedaço de pele. Mas nesse momento surgiu do meio do mato um menino, que, vendo o pássaro sofrendo com a asa partida, teve uma ideia para ajudá-lo. Pegou um graveto (pequeno pedaço de pau) e fez uma espécie de curativo, unindo as duas partes da asa quebrada e amarrando firme com uma linha. Pegou cuidadosamente o pássaro e o colocou descansando em uma moita bem fofinha. Depois de algum tempo chegaram os outros passarinhos, seus irmãos, e ele lhes contou o que havia acontecido. Amparado pelos irmãos, ele tentou bater as asas por várias vezes, com muita paciência e coragem, até conseguir se erguer no ar. O menino, de longe, observou, com muita alegria, que seu amiguinho aprendera a voar de novo, não com tanta facilidade e ousadia quanto seus irmãos, mas voava...”

Ao final da história a menina suspirou e disse: — “Olha, o que eu tenho medo mesmo é de morrer, de não acordar depois da operação!”. A partir daí a criança conseguiu expressar seus temores e dúvidas com relação à cirurgia, sendo informada então sobre os procedimentos cirúrgicos e que iria receber uma prótese, uma perna substituta, e poderia, do mesmo modo que pássaro voou, voltar a andar, não do mesmo jeito que antes, mas ia andar...

Ficamos surpresos e felizes quando, ao visitá-la no hospital, no dia seguinte à cirurgia, a enfermeira de plantão contou que, ao chegar à enfermaria, ela lhe fez um pedido: — “Por favor, chamem uma psicóloga para ajudar minha mãe, pois ela vai precisar...”. Uma semana depois encontrei a paciente já circulando pela enfermaria na cadeira de rodas; e ela me apresentava com orgulho às outras crianças: — “Este é *meu* psicólogo. Ele faz mágicas e me conta histórias”.

## **HISTÓRIA 2 (Diretiva)**

*J., paciente do sexo feminino, 8 anos, portadora de câncer no olho esquerdo, com perda do globo ocular, em decorrência da extração do tumor. Submetida a sessões de radioterapia, a criança apresentava quadro depressivo, baixa autoestima e dificuldade de interação social, com incapacidade de expressar suas emoções e sentimentos.*

Foi contada a seguinte história:

“Era uma vez uma menina que vivia trancada em sua casa. Jamais saíra porque tinha medo de tudo, e por isso não conhecia nada do mundo. Os meninos da rua que passavam em frente à casa zombavam dela, que mais parecia um bichinho enjaulado. Por mais que seus pais insistissem, nunca teve coragem nem vontade de sair do seu quarto.

Certa manhã, quando seus pais haviam saído para o trabalho na roça, ela viu encostado no vidro da janela um coelhinho branco. Levou um susto, pois nunca havia visto um animal. Estranhou as orelhas compridas e o focinho que não parava de mexer. Mas em seu coração, pela primeira vez não sentiu medo. Alguma coisa lhe dizia que podia confiar naquele animalzinho tão fofinho e bonitinho. Ela se aproximou e, para seu espanto, o coelho lhe falou: — Oi, linda menina, quer ser minha amiguinha? Nunca ninguém lhe dissera que era linda, e ela sem pensar fez que “sim” com a cabeça e sorriu.

— Meu nome é Branquinho e quero convidar você para um passeio, disse o coelhinho. Ela tremeu com o convite, mas Branquinho a tranquilizou: — Não se preocupe, vou ser seu guia e nada lhe acontecerá!

Na verdade a menina já estava cansada de sentir medo e das zombarias dos meninos. Respirou fundo e disse: — Está bem, vamos lá!

E os dois saíram porta a fora e seguiram em direção ao bosque. Branquinho sempre à frente, mostrando o caminho. Passaram por um campo florido e a menina se maravilhou com tantas cores. À medida que avançavam, iam surgindo árvores altas e frondosas, com frutos de todos os tipos e sabores. Ela ia experimentando tudo o que podia. De repente ela percebeu que havia outros animais na floresta, e o coelhinho ia apresentando um a um: a coruja, a borboleta, a cobra, o macaco, e os outros coelhos, seus irmãos. Mais adiante ela viu uma montanha e Branquinho, percebendo a curiosidade da menina, fez sinal para subirem. Ao chegarem lá em cima, a menina ficou encantada com o que via: um grande vale, com rios e lagos e, bem longe, ela reconheceu a casa dela, bem pequenininha. Perto do horizonte surgia o mar, azul, que se confundia com o céu. O coelhinho explicava a ela que os rios, que lá de cima pareciam cobras,

vinham desde as fontes e seguiam até o mar, onde existiam também muitos animais, de todos os tamanhos e que se chamavam peixes.

O sol já estava se pondo e Branquinho disse à menina: — Está vendo como o mundo é bonito e ninguém precisa ter medo dele? A menina sorriu e percebeu que sua vida tinha mudado. Em vez de medo, ela sentia uma grande alegria em seu coração, pois sabia que havia aprendido muitas coisas naquele dia e que tudo agora ia ser diferente.”

Ao final da história a paciente pediu: — “Você me ensina a escrever meu nome?”.

Depois de muitas tentativas e repetições ela festejou, com entusiasmo, a vitória de ter aprendido a escrever seu nome, com letras grandes e bonitas. Para o terapeuta, ao perceber que ela sempre sentira vergonha de não saber escrever o próprio nome, era a certeza de que sua pequena paciente começava uma grande e maravilhosa aventura pelos caminhos da vida.

