

# A RESSIGNIFICAÇÃO DA NARRATIVA PESSOAL A PARTIR DA EXPERIÊNCIA DA PARENTALIDADE À LUZ DA ABORDAGEM INTEGRATIVA TRANSPESSOAL

Vivian Faria Pinto de Almeida Erdem<sup>1</sup>

Antonieta Bianchi Mazon<sup>2\*</sup>

## RESUMO

A parentalidade abre um portal para o cuidado de si, por meio do cuidado de sua própria criança. E quanto mais o adulto cuida de sua criança interior, mais tende a se tornar um adulto saudável para cuidar de seus próprios filhos e filhas. A partir do método exploratório e por meio da pesquisa bibliográfica e de estudo de campo, este artigo tem o objetivo de demonstrar que processos terapêuticos pautados pela Abordagem Integrativa Transpessoal podem potencializar o desenvolvimento humano a partir da experiência parental com o foco no adulto cuidador, considerando ainda, os benefícios em relação aos filhos na relação educacional e de conexão parental. O resultado do estudo de campo demonstra a validade da proposta junto aos participantes com declarações pelo interesse no aprofundamento de práticas que levem ao autoconhecimento, no viés da parentalidade. Assim, pretende-se que seja criado um protocolo de atendimento para proporcionar experiências à parentalidade visando propiciar uma trilha de autoconhecimento e transformação.

Palavras-chave: Psicologia Transpessoal. Educação Parental. Contoexpressão. Contoterapia, Escrita Terapêutica, Maternidade, Parentalidade, Criança interior, Terapia Narrativa

## ABSTRACT

Parenting opens a portal for self-care, through the care of its own child. And the more the adult takes care of its inner child, the more it tends to become a healthy adult to take care of its own sons and daughters. From the exploratory method and through bibliographic research and field study, this article aims to demonstrate that therapeutic processes guided by the Transpersonal Integrative Approach can enhance human development from the parental experience with a focus on the adult caregiver, considering still, the benefits in relation to the children in the educational relationship and parental connection. The result of the field study demonstrates the

---

<sup>1</sup> Educadora Parental Especialista em Disciplina Positiva, Contoterapeuta. Facilitadora do método Contoexpressão. Especialista em Ensino de Arte e Cultura Africana e Afro Brasileira e em Arte e Cultura. Contadora de histórias. E-mail: maternanciaomafeto@gmail.com

<sup>2\*</sup> \*\* Graduada em Química e em Pedagogia, Mestre em Educação, Aromaterapeuta, Especialista em Sexualidade e em Psicologia Transpessoal pela Alubrat. E-mail: abmazon@gmail.com.

validity of the proposal with the participants with declarations of interest in deepening practices that lead to self-knowledge, in the parenting bias. Thus, it is intended that a care protocol be created to provide experiences for parenting in order to provide a path of self-knowledge and transformation.

Keywords: Transpersonal Psychology. Parental Education. "Talexpression". Contotherapy, Therapeutic Writing, Motherhood, Parenting, Inner Child, Narrative Therapy

## 1. INTRODUÇÃO

O tecer desta narrativa parte do olhar do adulto cuidador para a (própria) infância, pois é durante esse período - e as referências que se recebem nele - forma-se a parentalidade que será praticada no futuro.

Ao nascer um filho, (re)nasce também a criança interior, em que as cicatrizes emocionais se rompem e as dores despertam. Essas dores vêm de experiências que não foram bem compreendidas e que afetam diretamente a forma como os adultos se relacionam com seus filhos (SIEGEL; HARTZELL, 2013) - e consigo mesmos.

É necessário a compreensão da infância para quebrar os padrões e criar a parentalidade de forma autêntica, é preciso acolher a criança que existe dentro de cada um para educar com mais conexão e respeito (BASILE, 2020).

A parentalidade é como um restart, uma possibilidade de recomeço e integração, onde abre-se um portal, faz-se um chamado que convida a despertar para vida através do maternar a criança interior ferida, para que esta transmute-se e integre-se até o estado da divindade interior ou da criança interior divina (SALDANHA, 2008).

