

PERSONAGENS INTERNOS

INTERNAL CHARACTERS

TELMA PEREIRA LENZI

*Diretora Geral do Movimento
– Clínica e Escola de
Psicologia Sistêmica
Presidente da Ong ASSIM
– Associação Instituto
Movimento
Florianópolis, Santa Catarina
– Brasil*

RESUMO: A partir do referencial do Construcionismo Social e das práticas colaborativas e narrativas, este artigo convida a percorrer um caminho teórico que fundamenta e apresenta minha prática terapêutica quando meu olhar enfoca um *self* dialógico. Essa mudança paradigmática nos leva a conhecer um *self* narrativo, resultante dos intercâmbios sociais, possuidor de múltiplas vozes, múltiplas identidades, denominadas por mim como personagens internos. Esse *self* narrativo se manifesta e existe como tal somente em nossas práticas discursivas, onde o entrelaçamento de nossas conversas internas e externas desenvolve diferentes maneiras de nos relacionar uns com os outros, reais ou imaginárias, em nossas formas de viver.

PALAVRAS-CHAVE: construcionismo social, *self* narrativo, linguagem, personagens internos.

ABSTRACT: From a social constructionist perspective and collaborative and narrative practices, this article invites you to course a theoretical path that supports therapeutic practices, when our gaze focuses a dialogical self. This paradigmatic change take us, to meet a narrative self, resulting from social interchanges with multiple voices, multiple identities, named, by me: internal characters. This narrative self manifests itself and exist as such, only in our discursive practices, where the network of our inner and outer conversations develop different ways of relating ourselves to another, real or imaginary, in our forms of life.

KEYWORDS: social constructionism, narrative self, language, internal characters.

*Que o mundo é o meu mundo,
isto se mostra porque os limites da
linguagem (da linguagem que somente
eu compreendo) denotam os limites
de meu mundo.
L. WITTGENSTEIN (1968, p. 111)*

O *self*, definido em sua condição processual de reflexividade, como sustenta Wiley (1996), da consciência voltada para si mesma, é considerado nossa condição humana universal. Na psicologia, mais especificamente na psicologia social, a ênfase sobre o estudo do *self* só volta a ter destaque a partir da revolução cognitiva, como relata Gergen (1985), quando o conceito de *self* evoluiu de autoconhecimento para construção comunitária, do mecanismo para a ação (*agency*), da estrutura para o processo.

A concepção de *self* centralizado, estruturado e de difícil mudança sofre uma transformação com o surgimento da ideia de um *self* descentralizado, sempre em movimento e constituído de várias autoidentidades – os personagens internos. O *self* como discurso, constituído a partir da linguagem com ênfase no que é compartilhado, passa a ser o lugar das práticas do construcionismo social. A visão pós-moderna de *self* narrativo resulta da combinação entre o moderno movimento das ciências literárias representado por Bakhtin (1929/2009) sobre o romance

Recebido em: 13/08/2013
Aprovado em: 14/10/2013

polifônico e as abordagens narrativas e colaborativas nas nossas práticas terapêuticas dentro de uma visão do construcionismo social.

Os personagens internos não existem dentro da mente das pessoas, não conseguimos vê-los, nós os invocamos linguisticamente através de reflexão, no diálogo. É necessário convidá-los para uma conversa a partir da imaginação dos nossos clientes, reunir e relacionar todos os aspectos que possamos perceber de suas circunstâncias atuais, em uma sequência ao longo do tempo, em uma “paisagem interior de possibilidades” nos termos de Wittgenstein, como coloca Shotter (2010). Ao conhecermos melhor a maneira de agir dentro dessa paisagem, podemos conhecer o curso das suas negociações internas e quais recursos estão disponíveis em cada experiência da vida.

Neste artigo, primeiramente fundamento o *self* como um conceito em desenvolvimento, suas definições e as maneiras de abordá-lo, que surgiram em momentos históricos diferentes: do *self* bipartido de W. James à noção de *self* narrativo, existente nas práticas discursivas nos encontros relacionais. Após, apresento a minha prática construcionista social com o *self* narrativo, na qual considero os personagens internos um recurso valioso para acessar nossas vidas interiores.

VISÃO CONSTRUCIONISTA SOCIAL DO SELF

Herdamos, da filosofia, o *self* transcendental e imutável de Platão, o *self* dividido entre o corpo e o espírito de Descartes e o *self* equipado com categorias universais na mente de Kant. Visto, até então, como entidade, como “si mesmo”, independente e autônomo em relação ao outro, o conceito de *self* foi se

transformando nos últimos dois séculos, integrando influências sociais, tecnológicas e filosóficas.

Gergen (1992) destaca a visão romântica do *self* no século XIX, que atribui a cada indivíduo traços de personalidade, emoções, moralidade e criatividade. O autor segue enfatizando a visão modernista do *self* no século XX, que valoriza a capacidade de raciocínio para resolver problemas, desenvolver conceitos, opiniões e intenções conscientes. Porém, essas visões entram em crise no final do século XX, devido às transformações propiciadas pelas tecnologias midiáticas. A constatação de que o contexto social afeta as maneiras pelas quais os indivíduos e os grupos interpretam seus mundos interpessoais e pessoais, conduziram a um novo olhar sociocultural do *self*.

