

Faculdade Vicentina – FAVI - PR
Associação Luso-Brasileira de Transpessoal – ALUBRAT
Pós-graduação em Psicologia Transpessoal

Viviane Cristina Santos da Silva

Os 3P's
Prontidão, Permissão e Processo
O caminho evolutivo no processo terapêutico

Artigo apresentado como
requisitos parciais para a
obtenção do título de
especialista em Psicologia
Transpessoal pela Faculdade
Vicentina – FAVI e ALUBRAT –
Associação Luso-brasileira de
Transpessoal – São Paulo

SÃO PAULO
Ano 2023

Os 3P's Prontidão, Permissão e Processo O caminho evolutivo no processo terapêutico

Viviane Cristina Santos da Silva
Manoel José Pereira Simão

Resumo

A busca por métodos eficazes no atendimento psicoterápico tem evoluído conforme a evolução humana, procurando compreender e entender as necessidades integrais do ser humano. A Abordagem Integrativa Transpessoal nos traz uma visão holística, o todo desse indivíduo, considerando todas as dimensões que o compõe: mental, emocional, físico, espiritual e transcendental. Neste contexto, os 3P's – Prontidão, Permissão e Processo – O caminho evolutivo no processo terapêutico, desenvolvido pela autora, pode emergir como uma estrutura valiosa para orientar o processo terapêutico, proporcionando uma abordagem ainda mais humanizada e eficaz no atendimento clínico. O indivíduo é, a todo momento, convidado a ter a percepção do quanto está em prontidão e permissão, para só assim viver o processo, não só terapêutico, mas o processo de viver a vida no autoconhecimento, reconhecendo e aceitando-a como ela é. O paciente/cliente chega à terapia em prontidão, pronto para se olhar, porém dependendo do momento em que está, de qual dor, angústia o traz ao processo psicoterápico, esse indivíduo pode não estar em permissão. Permissão para acessar os próprios conteúdos, para que o processo aconteça, pois ao longo dos meus oito anos de atendimento, vi em clínica o quanto a vida acontece em um processo, de experiência, vivência, caminhada, partindo dos pressupostos do Reis e das setes etapas da AIT.

Palavras-chaves*: Psicoterapia, Psicologia Transpessoal, Processo Terapêutico.

Objetivo:

Trazer, por meio deste trabalho, desenvolvido pela autora, a importância da consciência que a vida acontece em processos, por meio das experiências vividas, sensibilizando a psique por meio da Razão, Emoção, Intuição e Sensação - REIS. Seguindo os passos essenciais da A.I.T.: Reconhecimento, Identificação, Desidentificação, Transmutação, Transformação, Elaboração e Integração, as sete etapas. Entendendo como antecedentes a prontidão e permissão do indivíduo para que o processo aconteça, os 3 P's.

Introdução

Os 3P's, desenvolvido pela autora, é aplicado e desenvolvido no decorrer do processo terapêutico. Baseada na experiência clínica da autora, foi-se observando como os pacientes/clientes passam por etapas enquanto vivenciam o processo psicoterapêutico.

Ao abordar a introdução do tema sobre os 3P's, como caminho evolutivo no contexto do atendimento clínico psicoterápico, é importante contextualizar a evolução da psicoterapia, que ao longo das décadas reflete uma busca contínua por métodos mais eficazes e abrangentes, capazes de compreender e atender às complexidades e necessidades integrais do ser humano. Nesse contexto, a abordagem integrativa transpessoal, desenvolvida especialmente por professora doutora Vera Saldanha, a partir do ano de 1988, emergiu como uma perspectiva revolucionária que vai além das fronteiras tradicionais da psicologia, na busca do desenvolvimento de métodos mais abrangentes, considerando não apenas o aspecto psicológico, mas também o emocional, espiritual e o transcendente do indivíduo.

Ela reconhece a complexidade do ser humano, considerando não apenas suas experiências conscientes, mas também os aspectos mais profundos e transcendentais da existência.

Vera Saldanha, pioneira nesse campo, contribuiu significativamente para a compreensão da psicoterapia além dos limites convencionais, enfatizando a importância da integração de todas as dimensões do ser na busca pelo bem-estar e crescimento pessoal. Sua abordagem não apenas acolhe a diversidade de experiências individuais, mas também reconhece a necessidade de uma visão integral, enfatizando a importância do autoconhecimento, da espiritualidade e do desenvolvimento pessoal na jornada terapêutica.