A consciência da necessidade da automaternagem fortalece o adulto que pode, assim, ocupar o lugar de cuidador de si mesmo e, a partir de então, de seus filhos, com consciência, presença e autenticidade.

Este artigo de investigação científica tem o objetivo de observar e documentar os resultados de um encontro vivencial, utilizando os recursos da Abordagem Integrativa Transpessoal (AIT, que será explicado mais a frente) para potencializar o processo de desenvolvimento e aprendizagem do Ser, a partir da experiência parental - que diz respeito ao processo de automaternagem como autoconhecimento e dos cuidados com a criança interior.

## 2 TRAMAS QUE ALIMENTAM: DA NUTRIÇÃO DE SI, FORTALECENDO O ADULTO CUIDADOR

Este é o primeiro momento da resignificação da narrativa pessoal, o cuidado primordial - cuidar de si: o autoconhecimento como autocuidado, um fluxo de movimento circular, constante e impossível de ser vivenciado linearmente.

O fortalecimento do adulto vem a partir de uma vivência transpessoal e simbólica, que parte da relação com o participante e seu(s) filho(s), buscando compreender como sua parentalidade se manifesta a partir do encontro com a sua criança interior e as feridas e necessidades que ela expressa.

Esse encontro ocorre a partir de exercícios baseados na AIT, unidos à contexpressão, contoterapia e ferramentas da Disciplina Positiva, para que o adulto cuidador aumente o seu repertório interno para lidar consigo e, conseqüentemente, com a seu(s) filho(s).

Assim, criamos um diálogo interno baseado na potência do Ser, para que os métodos, ferramentas, abordagens e técnicas para disciplinar seu filho de forma ética, respeitosa, gentil e firme possam ser praticados de forma leve e autêntica, pois partimos da premissa de que a mudança de comportamento do adulto não estará pautada somente em elementos externos (métodos e ferramentas de disciplina), mas em sua coragem de olhar para si e sua personalidade e conectar-se à sua essência. Isso proporcionará a si mesmo o suporte emocional, que muitas vezes não teve na infância, a partir da criação de novas referências e parâmetros para, então, oferecê-los a seus filhos.

Essa autenticidade é baseada na quebra de ciclos de desinformação e violência, autoconhecimento, educação emocional e presença, tendo a parentalidade como uma experiência platô as quais representam uma maneira nova e mais profunda de encarar e vivenciar o mundo, envolvendo a mudança de atitude gradativa [...] (MASLOW apud Saldanha, 2008, p. 115).

Essas experiências também podem promover alguns dos valores, como por exemplo: verdade, beleza, totalidade, transcendência de dicotomia, vivacidade, unidade, perfeição, inteireza, justiça, ordem, simplicidade, tranquilidade, alegria e autossuficiência (MASLOW, 1994 apud SALDANHA, 2008, p. 107) – é o chamado transpessoal que a parentalidade nos faz.

### **3 METODOLOGIA - CONTAR, NARRAR A SI, ENTRAR NO MUNDO - TRAZENDO A LUDICIDADE CURATIVA DOS CONTOS PARA UMA PRÁTICA PARENTAL TRANSPESSOAL.**

Embora os contos de fadas terminem logo depois da décima página, o mesmo não acontece com a nossa vida. Somos coleções com vários volumes. Em nossa vida, ainda que um episódio possa terminar mal, sempre há outro à nossa espera e depois desse, mais outro. Sempre há novas oportunidades para consertar o estrago, para moldar nossa vida de forma que emocionalmente merecemos. Não perca tempo odiando um insucesso. O insucesso é um mestre melhor do que o sucesso. Escute. Aprenda. Continue. Essa é a essência de todo conto. Quando prestamos atenção a essas

mensagens do passado, aprendemos que há padrões desastrosos, mas também aprendemos a prosseguir com a energia de quem percebe as armadilhas, jaulas e iscas antes de depararmos com elas ou de sermos delas ou por elas capturados." (ESTÉS, 1992 p 253)

A partir do excerto de Estés, a premissa de narrar os contos em todas suas formas e possibilidades (literários, tradicionais e pessoais, que têm lugar de destaque nesta experiência) é apresentada na vivência proposta para se trilhar um processo de desenvolvimento e aprendizagem do Ser, a partir dos trabalhos do Conceito de Vida e Conceito de Ego, de acordo com a AIT (SALDANHA, 2008).

