

AUTOMUTILAÇÃO NA ADOLESCÊNCIA E A GESTALT-TERAPIA

Felipe Collaço
Alexandra Grassi
Andressa Massad

Resumo

A adolescência é um período de mudanças, trazendo consigo inseguranças, medos, angústias e perdas. Nesta fase o adolescente passa por desequilíbrios e instabilidades extremas, o que o transforma em uma entidade semipatológica. Estabelecer sua identidade e buscar a autonomia torna-se o objetivo fundamental deste momento da vida. Dentre as inúmeras práticas que inspiram cuidados nesta etapa de desenvolvimento está a automutilação ou *cutting*. Este fenômeno revela sofrimento psíquico e físico que tem preocupado a família, a escola e profissionais da área da saúde. É importante ressaltar a grande quantidade de adolescentes que tem sido acometidos por dificuldades, sofrimentos e diversos outros fatores que os levam a essa prática. A internet tem influência no aumento dos índices na medida em que expõe pessoas que se automutilam. Há poucos estudos e dados no Brasil sobre a automutilação. Nos corredores dos colégios e consultórios, contudo, a sensação é de aumento constante dessa prática entre os adolescentes. A partir dessa problemática, o presente trabalho busca destacar os principais pontos que levam o adolescente a essa prática. Objetiva-se também descrever a automutilação, sua tipologia, caracterizar a fase da adolescência com suas crises e vulnerabilidades e, por fim, relacionar a temática e as possibilidades de intervenção com aportes da Gestalt-terapia. A abordagem gestáltica oferece uma série de recursos que focam na tomada de consciência da vivência do paciente. Ao entrar em contato com a experiência o paciente pode compreender o comportamento disfuncional e construir novas formas de ajustar-se criativamente com o meio. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica sobre o tema em questão. A pesquisa revela que adolescência é de fato um período complexo e por vezes contraditório, marcado por perdas como a do próprio corpo, do papel dos pais, da infância e da sua própria identidade. A construção da sua identidade, a busca da autonomia, a afirmação de valores pessoais, a autoimagem e aceitação dentro de um grupo, são cenários que geram crises e conflitos e podem vir acompanhados de grande sofrimento. Ao tentar lidar com este contexto mutante e desafiador, os adolescentes acabam sendo vítimas de si mesmos na prática da automutilação, onde braços, coxas, peitos se tornam alvos na tentativa de amenizar a dor que sentem e não encontra outras formas de expressão. As práticas autolesivas são uma forma de aliviar uma dor que parece insuportável em dado momento, sem evoluir necessariamente para o suicídio. A pessoa que se automutila, na perspectiva da Gestalt-Terapia, pode ser entendida como uma pessoa que aprende que tem que gerir seus próprios recursos e acaba contendo sua energia e sentimentos, de forma que se sente incapaz de comunicar ao meio a sua insatisfação. No período da adolescência o indivíduo fica vulnerável também a distúrbios ao se deparar com a necessidade de desprender-se do mundo infantil, e encontrar-se nesse novo mundo, que não mais caracteriza a infância, mas também ainda não é a vida adulta, para encontrar enfim, o seu lugar no mundo.

Palavras-chave: adolescência; automutilação; gestalt-terapia; cutting