O construcionismo social, pertencendo ao desenvolvimento da própria ciência, vem lançar seu olhar para uma noção sociocultural da mente, segundo a qual o funcionamento mental tem origem nos processos sociais, ou seja, nas relações que estabelecemos entre as pessoas, e não nas mentes individuais. Vendo dessa maneira, os processos psicológicos são sociais e somente podemos compreendê-los se forem contextualizados e entendidos à luz da comunidade e das relações nas quais o sujeito está inserido. “Estar inserido em relações” ocorrerá antes da individualização, à medida que o *self* é definido como um subproduto dos relacionamentos, envolto em um “mundo de significados”, nos termos de Gergen (1994), ou visto como uma “pluralidade de *selfs* possíveis”, nos termos de Bruner (1997).

Desenvolvemos, nas trocas conversacionais significativas, um senso de identidade ou vozes interiores que dão sentido ao nosso mundo, às nossas próprias ações, e seguimos definindo

nosso *self*, sendo tais realidades interdependentes. Gergen (1994) destaca que essas trocas conversacionais são construções abertas a contínuas alterações à medida que uma interação progride. O *self* é, portanto, produzido dentro dessas sequências conversacionais de ação, num eterno “vir a ser”. Considerando sua constituição na conversação, falamos, então, de um *self* narrativo.

Desenvolvemos narrativas sobre nós mesmos através da organização de eventos pessoais ao longo do tempo, quando então estabelecemos conexões entre eventos vividos na tentativa de construirmos nossa história de modo que essas conexões sejam inteligíveis a nós e aos outros. Narrativas conversacionais funcionam como histórias contadas dentro de uma sociedade, usadas como recursos culturais e com diferentes propósitos, como por exemplo: autoidentificação, autojustificação e solidificação social.

A possibilidade de sustentarmos determinadas narrativas de *self* vai depender, fundamentalmente, dos nossos relacionamentos com os outros. Essa interdependência resulta do fato de que uma identidade pode apenas ser mantida enquanto outros desempenham papéis apoiadores na sua construção. Gergen (1994) aponta para o fato de que a presença de um outro (presente ou imaginário) é essencial, sendo que o desenvolvimento de uma narrativa de *self* é sempre um processo de colaboração, de coautoria. Em relacionamentos colaborativos, nosso olhar se volta para o eu-outro como constitutivo do que vem a ser uma pessoa: “Preciso do outro para ver quem sou.” Nessa visão de como conhecemos uma pessoa, o interesse deixa de estar nos processos mentais e passa a enfatizar os processos relacionais, ou seja, o interesse deixa de ser o

indivíduo e passa a ser o relacionamento, conforme coloca Gergen (1994). O *self* não é mais fundamentalmente uma propriedade do indivíduo, mas dos relacionamentos, do intercâmbio social.

Sabemos que é uma ilusão pensarmos em um indivíduo dono de um conhecimento e com soberania sobre o seu *self*. Gergen (1985) e Shotter (1997) questionam a existência do acesso a uma verdade universal e de uma perspectiva individual desengajada de um contexto relacional. Shotter (1997) argumenta que mentes, *selves* ou psiquês existem somente quando encaixados em nossas práticas discursivas.

O construcionismo social (Gergen, 1985, 1994; Shotter, 1997), com sua natureza radicalmente nova, traz para a discussão vocabulários novos e novas formas de falar, mudando o assunto da argumentação e propondo uma tradição multivocal, não eliminativa. Essas mudanças nas formas de falar podem ressaltar características das nossas relações com os outros e com o contexto que nos envolvem e que antes não percebíamos. Neste sentido, pode nos levar a novos meios pelos quais as pessoas se relacionam rotineiramente.

O contexto que envolve esta discussão sobre a compreensão da ação humana, o eu individual ou o eu relacional dos *selfs* múltiplos, questiona verdades científicas de mais de dois mil anos. A tradição ocidental ainda está comprometida com a antiga noção de *self* único, possuidor do saber. Anderson (2009) aponta como uma grande mudança a nova forma de concebermos o *self*: não como *self* solitário, mas como *self* relacional. Isso aumenta a responsabilidade, tornando-a compartilhada ao utilizarmos a multiplicidade de formas para descrever e vislumbrar saídas para as dificuldades que enfrentamos.