“Uma vez tocado pelo transpessoal, não há mais o retorno possível; é preciso seguir adiante e tornar essa experiência cada vez mais permanente, transformando-a numa maneira de ser na própria vida cotidiana. Pouco a pouco percebemos que não estamos sós, que existe uma Presença que nos guia, através de um aprendizado nem sempre fácil e, por vezes doloroso. O esforço, todavia, vale a pena, pois frequentemente, após prolongados sofrimentos morais, encontramos o verdadeiro sentido de nossa existência, nossa verdadeira razão de ser neste planeta.” Weil – Abordagem Integrativa Transpessoal – Psicologia e Transdisciplinaridade - Saldanha e Acciari 2019, p.05.

Dentro desse panorama, os 3P's poderá surgir como um guia valioso no contexto do atendimento clínico psicoterápico. Esses três pilares – Prontidão, Permissão e Processo – oferecem uma estrutura sólida e flexível para os

terapeutas transpessoais, permitindo uma abordagem personalizada e sensível à subjetividade de cada indivíduo.

No olhar do indivíduo, nesses oito anos atuando como psicóloga clínica, e nos últimos quatro anos essa temática eclode com mais intensidade e exposição em sessões, percebo como o processo terapêutico acontece a partir das solturas que o indivíduo consegue se permitir viver. Observo o quão inconscientemente o indivíduo está em prontidão, quando está pronto para olhar, cuidar daquilo que realmente importa. Quando ele chega à terapia, nem sempre se percebe ou está na permissão, que é quando se permite acessar seus conteúdos mais angustiantes, dolorosos e paralisadores em seu caminhar na vida, não conseguindo alcançar então o processo e é quando as coisas acontecem no caminho de qualquer indivíduo, dando vasão ao fluxo do viver, onde tudo flui.

No processo terapêutico vai-se nomeando e mostrando esses três 'pês' para o indivíduo, pois muitos chegam querendo já respostas imediatas, soluções rápidas, e a terapia por si só é um processo, assim como a própria vida e para que um processo aconteça se faz necessário algumas etapas. Neste trabalho as etapas são os três pês, o próprio processo entra como uma etapa, e relacionando-os com o Reis e as sete etapas da A.I.T.

“Em todo processo psicoterapêutico é importante considerar os contextos nos quais o indivíduo está inserido para a compreensão de sua dinâmica, motivação e conflitos psíquicos. O contexto sugere o conjunto de circunstâncias em que se produzem determinados aspectos psíquicos; que podem envolver lugar, tempo, cultura, assim como a inter-relação das circunstâncias que acompanham um fato ou situação.”

“Processo é uma palavra que deriva do latim de processos, projeção. ‘Pro’ indicando para frente; ‘cedere’- ir. Assim o processo sugere avançar, caminhar para a frente.” – Saldanha, 2022, p.07

Assim, esta introdução enfatiza não apenas a evolução da psicoterapia, mas também a relevância da abordagem integrativa transpessoal da professora doutora Vera Saldanha e a importância dos 3P's como um guia para o atendimento psicoterápico mais abrangente e compassivo.

“Para a A.I.T., somente acontece a experiência verdadeira quando nos toca e nos transforma em sujeito consciente da inteireza de nossa transcendência,” – Saldanha, 2022, p.08.

Os 3P’s – Prontidão, Permissão e Processo

Prontidão

No dicionário Mini Aurélio de 2004, prontidão é 1.qualidade de pronto, 3.concluído, terminado, 4.preparado, apto.

O primeiro “P” dos 3P’s, a prontidão, refere-se à predisposição do cliente/paciente para o processo terapêutico. Na abordagem integrativa transpessoal, isso implica na disposição do indivíduo para a autorreflexão, autoconhecimento e abertura para explorar os aspectos mais profundos de sua experiência interior.

A psicoterapia transpessoal encoraja o cliente/paciente a se conectar com sua prontidão interior, estimulando a consciência de si mesmo e de suas necessidades, possibilitando o início do processo de transformação pessoal.