### **HISTÓRIA 3 (Interativa)**

*J., paciente do sexo masculino, 6 anos, com distúrbios do sono, ansiedade e insegurança, expressando, contudo, diante da mãe, acentuado comportamento agressivo. Com reduzida autoestima, a criança apresentava gagueira e tiques nervosos.*

Foi-lhe proposta a seguinte situação:

Um menino resolve sair de casa e entra numa floresta onde irá enfrentar desafios e dificuldades. O objetivo é fazer escolhas e tomar decisões, utilizando criatividade e inteligência. O terapeuta usa uma folha de papel, onde será desenhado o roteiro da história/aventura.

**1º desafio:** Você está perdido na floresta e de repente surge um elefante faminto e furioso, que vem em sua direção. Que fazer? Respostas sugeridas: Fugir correndo; ficar paralisado de medo ou...?

**2º desafio:** Você está atravessando uma lagoa, quando surge um jacaré feroz, com a boca aberta, pronto para comê-lo. Que fazer? Respostas sugeridas: Sair nadando para fugir; chorar de medo ou...?

**3º desafio:** No meio do mato apareceu uma cascavel, sacudindo seu chocalho, pronta para o bote. Que fazer? Respostas sugeridas: Tentar fugir correndo; jogar uma pedra na cobra ou...?

**4º desafio:** Um leão feroz e com muita fome aparece à sua frente. Que fazer? Respostas sugeridas: Gritar por socorro; sair correndo ou...?

Uma terceira opção é o que se espera da criança, mas de um modo geral, a criança com baixa autoestima ou depressiva tende a optar por uma das duas primeiras. Foi o que aconteceu com o paciente em questão. Escolheu fugir ou ficar parado sem saber o que fazer. O terapeuta então pode sugerir uma solução, para facilitar o *insight* da criança. Por exemplo, no primeiro desafio diz à criança: — “Você é inteligente, tenha calma. Se fugir, o elefante certamente irá alcançar você. Olhe o elefante, ele tem pernas altas. O que você pode fazer?”. A criança então descobre que pode se abaixar e o elefante passará por cima dela, sem machucá-la.

No segundo desafio, o terapeuta desenha um pedaço de pau ou galho, exatamente do tamanho da boca aberta do jacaré, e diz: — “Olhe em volta, veja se pode usar alguma coisa para evitar a mordida”. A criança então descobre, após alguma reflexão, que se usar o pedaço de pau na posição vertical poderá travar a mordida do jacaré.

No terceiro desafio, o terapeuta desenha um galho em forma de Y (tipo forquilha) e sugere que poderá usá-lo para evitar o bote da cobra. A criança descobre que pode fazê-lo, usando a forquilha para imobilizar a cobra.

No quarto e último desafio, será exigido que a criança descubra uma forma criativa de se livrar do leão, o que poderá conseguir após algumas tentativas frustradas e avaliadas pelo terapeuta. No caso, a criança agarrou um cipó pendurado numa árvore e conseguiu se salvar.

*O que se observa após a história é que a criança tende a melhorar seu nível de autoconfiança e criatividade, no que é estimulada pelo terapeuta, que lhe diz: — “Está vendo como você é inteligente? Tenha sempre calma e use sempre sua inteligência. É normal ter medo das coisas perigosas e ter vontade de fugir ou desistir. Mas você pode descobrir uma solução inteligente para enfrentar seus medos e os perigos”.*

## **AVALIAÇÃO DOS RESULTADOS**

Apesar do caráter experimental do projeto, observamos expressivo aumento dos níveis de motivação e criatividade das crianças, significativa melhora em sua autoestima e, conseqüentemente, maior facilidade no enfrentamento da doença e de seus conflitos pessoais.

A descoberta de seu valor como pessoa e a ampliação de sua competência para a vida ajudam as crianças a se adaptarem à nova fase de sua existência e a superarem as sequelas do tratamento, como perda de órgãos ou partes do corpo.

## **O MUNDO MÁGICO DAS HISTÓRIAS**

Toda história é como um sonho. Através dela nos movemos com a leveza da imaginação e o poder da fantasia. Uma história terapêutica deve, portanto, estimular o mundo virtual que existe em todo ser humano. Um mundo feito de uma realidade em que tudo é possível, em que somos poderosos e donos do nosso destino.

Esse SER fantástico que habita nas profundezas da cada um de nós é intocável, nada pode diminuí-lo ou aumentá-lo, porque ele está além do tempo, do espaço e de todos os limites. Nenhum mal, nenhuma doença, pode atingi-lo. Nada pode lhe causar dano. Se perdemos parte do nosso corpo, ELE continua inteiro; se nosso corpo adocece, ELE continua forte e sadio. Histórias terapêuticas objetivam revelar à criança a existência dessa dimensão maravilhosa, tornando-a competente diante da vida e capacitada a enfrentar

com coragem suas dificuldades. Por meio delas a criança assume sua responsabilidade diante da vida e descobre sua capacidade de fazer escolhas e tomar decisões, sem culpas e sem medo.

*\***Paulo Cesar da Silva Gonçalves**, psicólogo clínico, formado pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro - UERJ, onde lecionou por doze anos.*