CONTRIBUIÇÕES PARA AS PRÁTICAS TERAPÊUTICAS COM O SELF DIALÓGICO

A construção de um espaço para que aconteçam trocas dialógicas envolve o estabelecimento de uma relação que favoreça a reflexão mútua entre as pessoas envolvidas. Esse espaço de trocas pode estar presente nas inúmeras formas de interações e autorreflexão da nossa vida diária. Na psicoterapia, a teoria dialógica encontra seu lugar nas práticas dialógicas. E essa prática terapêutica dialógica vem sendo construída através de um rico caminho de teorias, práticas e contribuições de teóricos. A teoria do self dialógico surge de um processo onde se integram e conjugam os conceitos de *self* e de narrativa de Hermans, Kempen & Van Loon (1992), apoiada na teoria de *self* de William James (*apud* Wozniak, 1999) e na noção de novela polifônica de Mikhail Bakhtin (1929/2009).

Consideramos, entre muitas contribuições fundamentais, citar aquelas que hoje, de alguma forma, encontram-se presentes em minhas práticas, porém num pano de fundo pós-moderno.

Inicialmente, James propôs um *self* bipartido, que é parte sujeito ativo do conhecimento (eu) e parte objeto passivo de ser conhecido (mim). James (*apud* Wozniak, 1999) define *self* como algo não apenas individual, mas também social. Assim, o *self* envolve tudo aquilo que podemos chamar de “meu”, incluindo, além de nosso corpo e seus domínios psíquicos, as nossas roupas, casa, família, nossos amigos, ancestrais etc.

Bakhtin (1929/2009) traçou um paralelo entre os diálogos dos personagens da novela polifônica e o diálogo interno que, para ele, seria fundação da própria personalidade. Além disso,

Bakhtin estudou as “linguagens sociais”, que representam na fala dos indivíduos a bagagem cultural da sociedade em que estão inseridos. Na novela polifônica, cada personagem, com suas características conflitantes, traz uma voz diferente e simultânea, o que implica a necessidade do diálogo entre elas para sua coexistência.

Hermans e colegas (1992), apoiados na teoria de *self* de James e na noção da novela polifônica de Bakhtin, definiram o *self* dialógico como uma multiplicidade dinâmica de posições do “eu”, relativamente autônoma e convivendo em um espaço imaginário. Para os autores, cada “eu” ou personagem interno estabelece narrativas sobre si, e esse diálogo incessante e multifacetado constitui um *self* narrativamente estruturado e descentralizado. O aspecto narrativo, aqui de grande importância, vem da crítica literária, na qual a formação de significados na vida cotidiana seguiria o mesmo padrão da produção textual, segundo Hermans e col. (1992). Consequentemente, a ênfase na capacidade imaginativa do *self* se torna indispensável, pois apenas com a imaginação é possível formar diferentes histórias para cada posição em que circula o “eu”.

Hermans (2001), voltando-se para a prática terapêutica em seus estudos, propôs uma reorganização do repertório de posições do *self*, com o objetivo de obter um espaço dialógico com maior flexibilidade e movimentação. O autor coloca que o diálogo entre as posições no *self* é pontuado por relações de poder e dominação, o que ocasiona a existência de hierarquias momentâneas. Surge então a necessidade de um dos personagens ocupar uma metaposição que permita vislumbrar a direção da mudança dentro do *self* e a perspectiva do resultado esperado.

Essa separação em posições e metaposição nos coloca e nos responsabiliza como autores que se enxergam como “o ator” nas diversas situações de nossas vidas. Hermans (2001) propõe que o psicoterapeuta funcione como uma nova metaposição no *self* do cliente. Portanto, o processo da terapia seria a busca por espaço de todas as posições no *self*, de modo a transformar as relações hierárquicas internas, dar condições de trocas dialógicas e favorecer coalizões entre posições. O objetivo seria reforçar umas às outras e formar subsistemas que levem à mudança, buscando certo equilíbrio.

Karl Tomm (1999), em seu notório trabalho, desenvolveu a “entrevista aos outros internalizados”, na qual questiona a voz de outra pessoa que o cliente internalizou. Por exemplo: no caso de um cliente que nutre raiva por uma pessoa, o terapeuta pediria que ele entrasse da forma mais profunda que fosse capaz dentro da experiência do outro para falar a partir da posição do “eu” do outro.

Penn & Frankfurt (1994), em um enquadramento mais geral, verificaram que muitos de seus clientes iniciavam a terapia com “monólogos constrangedores” e encorajaram o desenvolvimento da multiplicidade narrativa, introduzindo a possibilidade de vozes alternativas otimistas, positivas e confiantes nas conversas. Aqui foi incluída a narrativa escrita como forma de trazer à terapia outras vozes. O cliente era estimulado a escrever notas, cartas, poesias ou diário entre as sessões para evocar essas vozes positivas.

Riikonen & Smith (1997) se preocuparam com como os discursos culturalmente dominantes constroem a ação individual. Vítimas de abuso físico ou sexual, por exemplo, logo adotam a narrativa de indignas ou merecedoras do abuso. Os autores traba-

lharam com as vozes internas do *self* polivocal, perguntando: “De onde vêm estas vozes opressivas? Que outras descrições foram silenciadas? É possível escutar outras descrições do ocorrido?” As novas vozes colocam em ação diálogos internos mais positivos e opções de novos significados.