Na experiência clínica, é percebido que existe uma primeira prontidão, se assim podemos denominar, quando o cliente/paciente busca o auxílio na terapia. Neste momento, muitos, não estão na prontidão genuína, a que vem com o entendimento visceral e consciente da importância da terapia em seu momento de vida. O fato do indivíduo buscar a terapia não é garantia de que ele está pronto para vivenciar o processo terapêutico. Muitos chegam à terapia por que o médico do pronto socorro encaminhou, por que a esposa pediu, por que a família e/ou amigos sugeriu. Existem clientes/pacientes, que mesmo com alguns anos de processo terapêutico, não conseguiram ainda acessar o processo, o fluir da vida, por estarem na resistência de acessar seus conteúdos mais profundos, oscilam entre a segunda prontidão e a permissão.

A segunda prontidão é quando o indivíduo reconhece a importância da terapia para superar o momento vivido. Existe consciência nesse estágio do

quanto precisa se permitir para vivenciar o tal desejado processo, muitas vezes este ainda está inconsciente, porém, latente.

Permissão

No dicionário Mini Aurélio de 2004, permissão é ato ou efeito de permitir, consentimento. Permitir é 1.dar liberdade, 2.deixar que aconteça; aceitar, 5.tornar possível.

O segundo “P”, Permissão, representa a liberação emocional e psicológica do cliente/paciente para explorar áreas de seu ser que podem estar reprimidas ou negligenciadas. A abordagem integrativa transpessoal oferece um ambiente terapêutico seguro e de apoio, no qual o indivíduo se sente encorajado a se abrir para novas experiências e perspectivas.

A permissão no contexto terapêutico transpessoal implica na aceitação e acolhimento de todas as partes do ser do indivíduo, incluindo aquelas que possam estar associadas a experiências dolorosas ou aspectos menos conscientes da psique.

É na permissão, como o próprio dicionário menciona, que o processo pode tornar-se possível. Onde o indivíduo se sente seguro para ir se libertando das coraças, represálias e tantos outros cenários densos em que está envolvido por sua mente inconsciente.

No processo psicoterapêutico, permitir-se é o primeiro passo para o encontro com o auto amor, o amor próprio. É a visão da possibilidade futura próxima de estar em liberdade de quem se é de fato. Permitir é um ato de coragem, percebe-se o quanto o indivíduo começa nesse estágio a se fortalecer, a reconhecer o poder que tem dentro de si em estar consciente de si.

A liberdade é certa com a permissão, a liberdade consigo, o começo do entendimento e reconhecimento das próprias capacidades em ter novos olhares, em sentir novas sensações perante a vida. Aqui é observado o quanto é necessário soltar as bagagens que não são de quem as carrega, o quanto é valioso a leveza e alegria vivenciada nesta etapa. A intuição começa a ser despertada, ganhando notoriedade na vida do indivíduo, no cotidiano deste que antes estava adormecido e distante de sua essência.

Podemos dizer que tão importante quanto estar pronto, é o se permitir. E a cada permissão novos mundos vão sendo descobertos. O se permitir aprender, dizer não, dizer sim, sentir, explorar, pensar e repensar, refletir, analisar, questionar para entender, intencionar, intuir. Entendendo que é possível se permitir enquanto desbrava a caminhada rumo ao processo do fluir.

Processo

No Mini Aurélio 2004, processo é 1. ato de proceder(executar), de ir por diante. 2. Sucessão de estados ou de mudanças.

O terceiro “P”, Processo, representa a jornada terapêutica em si. Na abordagem integrativa transpessoal, esse processo é visto como uma viagem de auto exploração, crescimento e transformação. Aqui, o terapeuta atua como um guia, facilitando o entendimento das experiências do indivíduo e auxiliando na integração das mesmas.

O processo terapêutico transpessoal, não segue uma abordagem linear, mas é adaptado às necessidades individuais de cada cliente/paciente, permitindo a flexibilidade e a espontaneidade para explorar diferentes técnicas e intervenções terapêuticas.

O Processo, palavra que a autora particularmente gosta e a utiliza a todo momento, bem como a palavra autoconhecimento. São palavras que andam entrelaçadas no viver, o processo acontece a partir do autoconhecimento, assim como o autoconhecimento desperta-se a partir do processo. É inevitável o encontro desses acontecimentos na vida quando se está pronto e em permissão para o grande despertar e transformação na vida.

Quem na vida não vive processos, não vive. Estar em processo na vida, é estar em fluxo com o movimento do viver. É entender que a vida é muito fluída e é como é, não á muito para onde correr e resistir pode ser muito mais doloroso do que integrar e se entregar a essa verdade. É no processo que o indivíduo entende que as caminhadas, mesmo que tortuosas, é exatamente o que precisava passar para o transbordar da vida, pois cada indivíduo vive

exatamente o que é capaz de viver e dar conta de acessar na própria caminhada. A vida é processo o tempo todo, mesmo quem está ainda adormecido passa por processos.

