

EXISTENTIAL THERAPIES (2003) – Mick Cooper. London: Sage Publications, 169 pp.

Este é o livro que faltava na área que se poderia denominar por história e sistemas em terapias existenciais, disponibilizando uma panorâmica geral muito compreensiva, rigorosa e praticamente exaustiva das diferentes abordagens que existem no campo das psicoterapias existenciais.

A finalidade principal deste livro – introduzir o leitor às diversas terapias existenciais – é plenamente atingida e de uma forma muito clara. De tal modo, que o leitor fica bem esclarecido sobre as diferenças que existem, por exemplo entre as abordagens de Binswanger, Frankl, Bugental, Laing e Yalom, para citar apenas alguns autores. Adicionalmente, o livro pretende interessar cada vez mais técnicos de saúde para as abordagens existenciais, discutir quais são as expectativas dos clientes em relação à perspectiva existencial, identificar as potencialidades e limitações de cada abordagem, além de definir qual o tipo de escolhas e dilemas com que se confrontam os terapeutas existenciais. Pode afirmar-se que, no essencial, estes objectivos são também plenamente atingidos. O leitor fica de facto com ideias muito claras sobre como é a prática da psicoterapia existencial, a identificar os aspectos comuns e diferentes que existem entre as diversas abordagens e ainda recolhe sugestões para outras leituras. Como escreveu Emmy van Deurzen (New School of Psychotherapy and Counselling, UK), este livro disponibiliza uma revisão excelente, clara e crítica da abordagem existencial tal como ela é praticada correntemente.

Mick Cooper é Senior Lecturer em Aconselhamento na Universidade Strathclyde (Grã-Bretanha) e psicoterapeuta existencial, que se define a si próprio como se situando entre a perspectiva existencial e a terapia centrada no cliente.

O livro inicia-se com um capítulo sobre filosofia existencial, que assinalando conceitos fundamentais, como o de existência, o método fenomenológico, as escolhas livres, o projecto, autenticidade, etc., dá também conta da diversidade de pontos de vista (Heidegger, Kierkegaard, Marcel, Buber, Sartre, Merleau-Ponty, entre outros), sempre com a finalidade de mostrar como é que as ideias filosóficas informam e inspiram as terapias existenciais, apresentando no final os dilemas e paradoxos da existência e alguns aspectos críticos em relação à própria filosofia existencial.

Seguidamente, o livro está organizado em 6 capítulos fundamentais, cada um dos quais focalizado numa abordagem, a saber:

- Análise do Dasein de L. Binswanger e M. Boss
- Logoterapia de V. Frankl
- Abordagem Existencial-Humanista de Rollo May, J. Bugental, I. Yalom e Kirk Schneider
- Abordagem de R. Laing
- Escola Britânica de Análise Existencial de Emmy van Deurzen, E. Spinelli e Hans Cohn
- Terapias Existenciais Breves de J. Bugental e de F. Strasser e A. Strasser

Cada um destes capítulos está organizado de uma forma em que, após uma revisão das influências principais que inspiraram os autores, é caracterizada detalhadamente a abordagem, sempre com preocupações cronológicas, e termina com uma perspectiva crítica sobre a abordagem em análise. Cada capítulo tem referências bibliográficas muito completas, específicas e actualizadas.

Os sétimo e penúltimo capítulo é muito importante porque apresenta uma análise detalhada das várias dimensões da prática psicoterapêutica, situando as diferentes abordagens ao longo de três eixos fundamentais:

- Fenomenologia – Existencialismo
- Patologização – Não patologização
- Directividade – Não-directividade

Este capítulo permite identificar de forma clara as semelhanças e as diferenças que existem entre as várias abordagens terapêuticas existenciais.

Finalmente, no último capítulo da obra o autor discute os desafios futuros e as questões em aberto com que se confrontam as terapias existenciais, com destaque para a demonstração da sua eficácia terapêutica e

o estabelecimento de diálogo com outras abordagens psicoterapêuticas. O autor mostra aqui qual a sua perspectiva para superar dialecticamente os conflitos que existem entre as diversas perspectivas existenciais, nomeadamente em torno daquelas polaridades e do discurso existencial, defendendo uma compreensão dinâmica e destrutiva das estruturas opostas e dos significados.

Por todas as razões, é um livro que não só é recomendado mas também é recomendável para todos os que se interessam pelas terapias existenciais.

José A. Carvalho Teixeira