As histórias são vacinas emocionais, e através delas podemos aprender sobre nós e sobre os outros. As histórias ajudam-nos a desenvolver empatia e compaixão, afinal "narrar é mais que um instrumento que colabora para o processo da parentalidade: é indispensável, confunde-se com ele [...] não é acessório, como se fosse um adubo que ajudaria a plantinha a crescer melhor, isso é a própria terra onde germina a identidade de um filho" (GUTFREIND, 2010). E porque não dizer, a identidade, a narrativa pessoal; do renascimento que vem com a experiência parental?

Ao permitir-se a narrar, tanto a contos quanto sua história pessoal, o indivíduo dá os primeiros passos na jornada da busca pela parentalidade consciente, que tem como base o conhecimento e o autoconhecimento, com autenticidade e presença.

A experiência do aspecto dinâmico da AIT, que será explicado mais adiante, propiciará a fundamentação necessária para a experiência proposta a partir da vivência do Conceito de Unidade que "representa o ápice da dimensão superior da consciência, e atribui a qualidade de ser quem se é, único e indivisível. É a transcendência da dualidade, um estado de ser que integra personalidade e individualidade; um senso de pertencimento e totalidade" (SALDANHA; ACCIARI, 2019, p. 40)

Com a prática do narrar na parentalidade (principalmente a si mesmo) como parte de um trabalho sustentado pela AIT, é vivenciado o Conceito de Ego, buscando a transmutação do ego rígido para o ego bem estruturado, que vai de "um constructo mental ilusório e dual; que tem a tendência de ser partidário e solidificar a energia mental em barreira a qual separa o espaço em duas partes, eu e o outro, isso ou aquilo, certo e errado [...] para favorecer processos adaptativos do indivíduo[...] restabelecer a comunicação entre as partes, promover desidentificação e processos favoráveis ao desenvolvimento do ego conferindo-lhe plasticidade [...]" (SALDANHA; ACCIARI, 2019, p. 42)

Após o processo de cuidar e nutrir o adulto, a partir da automaternagem, o cuidar será expandido adicionando elementos técnicos à "trama-poção", a fim de alcançar os filhos, a partir da prática de relacionamento baseado no respeito, gentileza e firmeza. Para uma educação respeitosa, muitas vezes busca-se novas referências e práticas para criar certa distância de aspectos da dinâmica da criação durante a infância, o que no mínimo implica "assumirmos a responsabilidade pelo

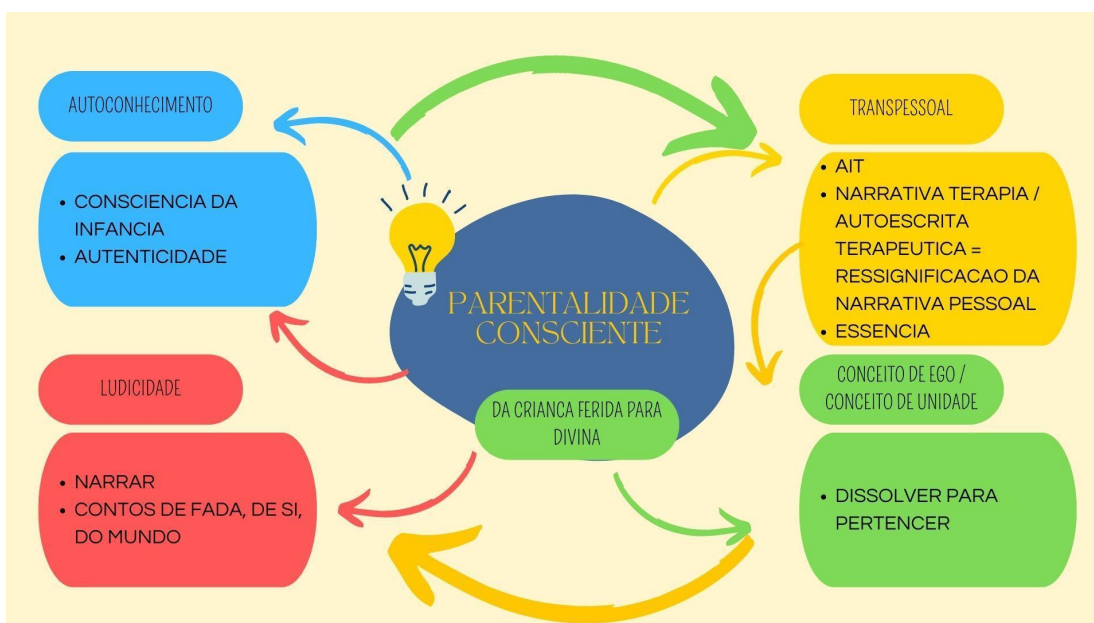
nosso próprio comportamento e mudá-lo de forma que incentive as crianças a melhorar o delas sem destruir o seu senso de autovalor" (NELSEN, 2015, p. 59).