Em alguns processos terapêuticos, acessar o processo da vida é muito doloroso, tem muita carga impressa do contexto todo vivido ao longo da vida. O indivíduo está no emaranhado de crenças recebidas na educação e reforçadas ao longo de seu desenvolvimento, principalmente se não há o despertar tão logo. Infelizmente nem todos despertam cedo para viver o processo da vida na sua total inteireza de unidade. E o caminhar na terapia, muitas vezes, é mais moroso que o esperado.

Para tantos outros, o processo acontece de forma permissiva inconsciente. Parafraseando Carl Gustav Jung:

“até você se tornar consciente, o inconsciente irá dirigir sua vida e você vai chama-lo de destino.” (JUNG, Carl Gustav; JAFFÉ, 1961 e JUNG, Carl Gustav, 1964)

E este deposita o que é seu de responsabilidade, na conta do outro semelhante, pois, novamente aqui, as crenças, a educação recebida, a ambiência onde se desenvolveu, o faz acreditar que o outro é responsável por suas mazelas e não ele mesmo.

E há os indivíduos que acessam o processo em uma leveza de se assistir no setting terapêutico e a intuição se faz presente quase que desde o primeiro momento em que chega à terapia. E vai-se junto auxiliando com recursos já acessados no indivíduo, porém ainda sem muita clareza de entendimento que esses recursos é o caminho para o processo do viver conscientemente, na inteireza de ser quem se é.

Os 3P's, r.e.i.s, as setes etapas, os eixos e o corpo teórico da Abordagem Integrativa Transpessoal

R.e.i.s

Além do corpo teórico formado pelos Aspectos Estruturais, os Aspectos Dinâmicos também compõem toda didática transpessoal, sendo eles o Eixo Experiencial e o Eixo Evolutivo. O Eixo Experiencial é a integração da Razão, Emoção, Intuição, e Sensação – Reis. Os quatro aspectos psicológicos que são inerentes à natureza da psique humana.

“Quando nos reportamos aos Aspectos Dinâmicos, estamos evidenciando como percebemos o desenvolvimento evolutivo psicoespiritual no ser humano. Estamos nos referenciando não só como funções psíquicas, mas integrando aspectos racionais (Razão –R), que envolve uma análise conceitual no pensamento e análise valorativa no sentimento, aliados à emoção (Emoção-E).

“Propomos que o processo de desenvolvimento evolutivo acontece mediado pelas nossas experiências. Daí o Eixo Experiencial se dá desde o início da vida através do S E R (Sensação, Emoção e Razão), permitindo que o ser real se expresse com toda a realeza quando acolhe e integra a Intuição, já presente no nascimento e até antes, segundo o Princípio da Transcendência proposta pela AIT, e favorecendo um desenvolvimento psicoespiritual atual, saudável, através do REIS (Razão, Emoção, Intuição, Sensação), adquirindo características e níveis distintos, desde os mais elementares até os níveis mais superiores, que serão mediados pela presença e integração consciente do Eixo Evolutivo, o qual representa os estados ou níveis da Consciência. (Saldanha, 2021, p 06 e 07)

Razão: representa o sentimento e o pensamento, funções que estão relacionadas à cognição, à análise de conceito e lógica, ao que é certo ou errado, ao tempo (passado, presente, futuro). Atitude racional baseada em valores objetivos, definidos pela própria experiência prática, isso tudo no pensamento. Já no sentimento, tem a relação com as crenças, valores, elaboração própria do que é bonito, feio, do que gosta ou não gosta.

Nos 3P's, relacionamos a Prontidão com a Razão, onde é observado o pensamento, como lógica: “vou à terapia para saber sobre determinado acontecimento em minha vida.” E sentimento: “sinto que não estou no meu eixo, sinto não saber ao certo quem sou.” Na Prontidão, o indivíduo está, muitas vezes, ainda nessa lógica, quase como um mais um são dois. Está no concreto, precisa se apegar a algo que é “visível” por sua mente.

