

### USO DA LÓGICA COMO PREMISA DA TERAPIA TRANSPESSOAL SISTÊMICA

**Cláudia Fichman Cardonski<sup>1</sup>;**

Núcleo de Terapia Integrada Jordan Campos, Salvador, Bahia.

<https://lattes.cnpq.br/1008579401867493>

**Clara Luisa Braz Silva<sup>2</sup>;**

Faculdade Estácio d1e Sá – Castanhal, Pará.

<https://lattes.cnpq.br/7151965704657436>

**Fernanda Fraga Campos<sup>3</sup>;**

Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Campus JK, Diamantina, Minas Gerais.

<http://lattes.cnpq.br/7184145535556186>

**Liliam Camilo Sousa Holanda<sup>4</sup>;**

Instituto Federal Sertão PE - Campus Petrolina - Petrolina, Pernambuco.

<https://lattes.cnpq.br/0743508388437176>

**Isabela da Silva Casales<sup>5</sup>;**

Centro Universitário Maurício de Nassau - UNINASSAU – Salvador, Bahia.

<https://lattes.cnpq.br/4444006645504031>

**Vinicius Neves Rabêlo<sup>6</sup>;**

Núcleo de Terapia Integrada Jordan Campos, Salvador, Bahia.

<http://lattes.cnpq.br/8397242751869690>

**Fabiana Ferreira dos Santos<sup>7</sup>;**

Núcleo de Terapia Integrada Jordan Campos, Salvador, Bahia.

<http://lattes.cnpq.br/0245592479579756>

**Geovani Gonçalves Pedreira<sup>8</sup>;**

Núcleo de Terapia Integrada Jordan Campos, Salvador, Bahia.

<https://lattes.cnpq.br/2593048270722429>

**Sofia Aline Amaral<sup>9</sup>;**

Faculdade da Região do Sisal – FARESI Conceição do Coité, Bahia.

<http://lattes.cnpq.br/6442303831149547>

**Jordan Van der Zeijden Campos<sup>10</sup>.**

Núcleo de Terapia Integrada Jordan Campos, Salvador, Bahia.

<http://lattes.cnpq.br/5906420336757643>

**RESUMO:** A Terapia Transpessoal Sistêmica, desenvolvida por Jordan van der Zeijden Campos, é uma abordagem inovadora que integra princípios da psicologia transpessoal e da teoria sistêmica, adotando uma visão holística do ser humano ao considerar aspectos comportamentais, emocionais e da dimensão da espiritualidade para um tratamento eficaz. Diferente das abordagens cognitivo-comportamentais tradicionais, como a Terapia Cognitivo-Comportamental e a Terapia Racional-Emotiva Comportamental, a Terapia Transpessoal Sistêmica incorpora experiências não assimiladas e enfatiza a clareza mental, permitindo que os indivíduos identifiquem e desafiem as raízes de suas crenças, conduzindo a um autoconhecimento mais profundo e a mudanças comportamentais duradouras. Este capítulo explora a lógica como premissa central na Terapia Transpessoal Sistêmica para enfrentar crenças limitantes e promover transformações na dinâmica psíquica dos indivíduos, ressaltando a importância de motivação para superar benefícios secundários das dificuldades existentes. A pesquisa utilizou uma revisão bibliográfica de natureza qualitativa, exploratória e básica, gerando conhecimento sobre a Terapia Transpessoal Sistêmica e sua eficácia. Conclui que a Terapia Transpessoal Sistêmica oferece um novo método terapêutico com potencial significativo, contribuindo para a evolução no tratamento da saúde mental ao alinhar corpo, mente e espírito, e destacando a necessidade de estudos futuros para expandir sua aplicação na prática clínica.

**PALAVRAS-CHAVE:** Terapia. Autoconhecimento. Lógica.

## **USE OF LOGIC AS A PREMISE OF SYSTEMIC TRANSPERSONAL THERAPY**

**ABSTRACT:** The Systemic Transpersonal Therapy, developed by Jordan van der Zeijden Campos, is an innovative approach that integrates principles of transpersonal psychology and systemic theory, adopting a holistic view of the human being by considering behavioral, emotional, and spiritual dimensions for effective treatment. Unlike traditional cognitive-behavioral approaches, such as Cognitive Behavioral Therapy and Rational-Emotive Behavior Therapy, Systemic Transpersonal Therapy incorporates unassimilated experiences and emphasizes mental clarity, allowing patients to identify and challenge the roots of their beliefs, leading to deeper self-awareness and lasting behavioral changes. This chapter explores logic as a central tool premise in Systemic Transpersonal Therapy to address limiting beliefs and promote transformations in the patients' psychic dynamics, highlighting the importance of motivation to overcome secondary benefits of existing difficulties. The research utilized a qualitative, exploratory, and basic literature review, generating knowledge about Systemic

Transpersonal Therapy and its efficacy. It concludes that Systemic Transpersonal Therapy offers a new therapeutic method with significant potential, contributing to the evolution of mental health treatment by aligning body, mind, and spirit, and emphasizing the need for future studies to expand its application in clinical practice.