David Epston (1992) propôs uma prática terapêutica que desenvolveu a ideia do “questionamento dos outros interiorizados”, sugerida por Karl Tomm. Nesse tipo de trabalho, sugere ao cliente explorar as vozes que habitam o seu interior. Essa prática torna possível que os clientes reconheçam e legitimem os vários personagens que habitam seu *self* narrativo, favorecendo a flexibilização e o entendimento de situações-problema por muitos ângulos. Segundo o autor, muitas vezes nossos personagens internos são competitivos e estão a postos para enfrentar situações problemáticas de maneira não muito pacíficas, o que faz com que o problema não seja solucionado. Tomemos um exemplo: uma pessoa, em determinada situação de conflito, descreve um elenco de personagens que não ajudaria na resolução do problema. No entanto, existem outros internalizados que estão ausentes na conversa terapêutica e que podem ser convidados a participar. A mesma pessoa pode localizar uma segunda voz que represente as dúvidas acerca dessa posição inicial e os resultados a serem obtidos. Uma terceira voz pode sugerir uma posição alternativa a ser explorada. Essas sugestões, quando atribuídas a um outro internalizado, fornecem os meios para considerar a ideia por vários ângulos antes de aceitá-la como viável e o sentimento de autoria relacional, como observou David Epston (1992).

McNamee (2001) apresentou a noção do discurso visto em termos rela-

cionais, no qual os problemas das pessoas não são apenas seus, visto que estamos sempre em relação em virtude das nossas identidades parciais com os outros. Para a autora, responder com indignação quando somos criticados, ou por sermos punidos quando somos rudes, não seria uma resposta necessária. Críticas e rudeza podem ser movimentos coerentes dentro de um discurso relacional. McNamee (2001) sugere que nessa hora possamos perguntar: “Quem está falando e agindo aqui? Que vozes não estão sendo ouvidas? Que *selves* internalizados estão sofrendo? Como podemos ajudar outras vozes que estão abafadas?” (McNamee, 2001, p. 246).

Shotter (1997) apresenta uma versão retórico-responsiva do construcionismo social, realocando nossas vidas “interiores” em “encontros relacionais” momentâneos entre pessoas. Isso ocorre no contínuo fluxo responsivo de linguagens e interações entrelaçadas entre pessoas, enquanto elas cooperam espontaneamente umas com as outras em circunstâncias diferentes. Essa versão retórico-responsiva do construcionismo social proposta pelo autor tem seu foco em nossas práticas incorporadas e em nossas formas imediatas e espontâneas de responder uns aos outros em nossas atividades entrelaçadas pelo discurso.

A LINGUAGEM EM MINHA PRÁTICA COM OS PERSONAGENS INTERNOS

A linguagem, em minha prática terapêutica com os personagens internos, ocupa uma posição de escolha privilegiada. Acredito que é na linguagem, dentro de nossas práticas discursivas, que os personagens internos adquirem suas representações. Ao dar esse enfoque, a representação dos personagens

internos se torna secundária à função retórica responsiva da linguagem.

O espaço terapêutico é um acontecimento que se dá na linguagem. Meu ponto de interesse se concentra no entrelaçamento de todas as conversas externas e internas dos clientes e, em sua paisagem interior de múltiplas possibilidades. O caminho que trilha com os clientes é o de conhecer suas maneiras de agir dentro dessa paisagem e o caminho das negociações internas e externas para a utilização de determinados recursos. Dessa maneira, estabeleço com eles um espaço dialógico para construções de escolhas possíveis.

Desenvolvemos nossas escolhas a partir de significados construídos na linguagem. Confirmamos, ressignificamos, contamos e recontamos nossas histórias, como coloca Anderson (2009), em um espaço relacional imprevisível, que não garante resultados pensados *a priori*. Anderson & Goolishian (1988) consideram que o sistema terapêutico é um sistema linguístico, sendo que os sistemas humanos geram linguagem e significados. Para os autores, o objetivo do processo de terapia é elaborar e manter a conversação até que o problema desapareça. A conversação terapêutica não busca soluções, busca a dissolução do problema através do diálogo. Mudamos quando acontecem novos significados nas trocas conversacionais.

Shotter (1997) afirma que o construcionismo social também tem a dizer sobre os significados construídos na linguagem de nossas vidas interiores, sobre experiências com o pensamento e o pensar, sobre os momentos internos quando, sozinhos, tentamos dar sentido às nossas vidas.

Deste ponto, busco fundamentar epistemologicamente minhas práticas. Construir com os clientes as representações de seus personagens internos e,

através deles, o que se passa nos diálogos de suas “vidas interiores” significa criar novos significados em um verdadeiro espaço dialógico argumentativo, o que amplia o conhecimento, em vez de uma postura eliminativa. A princípio, isso pode causar estranheza e perplexidade. Será necessário adotarmos uma postura diferente, novas práticas, novas formas de perguntar.