Apresenta-se portanto nosso composto alquímico: essência do Ser + automaternar + abordagem positiva para a educação; acrescentando a essa composição a ludicidade das narrativas: "suas próprias, de preferência, ou as alheias, que ao serem escolhidas, também lhes dizem respeito" (WINNICOTT, 1984, apud GUTFREIND, 2010, p. 33).

Assim, os métodos, ferramentas, abordagens e técnicas para disciplinar seu filho de forma ética, respeitosa, gentil e firme podem ser praticados de forma leve e autêntica, pois assim, a mudança de comportamento do adulto não estará pautada somente em elementos externos (métodos e ferramentas disciplinares), mas em sua coragem de olhar para si e sua personalidade e conectar-se à sua essência.

Utilizando a metodologia da AIT, conforme Saldanha (2008), potencializa-se os processos de desenvolvimento e aprendizagem do ser a partir da experiência parental, a trama alquímica principal, que vem unir os fios desse bálsamo transdisciplinar, material esse que, sendo revelado, apresenta-se como material para ressignificar a narrativa pessoal, fortalecer o Ser e o eu adulto e, claro, acolher a criança interior.

O resultado da automaternagem objetiva o fortalecimento do processo de divinação da criança interior, fortalecendo o adulto cuidador; o que traz benefícios para nossas relações, principalmente a que cultivamos com nossos filhos e filhas.



**Figura 1- O fluxo circular da jornada da Parentalidade Consciente:  
Da criança ferida para a Divina.**

Fonte: da autora, 2022.

#### **4 A VIVÊNCIA DE "O SEMEAR DO JARDINEIRO" E SUAS BASES NA AIT**

A Abordagem Integrativa Transpessoal (AIT) idealizada por Saldanha (2008), apresenta os conceitos da Psicologia Transpessoal organizados em uma

metodologia a partir da didática transpessoal, que complementa processos terapêuticos em diversos contextos. Sendo transdisciplinar, integra diferentes abordagens da psicologia de autores como Freud, Jung, Assagioli, Seligman, entre outros.

Em sua estrutura, a AIT propõe dois aspectos principais, o Estrutural - corpo teórico, e o Dinâmico em que se apresentam como os eixos experiencial e evolutivo.

Consistem no corpo teórico: estados de consciência, cartografia da consciência, conceito de unidade, conceito de ego e conceito de vida. Os dois últimos conceitos serão apresentados a seguir, por serem os aspectos a serem trabalhados ao longo da vivência proposta:

O Conceito de Ego é focado no processo de desenvolvimento terciário, regido pelo princípio da transcendência, quando se atravessa a fronteira do ego rígido e dual para o ego integrado, fortalecido pela espiritualidade, e conectado com o Ser essencial. Na vivência, este conceito é trabalhado durante o relaxamento – o primeiro exercício de visualização e na contação da história - no simbolismo do receber a flor de sua criança interior.