**KEYWORDS:** Therapy. Self-awareness. Logic.

## INTRODUÇÃO

A Terapia Transpessoal Sistêmica (TTS), desenvolvida por Jordan van der Zeijden Campos, se apresenta como uma nova abordagem terapêutica que considera o indivíduo de forma integral visando proporcionar um tratamento mais abrangente para questões comportamentais, emocionais e energéticas, com um enfoque prático e profundo, fundamentado na interação entre corpo, mente e espírito.

A TTS unifica e sintetiza várias correntes filosóficas, científicas e psicológicas, destacando-se a Psicologia Transpessoal, com sua capacidade de lidar com a totalidade da experiência humana e seu caráter multidisciplinar (Campos, 2024) e a Teoria Sistêmica, que parte do pressuposto de que o sistema não pode ser entendido apenas pela soma de suas partes, sendo ele o responsável por determinar a atuação de seus componentes. Dessa forma, a teoria enxerga o indivíduo como parte de um sistema interligado e sonoro, onde o todo é mais do que a soma das partes. Isso implica que cada elemento do sistema exerce influência mútua, sendo o conjunto que molda o comportamento e a dinâmica de seus componentes individuais. (Gomes, 2014)

Neste capítulo, será detalhada uma das posições centrais da TTS: o uso da lógica, do raciocínio e da estratégia como ferramentas terapêuticas para o enfrentamento de comportamentos e implicações limitantes.

Uma abordagem que utiliza a lógica como método terapêutico é a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), que se embasa no princípio de que o pensamento é o cerne dos transtornos psicológicos, considerando que os pensamentos influenciam as emoções e os comportamentos. Logo, é necessária a modulação dos pensamentos disfuncionais para a conquista de mudanças emocionais e comportamentais duradouras, possibilitando a melhora e alívio dos sintomas.

Segundo Beck, J. (1996), o nível mais profundo do modelo cognitivo é composto pelas crenças centrais que são rígidas, globais e supergeneralizadas. Estas são desenvolvidas na infância e dizem respeito a verdades absolutas que o sujeito possui sobre si próprio, os outros e o mundo. Por essa razão, os indivíduos buscam constantemente confirmar suas crenças centrais irrealis e disfuncionais, desconsiderando todas as evidências contrárias. As crenças centrais, que são também denominadas esquemas, orientam a estrutura cognitiva, dando origem as crenças intermediárias, que por sua vez, intervirão sobre os pensamentos automáticos. Segundo Beck (1996), “a terapia cognitiva é baseada em um

modelo educacional e emprega técnicas lógicas e experiências de aprendizagem” (p. 2). No entanto, essa abordagem tende a simplificar os aspectos subjetivos mais profundos das experiências emocionais dos indivíduos.

Ao considerar a necessidade em abordar também as emoções e os padrões de pensamento para uma mudança efetiva no comportamento, Ellis (2001), criador da Terapia Racional-Emotiva Comportamental (TREC), utiliza a reestruturação cognitiva como uma das técnicas mais utilizadas na abordagem cognitivo-comportamental, fundamentada no modelo A-B-C. De acordo com esse modelo, um evento ou situação da vida real (A) desencadeia uma série de crenças e pensamentos irracionais ou inadequados, que podem ser conscientes ou inconscientes, além de processos cognitivos e esquemas previamente estabelecidos (B). Esses processos, por sua vez, resultam em comportamentos, emoções e reações físicas (C).

Dessa forma, segundo essa perspectiva, conclui-se que o que provoca um comportamento, emoção ou reação física não é o evento em si, mas a interpretação que se faz dele e as crenças e esquemas associados, os quais conduzem à resposta (C).