Shotter (1997) sugere que desenvolvamos uma tradição multivocal de argumentação que possa sustentar essas formas relacionais de nos relacionarmos uns com os outros. Anderson (2009) nos convida a adotar uma filosofia de vida, referindo-se a uma forma de estar consigo mesmo nas reflexões internas e também nos relacionamentos e conversações. Uma forma de pensar com o outro, de estar e agir em relação ao outro, de responder às pessoas – sugere a autora. Shotter (2010) também destaca a postura inovadora de Tom Andersen diante de sua prática, nos complexos processos de escolha de alternativas e sua aprendizagem de permitir o “aparecimento” espontâneo delas.

Anderson (2009) descreve um relato de Tom, sobre seu alívio de sair da postura eliminatória de “ou-ou” para “isso e este”, como uma postura nos relacionamentos. Os eventos de genuína importância em nossas investigações são eventos únicos, inovadores, e não repetições, lembra-nos Shotter (1997).

Ao adotar essa postura de escuta qualificada multivocal, não eliminatória, passei a olhar os eventos únicos da paisagem interior, a dialogar com interlocutores imaginários – os personagens internos – e observei a ampliação das possibilidades frente às dificuldades que se apresentam aos clientes. Percebi também, por parte deles, o resgate do sentido de autoria espontânea e de multiplicidade como recursos úteis e

legítimos, o que potencializa, cria autocuidado e flexibilidade. O compartilhar de responsabilidades de ações possíveis legitima cada voz interna e faz surgir uma ação conjunta entre os personagens internos. Ao introduzi-los nas conversações terapêuticas, conhecê-los e às suas singularidades, fizeram-se possíveis conversações transformadoras nesse espaço de possibilidades de autorias. Afinal, como argumenta Grandesso (2000), nós, terapeutas, precisamos saber quem são as audiências com as quais nossos clientes estão co-construindo suas histórias.

Não entendo os personagens internos como um problema a ser externalizado. Eles são vozes múltiplas, por vezes contraditórias, e todas serão respeitadas e bem-vindas. Podemos, ao mesmo tempo, ser heróis e vítimas; general censurador, guarda-costas e ciganas; vitoriosos e derrotados; jovem abandonada ou a voz da mãe. Em parcerias ou antagonismos, múltiplos personagens, conscientes ou não, podem coexistir em nossas vidas interiores. Nossos personagens internos refletem os mesmos recursos éticos, retóricos, políticos e poéticos daqueles utilizados pela pessoa em suas conversações dialógicas no mundo exterior, como coloca Shotter (1997). Mas, segundo o autor, eles não exatamente habitam “dentro” de nós como indivíduos.

Os personagens internos não existem em nossa mente. Não conseguimos vê-los ou senti-los; nós os invocamos linguisticamente através da imaginação. Shotter (1997) afirma que existe um *self*, uma vida interior, e ela se renova nas trocas conversacionais, sendo que somente a partir da função retórica responsiva da linguagem os personagens internos ganham suas representações. Portanto, eles existem somente dentro de nossas práticas discursivas, nos encontros relacionais. O

conhecimento responsivo espontâneo de outras pessoas é considerado o ponto de destaque deste paradigma relacional.

Segundo Shotter (1997), no construcionismo social, o que chamamos *self* é um fenômeno de fronteira que tem status extraterritorial no organismo. Na ação prática, é um conjunto de formas utilizadas nas respostas que damos em nossos relacionamentos cotidianos. Sua natureza aparece apenas em nossas atividades práticas, no ponto de contato com esses “outros”, em nossos encontros relacionais com eles, destaca o autor.

Podemos perceber nosso *self* em nossas pausas, em nossa respiração e na entonação responsiva de nossas palavras, através das quais nos dirigimos às nossas relações com o mundo interno e mostramos nossa posição dentro dele, destaca Shotter (1997). É uma peculiaridade de cada indivíduo. Uma expressão que surge através de certo jeito característico, uma expressão facial, verbal ou o tom de voz. É através dessas caracterizações que inicialmente manifestamos nossa postura relacional, nossa movimentação interna em relação às circunstâncias que estamos vivendo, ou seja, por um tom de voz formal, indignado, respeitoso, autoritário, culpado etc.

Bakhtin (1929, 2009) propõe que os personagens internos buscam caminhos criativos para expressar suas narrativas, motivações, apreciações, transformações e consciência, sendo de grande importância conhecer esses diálogos internos. Para o autor, nossa vida interior se manifesta em nossas atividades práticas dialógicas com o mundo e também nos momentos de introspecção. Nesses momentos, nós, dialogicamente, desenvolvemos um sentido próprio de certa circunstância e em um processo de vai e vem, entre o

sentido que criamos e sua formulação específica, damos voz, ora a um, ora a outro, de modo que, mesmo pensando, respondemos a nós mesmos.

CONVERSAÇÕES TERAPÊUTICAS COM OS PERSONAGENS INTERNOS

Nossas conversações terapêuticas com os personagens internos se baseiam em considerações referentes à linguagem, significativamente enfocadas. Em Bakhtin (1929, 2009), o enfoque se dá na influência profunda do discurso da resposta antecipada que criamos com o outro. Nesse caso, todo discurso é orientado para a resposta, para um “outro” interno ou externo ou para certos outros imaginários (personagens internos). O discurso é responsivo a eles, levou-os em consideração ao ser produzido.