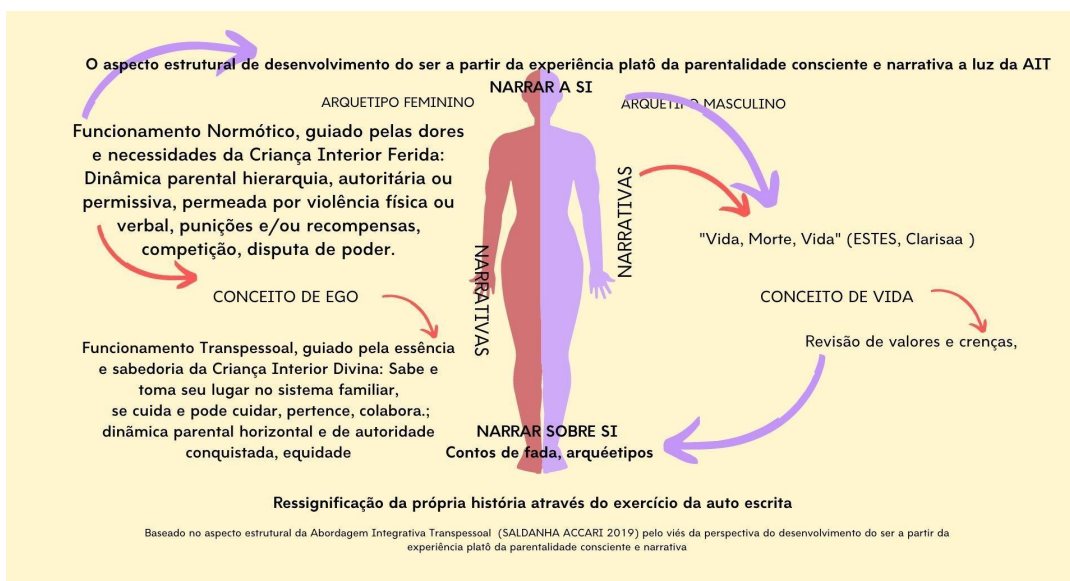
No Conceito de Vida é abordada a vida em sua ciclicidade, além do tempo. Trabalha-se esse conceito nos exercícios de auto escrita, recurso adjunto utilizado para ressignificação da história pessoal e na prática narrativa, trazendo o conceito de "vida-morte-vida" proposto por Estés (1992), e também a revisão de crenças.

No escopo do aspecto dinâmico da AIT, o Eixo Evolutivo representa os diferentes estados de consciência e o Eixo Experiencial propicia a integração do REIS (razão, emoção, intuição e sensação). Essas dimensões do ser são trabalhadas durante a vivência através do simbolismo do conto, do exercício narrativo e de auto escrita, no manipular da argila e/ou desenho.

As técnicas que possibilitam acessar os diferentes estados de consciência propostas pela AIT são: intervenção verbal, recursos adjuntos, imaginação ativa, reorganização simbólica e dinâmicas interativas, sendo estas vivenciadas no exercício "O Semear do Jardineiro".

Por meio das narrativas ressignifica-se a história pessoal, o ser se integra, a partir da AIT, o que possibilita a aproximação de si mesmo, da criança interior de cada um e, conseqüentemente, dos respectivos filhos e filhas. Assim como, a possibilidade de viver e oferecer uma educação transpessoal, compreendendo o autodesenvolvimento como "a aquisição daquele saber dizer-pensar-partilhar-fazer-viver correspondente ao modo sinérgico de uma *práxis* social: vivência expressa, partilhada, interpretada e transformada" (BERTRAND; VALOIS, 1991 apud TREVISOL, 2008, p. 107 ).

O trabalho de investigação científica apresenta encontros pautados na AIT para potencializar o processo de desenvolvimento e aprendizagem do ser a partir da experiência parental, por que diz respeito ao processo de auto-maternagem e dos cuidados com a criança interior. Fortalecer o adulto, a partir de exercícios transpessoais e simbólicos, para aumentar seu repertório interno para lidar consigo e, conseqüentemente, com seu filho(s).



**Figura 2- O aspecto estrutural de desenvolvimento do ser a partir da experiência platô da parentalidade consciente e narrativa a luz da AIT**

Fonte: da autora, 2022.