No entanto, essas abordagens, embora eficazes, podem avançar em aspectos mais profundos e subjetivos da experiência humana. A TTS em seu construto teórico/prático, busca suprir essas lacunas ao integrar a lógica da TCC e da TREC com uma perspectiva Transpessoal e Sistêmica, conectando a razão com as experiências não assimiladas (ENAs) do passado, que se manifestam como obstáculos no presente. A lógica é utilizada não apenas para reorganizar pensamentos distorcidos, mas também para promover o autoconhecimento e trazer clareza mental, ajudando o indivíduo a identificar e questionar as raízes de suas crenças limitantes, avaliar a temporalidade dos acontecimentos e desenvolver uma visão mais realista e funcional de si mesmo, trazendo clareza mental.

A clareza mental é essencial nesse processo. Em sua ausência é preciso retornar à lógica até que a motivação seja ancorada, superando o conforto atual de manter o problema gerado pela ENA. A estratégia de enfrentamento é então delineada, levando o indivíduo a decidir entre enfrentar ou desistir, saindo da paralisia e trabalhando a partir da motivação para mudar sua dinâmica psíquica e comportamental.

Os resultados esperados deste capítulo visam evidenciar a eficácia da premissa Lógica na TTS e seu potencial terapêutico como uma nova abordagem em saúde mental, além de fornecer subsídios para futuros estudos dessa abordagem.

## **OBJETIVO**

O objetivo deste capítulo é explorar uma das premissas centrais da TTS, que inclui a utilização da Lógica como ferramenta para desvelar as raízes das crenças limitantes, além do emprego de estratégias específicas para o enfrentamento dessas crenças, visando proporcionar uma mudança efetiva na dinâmica psíquica do indivíduo.

## **METODOLOGIA**

Esse trabalho se propõe a realizar uma exploração qualitativa sobre a TTS como estudo original de natureza básica e objetivo exploratório a partir de pesquisa bibliográfica, buscando gerar conhecimento e hipóteses para pesquisas futuras, para visibilizar como a TTS pode auxiliar os indivíduos no processo terapêutico a partir da análise das ENA's e da aplicação da lógica, do raciocínio e da estratégia para o enfrentamento, explorados neste estudo como premissas terapêuticas dessa abordagem.

A pesquisa bibliográfica foi conduzida de forma a aprofundar o conhecimento sobre a TTS e foram consultados artigos científicos em bases de dados como MEDLINE (Medlars Online), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), SciELO (The Scientific Electronic Library Online), Google Acadêmico e livros impressos e materiais disponíveis online, com o objetivo de obter embasamento teórico sólido e identificar referências relevantes. Essa revisão permite uma compreensão aprofundada das premissas e práticas da TTS, além de contextualizar sua aplicação dentro do campo da psicologia.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A TTS é uma abordagem que integra diversas teorias psicológicas e correntes filosóficas, fundamentando-se em premissas fundamentais ao longo do processo terapêutico. Dentre essas premissas, destaca-se a lógica.

A TTS se diferencia das abordagens derivadas da categoria Cognitivas Comportamentais tradicionais, como a TCC, por expandir o foco além da lógica e da modificação de padrões de pensamento. Enquanto a TCC se concentra predominantemente na lógica e na alteração de padrões cognitivos, a TTS inclui dimensões emocionais e da espiritualidade, abordando as ENA's. Esta abordagem holística permite uma compreensão mais abrangente dos problemas e facilita mudanças mais profundas e duradouras.

A integração dos princípios da Psicologia Transpessoal e da Teoria Sistêmica na TTS demonstra ser eficaz na promoção de uma abordagem holística e integrada, ao considerar aspectos emocionais, comportamentais e da espiritualidade. Essa abordagem é diferenciada por sua capacidade de proporcionar um tratamento através de um conjunto de ferramenta que atua sobre a totalidade do indivíduo, levando em conta suas experiências passadas, suas crenças e suas dinâmicas relacionais, visando restaurar e manter o equilíbrio entre corpo, mente e espírito.

Esse estudo demonstrou a compreensão da lógica subjacente ao comportamento disfuncional como crucial para promover mudanças positivas. A TTS utiliza a lógica para analisar o efeito da moldagem de eventos passados sob comportamentos atuais, desse modo, facilita a identificação e a modificação de padrões disfuncionais.

A avaliação racional dos eventos e a consideração da temporalidade permite ao indivíduo obter uma visão com maior clareza e estruturada de suas questões emocionais,

identificar sintomas e suas raízes, proporcionando uma visão mais realista e organizada dos problemas.