Diante deste pressuposto observo e me pergunto: **“Qual a influência profunda que certos personagens internos exercem sobre as formas de vida de nossos clientes?”**

Na dimensão retórica implicada no ato do enunciado, perceberemos as pessoas sempre respondendo umas às outras ou a um “outro” interno com elogios, críticas etc., buscando movimentos explicativos e negociações para coordenar suas ações. Ainda assim, nossas declarações não são responsivas para qualquer um. Ao serem dirigidas para uma audiência social estabilizada, as declarações se tornam uma “forma de vida” particular, e, para essa extensão, elas têm uma forma genérica, ou pertencem a um gênero de discurso, de acordo com Bakhtin (*apud* Shotter 1997, p.14).

Segundo Shotter (1997), vemos a palavra como um território compartilhado em ação conjunta, mesmo sendo muitos de nossos interlocutores

imaginários. O conceito de ação conjunta proposto pelo autor envolve situações nas quais os personagens (da mesma forma que as pessoas) precisam responder inteligivelmente uns aos outros, sendo que apenas um campo limitado de próximas ações seja possível.

Diante desta colocação me pergunto: **“A quais personagens internos nossos clientes estão sempre respondendo, submetendo-se ou se rebelando?”**

Em Wittgenstein, conforme afirma Shotter (1997), o olhar para a movimentação, o alvoroço que presenciamos quando uma ação é tomada, é definido pelo autor como “fundo”: “Não o que um homem está fazendo agora, mas todo o alvoroço, é que é o fundo contra o qual vemos uma ação, e isso determina nosso julgamento, nossos conceitos e nossas reações” (Shotter, 1997).

Diante desta afirmação me pergunto: **“Quais personagens internos de nossos clientes causam mais alvoroço em suas paisagens internas?”**

Ainda em Wittgenstein, conforme destaca Hacker (1999), o conceito de “formas de vida” - nosso jeito de nos relacionarmos em campos reais ou imaginários - é a base para nossas formas de pensar e de falar. Por isso, os jogos de linguagem se entrelaçam em nossas diferentes formas de vida e a fala da linguagem é parte de uma atividade, ou uma forma de vida.

Diante desta forma de entendimento me pergunto: **“Que personagens internos nossos clientes dispõem como recursos nas diversas situações da vida e quais formas de vida estão criando para si próprios ao utilizar determinados recursos e não outros?”**

Shotter (2001) afirma que a natureza lúdica de nossas formas de conversar são muito mais aparentes em nossa

vida quando estamos aprendendo ou desenvolvendo novos jogos de linguagem pela primeira vez. A definição de Shotter sobre a ação conjunta pode também ser estendida aos personagens internos e entre as pessoas e seus personagens internos como uma fonte de novas reações. Respostas corporificadas podem ser a origem de novos jogos de linguagem de onde podemos cocriar e coautorar novos *selves* para nós mesmos diante de situações de dificuldade.

Segundo Shotter (2010), nessas situações de dificuldade, nosso movimento já está estabelecido e carrega toda a nossa argumentação, as hipóteses testadas, as nossas reivindicações para a verdade e a nossa avaliação das evidências em seu apoio. Dessa maneira, essas situações que se apresentam despertam uma reação predeterminada e espontânea que, por vezes, pode ser restritiva.

Conhecer os limites da linguagem e seu significado individual compreendido por cada um nos possibilita olhar cada situação criada em suas paisagens interiores para que possamos ver outras formas de vida possíveis.

Meu trabalho é um convite para conhecer o estilo geral da paisagem interior a partir das conversações com os personagens internos, para com eles moldar o movimento do fluxo de atividades cotidianas relacionais.

Através da imaginação, cliente e terapeuta dão voz a eles e passam a nomeá-los, personificá-los quando há algumas reações singulares dos clientes: mudança no tom de voz, na postura corporal, no fluxo da respiração etc.

Ao acontecer esses eventos únicos, convido o cliente a buscar perceber de quem é aquele jeito, aquela voz. Vou perguntando se esta voz está sempre presente em seus pensamentos e refle-

xões, se tem um corpo, uma intenção, se pode ser um personagem interno e se gostaria de conversar um pouco comigo sobre esta possibilidade, de conhecer seu mundo interno sendo um lugar de múltiplas vozes, múltiplos personagens. Através da imaginação mútua, vamos estabelecendo um diálogo para conhecê-los. Suas intenções e motivações, seus caminhos de expressão, suas dificuldades, indignações etc. A colaboração mútua entre cliente e terapeuta facilita a elaboração de múltiplos personagens internos que, conseqüentemente, elaboram múltiplas realidades sobre a dificuldade apresentada e ampliam a criação de novos significados.