## 5 A PRÁTICA DA VIVÊNCIA

A vivência ocorreu num único encontro, durante 2 horas. Os participantes foram convidados por meio do grupo de WhatsApp de alunos do curso de Psicologia Transpessoal, "Transpessoal T1 online", com possibilidade de estender o convite a outros convidados.

### 5.1 Público Participante

Compareceram como participantes: 7 mulheres, sendo 4 alunas do curso de Psicologia Transpessoal, com idades que variaram entre 28 a 56 anos.

Nenhuma delas participava de grupos de apoio ou desenvolvimento parental.

### 5.2 Quantidade de filhos das participantes

De 1 a 3 filhos, em média.

### 5.3 Idade dos filhos das participantes

30% de 3 a 7 anos, 28% 7 a 14 anos, 28% 14 a 21 e 14% com mais de 28 anos.

### 5.4 Expectativa da maternagem

87% sempre sonharam em ser mães e 13% planejaram para atender as necessidades do parceiro (a).

Os sentimentos mais presentes durante a maternidade:

14.3% - riqueza, autossuficiência, completude, desconexão, totalidade, desinteresse

28.6% - vivacidade, tranquilidade, estranhamento, raiva, justiça, perfeição, inteireza, transcendência, desmotivação

42.9% - exaustão, motivação, maravilhamento

57.1% - simplicidade, frustração, esperança, ansiedade, pertencimento, solidão, encantamento, aceitação, angústia, interesse, beleza, bondade, expectativa

71,4% - Realização, medo, preocupação, resiliência, conexão, verdade

85.7% - alegria, cansaço, gratidão, fé

100% - amor, raiva

## 5.5 Plano do Encontro

item	Tempo	Objetivo	Corpo Teórico	Modalidade
1	5 min	Relaxamento	Conceito de Ego	Intervenção Verbal / Recurso Adjunto
2	10 min	Dinâmica de Aquecimento - integração do grupo	Conceito de unidade	Intervenção Verbal / Recurso Adjunto
3	10 min	Imaginação ativa - iniciar contato com o simbolismo do conto e o repertório interno da participante	Conceito de unidade, conceito de ego	Intervenção Verbal/ Imaginação Ativa/ Recurso Adjunto
4	8 min	Desenho da sua flor, receber sua semente / manipulação de argila	Conceito de unidade - Sensação, emoção	Recurso Adjunto
5	15 min	Dinâmica em grupo com	Conceito de unidade,	Intervenção Verbal Indireta,



		exercício "A Lista"	conceito de ego	Escrita em Grupo
6	10 min	Contação da História	conceito de ego	Recurso adjunto
7	10 min	Partilha / intervenção verbal	Conceito de unidade	Intervenção verbal
8	5 min	Revisitar as listas	Conceito de unidade	Intervenção verbal
9	10 min	Carta para si mesma	Conceito de vida e ego	Escrita Terapêutica
10	5 min	Partilha	Conceito de unidade	Intervenção Verbal
11	5 min	Ler carta para si mesma	Conceito de vida e ego	
12	15 min	Partilha	Conceito de unidade e vida	Intervenção Verbal,
13	10 min	Agradecimento e encerramento		Intervenção Verbal, relaxamento

## 5.6 Resultados

O objetivo de fortalecer as participantes como adultas, através do contato e nutrição com sua criança interior foi alcançado, de acordo com os relatos: as participantes se identificaram enquanto meninas e depois, enquanto mulheres cuidadoras/jardineiras.

As participantes finalizaram os exercícios propostos e relataram aprender a entrar em contato com sua criança interior, a fim de perceberem as reais necessidades da criança, a partir do olhar atual, enquanto adulta. Também foi relatado o exercício de autoescrita como um recurso poderoso para elaboração dos processos pessoais e integração do novo conhecimento de si, na vida.

As estudantes de Psicologia Transpessoal puderam perceber a experiência das Sete Etapas, do REIS e dos Conceitos de Ego, Conceito de Unidade e Conceito de Vida da Abordagem Integrativa Transpessoal, durante a vivência do processo, ao longo do encontro descrevendo também sensações corporais como aquecimento de determinada área do corpo, sentir a temperatura da água ou do solo sob os pés, durante a imaginação ativa, o acesso da razão na hora de fazer a lista coletivamente e a emoção de ler pra si mesma sua obra de auto escrita terapêutica.