Já a Permissão está relacionada ao sentimento e assim com a Intuição. Nessa fase é quase impossível não se ter sentimentos tais como: empatia por si, alívio, reflexão, confiança, frustração, aceitação, etc. Se tem nesse momento

a razão ainda agindo, porém com menos intensidade e protagonismo, abrindo espaço para que inevitavelmente a intuição aflore e o indivíduo vá se permitindo também a reconhecer esta instância em si e como manejá-la no cotidiano.

No Processo, a intuição se mantém, ganhando mais notoriedade no indivíduo, acessando assim o potencial do sentir, a Sensação tem caminho aberto na vida do indivíduo, muitas vezes começando como uma estrada de terra, com alguns pedregulhos, até se tornar uma estrada de vias largas, com iluminação e placas de sinalização. A sensação sinaliza o que a intuição avista primeiro e a razão não alcança por ficar só no mental.

“A intuição é uma percepção, um conhecimento claro, direto, imediato e espontâneo da verdade sem auxílio do raciocínio.” (Aulete, 1987, p.1071 – Saldanha, 2022, p. 11)

As sete etapas

Reconhecimento, Identificação, Desidentificação, Transmutação, Transformação, Elaboração e Integração.

Conhecida também como Dinâmica Interativa, as sete etapas acontece de forma dinâmica e integrada no processo de desenvolvimento pessoal. Nesses passos o indivíduo é convidado, por meio de técnicas e exercícios profundos, a acessar a aprendizagem da vida, despertando assim a consciência acerca do que lhe acontece, com entendimento, clareza e inteireza.

Reconhecimento: etapa primeira, onde o indivíduo começa olhar ao redor e questionar o que antes era inquestionável, mobilizando-se a acolher o novo. No atendimento clínico esse estágio é o que traz o cliente/paciente para a terapia, é a queixa, a demanda, o que tem levado o indivíduo ao sofrimento.

Nos 3P's, a Prontidão é relacionada com esta etapa do Reconhecimento. A necessidade de um novo olhar, mostra ao indivíduo que ele está pronto para buscar qual seja esse novo olhar, mesmo que em alguns casos o cliente/paciente não tenha a prontidão total no início do processo terapêutico. Ouve-se, por exemplo: “eu vim por que minha família levantou a hipótese de eu necessitar de um acompanhamento terapêutico, por me perceberem triste nos últimos tempos, e sinto que estou mesmo.” Nesta fala, o “sinto” nos dá a direção da prontidão desse indivíduo, porém pode-se ainda estar na prontidão primária, quando ainda

não está totalmente pronto para estar no processo terapêutico, porém pronto para ao menos buscar o auxílio de um profissional.

Identificação: esta etapa só vai ocorrer quando o indivíduo se perceber no ressoar de sua necessidade básica que o traz à terapia, acontecendo aqui o interesse, a participação e a motivação para se auto entender para se conhecer.

A Prontidão também é relacionada com a Identificação, pois o indivíduo se percebe pronto a vivenciar suas dores, angustias, emoções reprimidas, sofrimento, sem o auto julgamento, estando pronto para receber o acolhimento na terapia, o continente que é a terapia para o momento. Entendendo a função desses sentimentos e emoções ao longo da vida. Relacionando-os aos acontecimentos vivenciados por meio da educação, ambiência e referências recebidos ao longo de seu desenvolvimento. Aqui o próprio cliente/paciente sente seu campo pronto para aprender a se acolher.

Desidentificação: Nessa etapa não há como o indivíduo não ter tido a experiência com a identificação, pois é aqui que se começa a estimulá-lo a “olhar de fora”, iniciando o processo do desapego de emoções, sentimentos e crenças que gera o sofrimento que o fez buscar a terapia.

Relacionamos essa etapa ainda com a Prontidão, pois para o indivíduo iniciar o desapego daquilo que o fez sofrer até então, olhar-se de fora como espectador da própria história, é inevitável estar pronto para desapegar. E estimulamos aqui o indivíduo ao próprio não julgamento. Nesse momento se estimula também a inteireza pessoal, valorizando outros elementos, bem como seus próprios valores, sobretudo a intuição e a sensação, havendo assim uma abertura para os níveis mais diferenciados de percepção de si, fortalecendo essa prontidão, para que se esteja fortalecido quando o processo acontecer.

Transmutação: Etapa da transcendência, onde a dinâmica psíquica é ampliada, por meio do conhecimento com novos significados adquiridos. Aqui a existência do alívio do sofrimento se faz presente, tendo o afastamento da situação de apego, possibilitando novas percepções da realidade, para então transformar.