Convido os clientes a me responder em múltiplas vozes, coerentes ou não, antagônicas ou harmônicas:

1. **Que formas você está escolhendo para estar no mundo e viver, dessa forma, sua vida?**
2. **Qual itinerário das negociações internas você toma para resolver as dificuldades que se apresentam em sua vida diária?**
3. **Que outras formas de estar no mundo você pode acessar em suas vidas interiores?**
4. **Podemos chamar outros personagens internos para inventarem outros finais para as suas histórias conhecidas?**
5. **Quem podemos chamar para ajudar a construir novos jogos de linguagem?**
6. **Você está precisando de quais personagens para ampliar as possibilidades de determinada situação: uma criança com bastante esperança ou uma secretária para organizar a agenda?**

Procuro também por outras vozes que não sabemos se co-habitam seu

self, construindo um espaço dialógico não eliminativo para acessar suas vidas interiores. Através da legítima curiosidade, interesse, entusiasmo e respeito, pergunto e interrompo o fluxo das atividades de nossos clientes através de formas de linguagem, imagens e metáforas.

Caso tais indagações ecoem no mundo interno do cliente, obtenho respostas em múltiplas vozes com os personagens internos. Efetuo comparações entre as formas de falar na utilização de determinados personagens internos com outros possíveis jogos de linguagem de nossos clientes. Consigo, desta forma, observar se as formas de vida, em seus personagens internos, restringem-nos ou possibilitam a ação.

Com eles – personagens internos –, através de um jogo, podemos levar nossos clientes a reaprender a falar de forma responsável e a responder, conhecer o outro, a si e sua paisagem interna pela linguagem. Dessa forma, pretende-se tornar possível que ele mantenha seus relacionamentos a partir de outro olhar em relação às suas respostas e reações. O objetivo é que o cliente deixe de se subordinar aos seus personagens internos desejosos, impulsivos e restritivos. Queremos criar, com os outros, um sentido de respeito à singularidade de nossas alteridades.

A natureza de nossas vidas internas é única e precisamos oferecer aos outros um entendimento responsivo sobre ela, convidando o outro a assumir sua parte responsiva adequada ao processo das conversações. Somos capazes de compreender esse novo paradigma e ir além de um jogo de linguagem e de formas de vida estabelecidas com seus gêneros de discurso porque essas habilidades são – ou podem ser – desenvolvimentos. No entanto, o caminho para esse entendimento e desenvolvimento não é

somente o da teoria. Shotter (2010, p. 15) coloca que não podemos mais agir como pensadores científicos isolados, mas “como pessoas personificadas, envolvidas dialogicamente, ordinárias e cotidianas”.

CONCLUSÃO

Acredito que mudanças na maneira de falar podem criar novas formas de vida, facilitar as relações cotidianas e mudar a maneira como as pessoas se relacionam rotineiramente, como seres dignos de respeito mútuo. Acredito que é pela linguagem que poderemos começar a sentir e tocar a complexidade de uma paisagem de circunstâncias internas e externas. Portanto, se acredito que as realidades sociais são socialmente construídas, então afirmo que a voz no processo de construção deve ser garantida a todos – reais e imaginários – e que todas as nossas vozes sejam ouvidas com seriedade pelo outro e por nós mesmos. Assim escutei minhas vozes e meus personagens internos.

No começo, buscava teorias ou me inibia pela ausência delas como se esses processos só pudessem nascer de nossa intelectualidade. Atualmente não penso mais assim. Considero que os personagens internos aconteceram em mim, em meus diálogos internos, base para minha prática ao longo dos últimos 13 anos. Desde então, e ainda mais agora, com esse entrelaçamento teórico-prático, minha experiência prática vem se transformando. Estão, portanto, ocorrendo novas práticas dentro das práticas com os personagens internos. Tenho buscado, também, novos métodos para falar de nossas ações contínuas, inacabadas, no nosso cotidiano, como foi proposto por Wittgenstein.

Personagens internos seguem comigo, dentro de minhas práticas discursivas, como um valioso recurso em desenvolvimento que se apresenta para novos caminhos na linguagem. Ao tornar tal recurso de trabalho público, passo a disponibilizá-lo também para outros terapeutas, ao enfocarem o *self* narrativo dialógico. Considero essa uma forma colaborativa de pensar, com uma postura multivocal que amplia verdades parciais dos nossos clientes e de nós mesmos.

Experimentaremos a agradável sensação de que somos muitos em um encontro com o outro, compartilhando internamente possibilidades, responsabilidades e coautorias na construção contínua de nossos propósitos. Inspirados por Wittgenstein (1968), podemos ir além dos limites da nossa linguagem, pois como ele disse: “Os limites de minha linguagem denotam os limites de meu mundo.”

Iniciei esta empreitada, solicitando ao meu personagem interno Epistemólogo que olhasse o que minha personagem interna Terapeuta estava fazendo na prática clínica. O personagem interno Epistemólogo observou e convidou o personagem interno Escritor para co-construir com ele este artigo. Neste processo dialógico de construção, muitos outros personagens internos que eu não conhecia se aproximaram em trocas reflexivas riquíssimas.