## **O Processo Terapêutico na TTS**

No contexto terapêutico, o psicoterapeuta que adota a abordagem TTS busca proporcionar ao indivíduo clareza mental, elucidar a lógica subjacente a comportamentos resultantes de ENAs do passado que não foram adequadamente assimiladas, seja por meio de traumas ou conflitos que limitam seu desenvolvimento no presente.

O papel do psicoterapeuta é, portanto, facilitar o indivíduo a compreender a razão pelos quais determinados comportamentos se manifestam. Muitas vezes, o indivíduo apresenta uma dissociação de sua própria identidade, identificando-se com crenças limitantes. O objetivo do psicoterapeuta é dissociá-lo dessas crenças, que não lhe pertencem, e reestabelecer a conexão com sua verdadeira identidade. Esse processo é conduzido por meio de técnicas específicas da TTS, que podem levar o indivíduo a confrontar momentos traumáticos que influenciam suas reações comportamentais.

É comum que o indivíduo chegue a essa terapia associado a crenças limitantes e dissociado de sua autopercepção, e tenha presente consigo sentimentos como culpa, imagens distorcidas de si mesmo, mágoas e vitimismo, entre outros. A função do psicoterapeuta é facilitar ao indivíduo um processo de observação externa de seus problemas e ecossistema, na identificação da ENA, visando à identificação de uma lógica mais ampla que os fundamenta.

## **Exploração e Identificação de Crenças**

Durante a busca por essa lógica, o psicoterapeuta TTS utiliza uma diversidade de ferramentas através das quais procura-se identificar a questão raiz do comportamento apresentado. É importante salientar que, na TTS, não se faz a distinção entre certo e errado. Em vez disso, reconhece-se que os comportamentos existentes possuem uma intenção positiva, geralmente ligada à sobrevivência do indivíduo até aquele ponto na terapia. Assim, o que se busca é a modificação de um comportamento que tem demonstrado ser limitante, permitindo que o indivíduo avance em sua jornada de vida.

Diante da lógica identificada, a próxima conduta consiste em promover uma análise racional dos fatos, através da correlação com situações concretas e avaliação da temporalidade dos eventos. Esse processo exige que o indivíduo verbalize suas emoções e sentimentos, favorecendo seu distanciamento emocional em relação à queixa apresentada. Sendo acolhido com empatia e autoridade pelo psicoterapeuta, que conduz a clareza da estrutura lógica.

## **Estabelecimento de Motivação e Ação Terapêutica**

Assim que a clareza mental é solidificada, o foco se desloca para as estratégias de intervenção. Para tal, é essencial que o indivíduo esteja motivado e que essa motivação esteja fortemente ancorada no presente. A motivação deve superar os benefícios secundários associados à manutenção do conflito reconhecendo que padrões comportamentais muitas vezes se perpetuam devido a ganhos inconscientes, como a busca de atenção e a acomodação.

Uma vez a lógica estabelecida, inicia-se o processo de raciocínio que deve garantir que a motivação para mudança se refira a uma necessidade mais premente do que os benefícios obtidos com a continuidade do problema. O psicoterapeuta pode atuar como um “advogado do diabo” e testar a motivação do indivíduo por meio de questionamentos, para assegurar que essa motivação permaneça vinculada a possibilidades concretas no presente. Na possibilidade eventual da clareza mental não estar estabelecida retorna-se ao trabalho de argumentação lógica, repetindo esse ciclo até que a motivação esteja firmemente ancorada e permita então a transição para as estratégias.

## **Estratégias de Enfrentamento e Resolução de Conflitos**

A fase estratégica consiste em colaborar com o indivíduo na identificação de métodos para enfrentar seus conflitos ou decidir por sua desistência. O intuito é propiciar a superação da paralisia gerada por experiências não assimiladas. Durante o enfrentamento, o psicoterapeuta emprega ferramentas da TTS, que visam personificar os problemas e estabelecer acordos. Pode-se citar a realização, por parte do indivíduo, da redação de cartas para figuras parentais ou a incorporação de elementos significativos identificados durante a exploração, que possibilitem os acordos necessários para a resolução.

Esse processo de enfrentamento, dentro do contexto terapêutico, deve capacitar o indivíduo a aplicar essas habilidades fora do setting terapêutico, promovendo assim uma mudança comportamental consistente.