Esta etapa relaciona-se com a Permissão, pois o indivíduo cada vez mais em prontidão de si, se percebe na permissão acessando a capacidade e importância da consciência e atenção total nesse momento de seu caminhar,

rumo ao processo do viver expandido, começando assim a viver o conceito de Unidade.

Transmutar os sentimentos, sensações e pensamentos que emergia o sofrimento é etapa fundamental no processo do viver consciente e mais fundamental ainda é o indivíduo estar em permissão para a transmutação, momento em que os aspectos funcionais e disfuncionais estão em uma mesma realidade, a partir dessa nova aquisição de conhecimento.

Permitir-se viver sua própria estória com novos significados, conhecimentos, percepções, sensações da própria realidade, é um grande passo para o amor próprio, para o Conceito de Vida, entendendo que nascer, morrer e renascer faz parte de um mesmo processo, sendo a vida um constante processo de desenvolvimento.

Transformação: Etapa em que o indivíduo vivencia a percepção da diferença entre Ser e estar. Por meio das etapas anteriores percorridas, neste momento existe o desenvolvimento de recursos neuropsíquicos no indivíduo, a partir de sua individualidade permitindo assim vivenciar a experiência para o processo. Surgindo então uma permissão diferenciada, com referenciais novos internos e externos, despertando no indivíduo a sua capacidade de transformar sua experiência. Sendo percebida por este de forma positiva e não mais fragmentada. É a integração do Eixo Experiencial e Eixo Evolutivo.

A Permissão se faz presente nesta etapa, onde o indivíduo, permitindo-se, pode literalmente promover expressivas mudanças em seu processo de desenvolvimento. O sofrimento é cada vez mais percebido de forma diferente, alterando o direcionamento de seu mental a respeito da situação, não tendo mais cisões entre bem e mal, positivo e negativo, eu e o outro. Com a Permissão, fortalecida por meio da Prontidão, aqui o cliente/paciente vive a experiência pessoal, alinhada com o conhecimento, transformando-se no novo como conhecimento estabelecido, com forma e contexto mais claros.

Reconhece-se aqui o Conceito de Ego, que traz a necessidade de compreensão e superação do ego rígido, despertando ainda mais para a consciência de unidade, desapegando-se dos antigos padrões adoecidos que o impedia no desenvolvimento do Ser, com a permissão consciente, plena e satisfatória de si em essência.

Elaboração: etapa em que o olhar é para o todo da experiência, com o aprendizado extraído desta. Estado mental e emocional está em outro patamar, a situação é outra. Revelando-se o sentido da experiência nos Eixos Experiencial e Evolutivo, sob as novas aquisições de conhecimento tanto no pessoal, quanto no coletivo.

O tão almejado Processo acontece imprescindivelmente nesta etapa, a partir da Elaboração, percorrida por meio das etapas anteriores, é que o indivíduo começa o Processo. Neste estágio de Elaboração, o Processo aflora a partir desse novo olhar que é percebido com mais prontidão e permissão, ou seja, com mais inteireza. Existe de fato o apreender o verdadeiro conhecimento para a situação vivida, estendendo-se para tudo e o todo da vida. O próprio indivíduo começa a revelar aspectos saudáveis de si, da situação, da vida, que antes estavam inacessíveis de serem percebidos. O Conceito de Estados da Consciência, aqui, nos traz o entendimento da existência dos diferentes níveis de consciência que permitem a percepção da realidade em todas suas dimensões. O indivíduo está a um passo da última etapa para tudo que foi vivenciado até então ser integrado em seu novo ser.

Integração: As novas aquisições, de conhecimento, sensações e sentimentos, são incorporados no mundo interno e externo do indivíduo. Quanto maior a aprendizagem, maior será a consciência da integração de forma plena, nas várias dimensões da vida pessoal, coletiva e espiritual, agora já inserido no todo do ser. O indivíduo jamais será o mesmo, essa dinâmica natural de integração e apreensão do conhecimento, o torna um instrumento vivo, parte visceral do processo transformador da vida humana, contribuindo no nível social e coletivo, ao mesmo tempo que dá sentido à própria existência.

O Processo, aqui, ganha mais notoriedade, como mencionado acima, o ser já não é mais o mesmo, bem como, por exemplo, proferido na passagem bíblica:

“ Quando alguém está unido com Cristo, é uma nova pessoa; acabou-se o que é velho, e o que é novo já veio.” (II Coríntios 5-17)

Essa menção se refere a consciência Crística, que é a capacidade de se conectar ao seu Eu Superior, demonstrando as qualidades da Divindade,

compartilhando sua capacidade de sabedoria para auxiliar seu semelhante em sua evolução.