Apesar das participantes apresentarem idades distintas, com diferenças de até 28 anos, assim como as idades de seus respectivos filhos, todas se identificaram, em alguma instância, com as experiências individuais compartilhadas no grupo.

A necessidade do autoconhecimento e autocuidado foi percebida como forma de fortalecerem-se para exercer a maternidade como desejam e relataram que a vivência foi relevante e para se firmarem na intenção de continuarem o processo de autoconhecimento, a partir do viés da maternidade.

## **6 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Este estudo pretende validar a necessidade de suporte a mulheres que atendem ao chamado da maternidade, como uma possibilidade de desenvolvimento humano e autoconhecimento.

A vivência “Semear do Jardineiro” desenvolvida a partir do conto da autora "Sobre Sementes e Espelhos" (ERDEM, 2022, p. 273), e aplicado no encontro relatado, pretende inspirar um protocolo de atendimento selecionado e adaptado para o universo materno, para proporcionar o ambiente e a experiência à parentalidade visando propiciar uma trilha de autoconhecimento e transformação, a partir da experiência transpessoal da maternidade.

Tendo a experiência parental, não como uma “experiência culminante”, mas sim como uma “experiência platô”, sendo contínua e gradativa, conforme Maslow, os recursos da AIT são apresentados para orientar e suportar o processo de desenvolvimento do Ser a partir da prática da narrativa e da autoescrita como métodos de autoconhecimento e autocuidado.

Essas práticas têm como objetivo o fortalecimento do adulto cuidador, favorecendo que o mesmo amplie suas habilidades para, então, guiar a sua criança interior ferida para o processo de divinação e, assim, exercer a sua parentalidade de forma autêntica, consciente e transpessoal.

Desse modo, este estudo pretende demonstrar “quais” e “como” os pressupostos da AIT podem contribuir com o desenvolvimento humano a partir da experiência parental; com o foco no desenvolvimento do adulto, porém, parafraseando os benefícios em relação à criança interior e o reflexo do cuidado desta na relação com seus filhos e filhas.

## 7 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BASILE, Thais. **Nossa infância, nossos filhos**. Curitiba: Matrescência, 2020. 269 p.

CREMA, Roberto; WEIL, Pierre; LELOUP, Jean-Yves. **Normose: a patologia da normalidade**. Petrópolis: Vozes, 2014. 240 p.

ERDEM, Vivian (Vários Autores), Conto Expressão: O poder Terapêutico dos Contos, São Paulo. Editora Literare, 2022

ESTÉS, Clarissa Pinkola. **Mulheres que correm com os lobos**. Rio de Janeiro: Rocco, 2018. 576 p.

GUTFREIND, Celso. **Narrar, ser mãe...ser pai & outros ensaios sobre a parentalidade**. Feira de Santana: DIFEL, 2010. 253 p.

NELSEN, Jane. **Disciplina positiva**. São Paulo: Manole, 2015. 308 p.

SALDANHA, Vera P. **Psicologia transpessoal: abordagem integrativa transpessoal: um conhecimento emergente em psicologia da consciência**. Ijuí: Unijuí, 2008. 341 p.

SALDANHA, Vera P. **Da criança ferida a criança divina um: despertar para vida**, Alubrat, 2018

<https://alubrat.org.br/da-crianca-ferida-a-crianca-divina-um-despertar-para-a-vida/>

SALDANHA, Vera; ACCIARI, Arlete S. **Abordagem integrativa transpessoal: psicologia e transdisciplinaridade**. São Paulo: Inserir, 2019. 118 p.

SIEGEL, Daniel J.; HARTZELL, Mary. **Parenting from the inside out: how a deeper self-understanding can help you raise children who thrive**: Grand Haven, Michigan, EUA: Brilliance Audio, 2013. 336 p.

TREVISOL, Jorge. **Educação transpessoal: um jeito de educar a partir da interioridade**. São Paulo: Paulinas 2008. 207 p.