Alguns se opuseram com críticas desqualificadoras, medos desproporcionais, distrações e desinteresses e a Criança Interior choramingou pelos fins de semana de sol em casa. Porém, minha personagem Mestre Interior sempre trouxe uma palavra de paz.

Com vocês, meus personagens internos, nesta paisagem interior onde dificuldades e recursos se tornaram conhecidos, chegamos neste lugar (distante de ser o final) com a sensação de “bem-estar” adquirido pelo caminho.

REFERÊNCIAS

- Andersen, T.** (2002). *Processos Reflexivos*. Rio de Janeiro: Instituto Noos.
- Anderson, H.** (2009). *Conversação, linguagem e possibilidades. um enfoque pós-moderno da terapia*. São Paulo: Roca.
- Anderson, H. & Goolishian, H. A.** (1988). Human Systems as Linguistic Systems: Preliminary and Evolving Ideas about the Implications for Clinical Theory. *Family Process*, 27:371-393.
- Bakhtin, M.** (2009). *Marxismo e filosofia da linguagem*. (13ª ed). São Paulo: Hucitec.
- Bruner, J.** (1997). *Realidade mental, mundos possíveis*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Epston, D. & White M.** (1992) Consulting your consultants: The documentation of alternative knowledges. In D. Epston, & M. White. *Experience, Contradiction, Narrative and Imagination*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.
- Epston, D., White, M. & Murray, K.** (1998). Proposta de uma terapia de reautoria: revisão da vida de Rose e comentário. In S. McNamee & K. J. Gergen (Orgs.). *A terapia como construção social* (pp. 117-138). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Fruggeri, L.** (1998). O processo terapêutico como construção Social da Mudança. In: S. McNamee, & K. J. Gergen. *A Terapia como Construção Social* (pp. 51-65). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Gergen, K. J., & Davis, K. E.** (1985). *The social construction of the person*. New York: Springer-Verlag New York Inc.
- Gergen, K. J.** (1992). *El yo saturado. Dilemas de identidad en el mundo contemporáneo*. Buenos Aires: Paidós.
- Gergen, K. J., McNamee, S.** (1998). *A terapia como construção social*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Gergen, K. J.** (1994). *Realities and relationships: soundings in social construction*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Gergen, K. J., Gergen, M.** (2010). *Construccionismo social: um convite ao diálogo*. Rio de Janeiro: Instituto Noos.
- Gergen, K. J., Gergen, M.** (2011). *Reflexiones sobre la construcción social*. Buenos Aires: Paidós.
- Grandesso, M.** (2000). *Sobre a reconstrução do significado: uma análise epistemológica e hermenêutica da prática clínica*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Hacker, P. M. S.** (1999). *Wittgenstein. sobre a natureza Humana*. São Paulo: Unesp.
- Hermans, H. J. M., Kempen, H. J. G. & Van Loon, R. J. P.** (1992). The dialogical self: beyond individualism and rationalism. *American Psychologist*, 47, 23-33.
- Hermans, H. J. M.** (2001). The construction of a personal position repertoire: Method and practice. *Culture & Psychology*, 7(3), 323-365.
- McNamee, S.** (2001). Reconstruindo a terapia num mundo pós-moderno: recursos relacionais. In: M. Gonçalves & O. Gonçalves (Orgs.). *Psicoterapia, discurso e narrativa: a construção conversacional da mudança*. (pp. 237-264). Coimbra: Quarteto.
- Penn, P. & Frankfurt, M.** (1994). Creating a participant text: Writing, multiple voices, narrative multiplicity. *Family Process*, 33, 217 – 232.
- Riikonen, E. & Smith, G. M.** (1997). *Re-imagining therapy*. Londres: Sage.
- Shotter, J.** (1997). The social construction of our 'inner' lives. *Journal of Constructivist Psychology*, 10, 1, 7-24
- Shotter, J.** (2001). Towards a third revolution in psychology: mental representations of internal practices for social dialogical. In: D., Bakhurst

- & S., Shanker. *Jerome Bruner: language, culture and self*. (pp. 167-183). London: Sage Publications.
- Shotter**, J. (2010). Movements of feeling and moments of judgement: towards an ontological social constructionism. *International Journal of Action Research*, 6, 1, 16-42.
- Tomm**, K. (1999). Co-constructing responsibility. (pp 129-138). In S. McNamee & K.J. Gergen (eds.). *Relational responsibility: Resources for sustainable dialogue*. Thousand Oaks: Sage.
- Wiley**, N (1996). *O self semiótico* (L. P. Rouanet, Trad.). São Paulo: Edições Loyola.
- White**, M. & **Epston**, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Buenos Aires: Paidós.
- Wittgenstein**, L. (1968). *Tractatus logico-philosophicus*. São Paulo: Companhia Editora Nacional.
- Wozniak**, R. H. (1999). *Introduction to the principles of psychology William James 1890. Classics in Psychology, 1885-1914: Historical Essays*. Bristol, UK: Thoemmes Pres.