O processo natural de integração e retenção do conhecimento, ocorre somente por meio da mobilização dos diferentes níveis do Ser: Razão, Emoção, Intuição e Sensação – REIS.

Neste estágio de Processo, este é vivido por um nova percepção que gera novas atitudes e ações. Estabelece-se uma relação entre a vivencia expressiva vivida e o momento atual de vida do cliente/paciente. Ampliando novas perspectivas, que são estabelecidas, e a mudança é integrada. O Processo é fluído, o indivíduo toma total consciência de suas capacidades de se auto responsabilizar por meio do autoconhecimento conquistado, assim como o Conceito de Cartografias da Consciência, que mapeia as regiões da consciência, em que se encontra os registros pessoais e transpessoais do ser.

No Processo o indivíduo tem a capacidade de definir os próximos passos em direção a efetivação e fortalecimento dessa nova percepção de crenças, valores, sentimentos, pensamentos, sensações, à sua vida cotidiana. Sentindo-se mais seguro, confiante, integrado em si mesmo e na relação com o universo, com o pensamento mais estruturado, sem as amarras e bloqueios que antes impedia de se conectar consigo.

“O ser humano é uma mistura de natureza e de aventura. A aventura é nossa liberdade de interpretar o que nos acontece; dar um sentido novo ao que se passa conosco, à nossa existência; a possibilidade de mudar de vida, de reorientar nosso desejo. (...) Deus nunca fala diretamente, mas através de um ser humano que, por mais puro que seja, tem um inconsciente.” (Leloup, 2017, p 237.)

“Jonas vai fazer a experiência da Sombra. E nós chegamos a esse momento onde, na profundidade dele mesmo, ele deve encontrar uma saída. Quando não mais saída no exterior, quando eu me bato contra os muros, é preciso procurar uma saída no interior.” (Leloup, 2006, p 55)

O papel do terapeuta é auxiliar o indivíduo a se contatar com sua bússola interior, que mostra seu norte, que mostra seu Ser. Por meio do Processo, após os dois outros P's serem vividos, essa bússola é descoberta. O Processo leva o

indivíduo à segurança e firmeza de viver, agora, a vida com mais confiança, a confiança em ser capaz de Ser, em um ato de aceitação e amor próprio, conquistados com excelência e maestria, sendo, sempre, lapidado, estimulado, até além depois dos dias na terra.

Os 3P's na observação do atendimento clínico.

O paciente/cliente no primeiro momento que chega à clínica está sem observação de si, sem entendimento concreto do que busca ou faz ali no *setting* terapêutico, em uma parte dos indivíduos, assim chegam à terapia.

Como autora dos 3P's, já os menciono nesse primeiro momento de contato com o paciente/cliente, e é nítido quando ao falar da prontidão, do estar pronto para estar ali prestes a vivenciar o processo terapêutico, mesmo que o indivíduo ainda não se perceba pronto, o fato de ouvir sobre, o faz entrar em contato consigo, na autorreflexão, já neste primeiro momento, se fazendo perceber-se que o fato de estar ali diante de uma pessoa desconhecida para falar daquilo que o angustia é por si só o estar pronto.

Os outros dois pés, vão sendo trabalhados no decorrer da caminhada do paciente/cliente e sempre como um ponto de referência de onde ele possa estar na própria caminhada em busca do autoconhecimento. Observo isso por meio da expressão facial, olhos em modo de reflexão, por exemplo, assim como na expressão corporal, esta sendo bem característica e individual em cada paciente/cliente, sendo o corpo o sinalizador que as falas fazem sentido.

Somente ao longo do processo terapêutico, o indivíduo vai se apropriando dos 3P's como referência, chegando ao momento em que ele próprio verbaliza em qual P está na caminhada, consagrando assim o apropriar-se do autoconhecimento, fortalecendo seu empoderamento em se reconhecer, se aceitar e se amar nessa jornada.

Conclusão

Percebemos que as sete etapas, desenvolvidas pela AIT, se relaciona com os 3P's – Prontidão, Permissão e Processo, uma vez que nos dá o direcionamento de começo, meio e fim, de um processo psicoterapêutico de resolução de conflitos, na busca do autoconhecimento, ampliação de consciência.

