

O animal que queremos ver

por **Denise Evangelista Vieira**

"Sem imaginação ou sonhos,
perdemos a emoção das possibilidades.
Sonhar, afinal, é uma forma de planejamento".
Gloria Steinem

Esta é uma obra de ficção, um pensamento ao contrário, um faz de conta. Estamos entrando num grande casarão moderno, perfeitamente preservado, os jardins que rodeiam a construção trazem luz e sombra para os salões. O chão é revestido de tábuas largas de madeira. Há grandes aberturas e, junto com a porta principal, despertam uma sensação difícil de descrever, nos sentimos acolhidos, mas não oprimidos, e isso, certamente, se deve também ao generoso pé direito. Nosso objetivo é chegar à sala grande, é lá que está o animal que queremos ver. Antes, nosso guia nos pede que sentemos em poltronas dispostas em semicírculos para uma explanação. Ele quer nos preparar para a experiência. Sentamos, as poltronas são muito confortáveis e todos parecem estar ansiosos para entender logo o que é preciso entender, para então chegarmos à sala principal.

Ele começa falando que é impossível separar o ambiente que nos rodeia da compreensão de nós mesmos. Ele diz que o ambiente e o nosso organismo vivo estão em contínua relação. Alguém, ao fundo, declara que gostaria de anotar, mas está sem celular e também não tem papel. O professor sugere que não nos preocupemos. Afirma, como estudioso da gestalt-terapia, que não faz sentido nas investigações da biologia, da psicologia ou da sociologia, iniciar uma abordagem compreensiva, sem que seja pela interação entre o organismo e seu ambiente. E esclarece, "não tem sentido falar, por exemplo, de um animal que respira sem considerar o ar e o oxigênio como parte da definição deste, ou falar de comer sem mencionar a comida, ou de ver sem luz, ou de andar sem gravidade". Não faz sentido falar em construção da percepção individual, sem considerar o ambiente familiar, a comunidade escolar, os amigos, a cultura e o tempo no qual a criança cresce.

Nosso facilitador parece ficar empolgado, cheio de energia, afirma que durante o crescimento nós construímos uma espécie de pele emocional base. Essa pele é alimentada pelos afetos, pelas crenças, pelos hábitos, pelo clima emocional que rodeia a criança. É realimentada quando ela sente que tem suporte e orientação, disciplina e segurança, mas pode sofrer rupturas por negligências ou agressões.

A pele-base vai ganhando características nessa interação entre o organismo e o ambiente, na "fronteira de contato" onde se dá a experiência. Ao longo da vida, vai ganhando também espessura, através de todas as outras interações que se estabelecerem e forem significativas. A pele-base fica amalgamada nas camadas subsequentes. Todas elas, formadas a partir

dos órgãos dos sentidos e do contato com o meio, funcionarão como uma espécie de filtro entre a pessoa e o mundo. Esse filtro, com características singulares, direcionará interesses, perspectivas e escolhas no futuro.

O grau de integridade, de flexibilidade e permeabilidade da pele emocional estará em relação com tudo que compõe a realidade do indivíduo e influenciará a qualidade das trocas que ele fará.

A escritora Carla Madeira, numa entrevista à Folha de São Paulo (15.08.2026) diz que "todo corpo perturbado quer produzir sentido. O processo de encontro com a linguagem é um mecanismo de retomar certa regularidade, certo equilíbrio". Sabemos que o corpo, na sua dimensão física, está em constante troca com o meio para restaurar a homeostase. Na dimensão imaterial, simbólica, essa homeostase é restabelecida pela escuta, pelo olhar, pelo afeto e pelo diálogo. A propriocepção, ou a percepção de si mesmo é aprendida nesse contato com os primeiros mediadores entre a criança e o meio, sendo, eles mesmos, meios para a criança na construção de sentido, na capacidade de se observar e observar o mundo.

A pele emocional, com suas muitas camadas, é, portanto, composta e recomposta nas relações que estabelecemos com o meio todos os dias. Essa contínua comunicação não significa mistura ou diluição (a não ser quando a pele não está completamente íntegra), mas diálogo que se dá através das relações pessoais, bem como na busca por conhecimento e também no processo de autoconhecimento.

A jornalista e ativista, Gloria Steinem nos diz: "temos que respeitar as crianças, ouvi-las, e, então, elas também vão ouvir. Precisamos tratá-las como seres humanos únicos e como parte de uma comunidade." É no exercício do diálogo, com escuta, presença e acolhimento, desde cedo, que a criança aprende o exercício da observação, da auto-observação e da reflexão.

Para terminar, antes de entrarmos na sala principal, nosso orientador afirma que para a gestalt-terapia, criatividade e ajustamento são polares e mutuamente necessários, mas, diferente de outras concepções, não considera o ajustamento como conformidade ao chamado "princípio da realidade". O diálogo pressupõe a possibilidade da expressão do novo, do criativo e não o simples ajustamento ao que está dado. Quando se fala em diálogo, se fala em escuta e acolhimento do que está sendo expressado, não em simples submissão ou obediência.

Nosso facilitador olhou o relógio e disse: "precisamos ir, os animais não podem ficar confinados por muito tempo". "Animais?" Perguntamos em uníssono. "Não veremos apenas um animal?" "Na verdade são dois, porque os dois andam sempre juntos. Vamos!"

Antes de abrir a porta da sala grande o orientador nos informou que os animais que estávamos prestes a ver tinham, cada um, um nome conhecido de todos nós, eles se chamavam Imaginação e Liberdade, e completou: "sem esses animais não podemos transformar o mundo, porque sem eles não podemos sobrevoar, olhar o mundo de cima e pensar sobre ele." Nosso mediador abriu a porta e nossos olhos se encheram de luz.



por **Denise Evangelista Vieira**

Graduada em Teatro, Psicologia, Psicanálise e Psicologia Clínica. Colunista de Psicologia para o Portal Imagem da Ilha (www.imagemdailha.com.br) e atua como Psicóloga Clínica há 22 anos em Florianópolis (SC).

Referência:
Perls, Hefferline e Goodman, Gestalt-Terapia, Summus Editorial, 2 edição, São Paulo, 1997.