Nos permite contribuir com uma metodologia de acolhimento ao paciente/cliente, facilitando com que essa expansão seja transformadora a queixa inicial e aos objetivos terapêuticos na proposta da psicoterapia.

Facilita a transformação dos conteúdos do ego onde ele está identificado, com florescimento de novos potenciais, criando condições para que o princípio da vida da AIT, por meio do eixo experiencial realizado no processo terapêutico acione o eixo evolutivo, entendendo o desenvolvimento da personalidade saudável rumo a essência do indivíduo,

Esses conceitos fornecem uma estrutura poderosa para entender e facilitar o processo terapêutico, levando o paciente/cliente a uma jornada de autoconhecimento, crescimento e transformação.

A prontidão, como primeiro "P", é essencial para iniciar o processo terapêutico, refletindo a disposição do indivíduo para se engajar na autorreflexão e no autoconhecimento. A permissão, como segundo "P", representa a liberação emocional e psicológica do paciente/cliente para explorar áreas de seu ser que podem estar reprimidas ou negligenciadas, criando um ambiente seguro para esse processo de exploração interna.

Finalmente, o processo, como terceiro "P", é a própria jornada terapêutica, na qual o paciente/cliente é guiado pelo terapeuta para compreender e integrar suas experiências, emoções e pensamentos. Esse processo não é linear, mas altamente adaptável às necessidades individuais de cada paciente/cliente, permitindo uma flexibilidade e espontaneidade na abordagem terapêutica.

Observando o atendimento clínico através dessa lente dos 3P's, o terapeuta pode identificar o progresso do paciente/cliente ao longo do tempo, observando sinais de prontidão, permissão e engajamento no processo de

transformação pessoal. Essa abordagem centrada no paciente/cliente permite uma conexão mais profunda e significativa entre terapeuta e cliente, facilitando um caminho rumo ao autoconhecimento e crescimento pessoal.

Em suma, os 3P's oferecem não apenas uma estrutura teórica, mas também uma abordagem prática e holística para a psicoterapia, promovendo uma jornada de cura e autodescoberta para aqueles que buscam assistência terapêutica.

Referências Bibliográficas

Aulete. **Dicionário** Caldas Aulete. 1987.

Bíblia Sagrada. II Coríntios 5-17. Primeira edição, 1998.

Jung, Carl Gustav; Jaffé, Aniela. **Memórias, Sonhos, Reflexões**. Nova Fronteira: Rio de Janeiro, 1961.

Jung, Carl Gustav et al. **O Homem e seus Símbolos**. Nova Fronteira: Rio de Janeiro, 1964.

Leloup, Jean-Yves. **O Poder do Encontro**. Tumiak Produções: São Paulo, Instituto Arapoty; Unipaz, 2017.

Lima, Tânia Belmira. Apostila do módulo 09 – **Arteterapia em Transpessoal**, do curso de pós graduação Psicologia Transpessoal – Abordagem Integrativa Transpessoal: Alubrat e Instituto Vera Saldanha: SP. São Paulo, 2022.

Saldanha, Vera. Apostila do módulo 01: **Fundamentação e Abordagem Integrativa Transpessoal**, do curso de pós-graduação Psicologia Transpessoal – Abordagem Integrativa Transpessoal: Alubrat e Instituto Vera Saldanha 2022: São Paulo, 2022.

Saldanha, Vera; Acciari, Arlete Silva. Apostila do módulo 07: **As sete etapas da Abordagem Integrativa Transpessoal**, do curso de pós-graduação Psicologia Transpessoal – Abordagem Integrativa Transpessoal: Alubrat e Instituto Vera Saldanha: São Paulo, 2022.

Saldanha, Vera Pizzichini. Apostila do módulo 17 – **Valores Humanos – Aprofundamento da abordagem integrativa transpessoal**, do curso de pós graduação Psicologia Transpessoal – Abordagem Integrativa Transpessoal: São Paulo, 2023.

Sousa, Frieda. Apostila do módulo 12 – **Corpo e Transcendência**, do curso de pós graduação Psicologia Transpessoal – Abordagem Integrativa Transpessoal: Alubrat e Instituti Vera Saldanha: São Paulo, 2023.

Weil, Pierre. **Abordagem Integrativa Transpessoal – Psicologia e Transdisciplinaridade**. Editora Inserir: São Paulo, 2019.