Este delineamento evidencia a lógica, a análise da lógica e as estratégias de enfrentamento como premissas norteadoras do processo terapêutico fundamentado na TTS. No transcorrer do processo terapêutico busca-se não apenas a compreensão profunda e a reestruturação da psique do indivíduo, mas também sua capacitação para, através de estratégias cognitivas e comportamentais, lidar com as demandas da vida e enfrentar confrontos, adversidades e estresses sob uma nova perspectiva.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo abordou a TTS como uma abordagem terapêutica inovadora, que integra princípios da psicologia transpessoal e da teoria sistêmica. Seu objetivo principal foi explorar a utilização da lógica, do raciocínio e da estratégia como premissas terapêuticas para o enfrentamento de crenças limitantes e a promoção de mudanças na dinâmica psíquica dos indivíduos.

Os resultados indicam que a TTS oferece um caminho diferenciado e eficaz para o tratamento de questões emocionais e comportamentais, ao integrar corpo, mente e a dimensão da espiritualidade. Ao englobar essas dimensões, a TTS vai além das abordagens tradicionais, como a TCC e a TREC, uma vez que também considera as ENAs do passado, que influenciam o presente. A inclusão das ENAs permite uma compreensão mais profunda dos padrões limitantes que muitas vezes prendem o indivíduo em ciclos de sofrimento.

A clareza mental demonstra ser um elemento relevante no processo terapêutico, permite que o indivíduo identifique e compreenda a lógica implícita às suas limitações. Além disso, uma motivação para mudança, uma vez estabelecida com base em uma lógica sólida, surge como um fator determinante para que o indivíduo supere os benefícios secundários inconscientes de manter seus conflitos. A partir dessa clareza e motivação, a TTS facilita o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento que auxiliam o indivíduo a reestruturar suas percepções e comportamentos.

A abordagem integrativa e holística da TTS demonstra ser promissora, não apenas para promover a cura emocional e o autoconhecimento, mas também como uma prática facilitadora para as transformações comportamentais mais profundas e rigorosas. A exploração das ENAs, associada a clareza mental e a aplicação de estratégias de enfrentamento, mostra-se um meio eficaz de alcançar a reestruturação psíquica e o bem-estar global do indivíduo.

Dessa forma, este estudo contribui para ampliar o entendimento sobre a TTS, reforçando seu potencial como uma abordagem valiosa no campo da saúde mental. O método permite a reavaliação do papel das crenças e comportamentos limitantes, oferecendo ao indivíduo uma nova perspectiva para enfrentar seus desafios.

Por fim, as evidências sugerem que a TTS tem o potencial de enriquecer as práticas terapêuticas existentes, proporcionando uma perspectiva mais ampla sobre o ser humano e suas interações com o meio. Além disso, o desenvolvimento de novas pesquisas futuras pode consolidar ainda mais essa abordagem, contribuindo para a evolução dos modelos terapêuticos e para a promoção de um cuidado mais integral e eficaz na saúde mental.

Espera-se que este estudo contribua para sua aplicação na prática terapêutica, oferecendo subsídios para a compreensão dos benefícios da abordagem integrativa e holística em saúde mental.

## REFERÊNCIAS

- CAMPOS, J. V. D. Z. Terapia transpessoal sistêmica: uma nova abordagem terapêutica. In: DESBRAVANDO OS PERCURSOS DA SAÚDE FÍSICA, MENTAL E SOCIAL – Uma abordagem interdisciplinar. Vol. 1. São Paulo: Editora Omnis Scientia, 2024. p. 309-318.
- BECK, A. T. Terapia cognitiva: teoria e prática. Porto Alegre: Artmed, 1996.
- ELLIS, A. Terapia racional emotiva comportamental: teoria e prática. São Paulo: Edições Loyola, 2001.
- LATTERZA, Vitor; KARDEC, Renato. A natureza sistêmica da terapia transpessoal. São Paulo: Universidade Nova, 2014.
- PARIZI, Antonio. A influência da psicologia transpessoal na terapia transpessoal sistêmica. Edição revisada. 2005.
- GOMES, Luiza; SOARES, Pedro; SILVA, João. Teoria sistêmica e sua aplicação na terapia transpessoal. Revista Brasileira de Psicologia, 2014.
- SANTOS, Clara. Reflexões sobre o grande sistema imune na terapia transpessoal sistêmica. Cadernos de Psicologia, 2010.
- RUIZ, C.; GODOY, A.; GAVINO, A. Propiedades psicométricas de la versión española del cuestionario de creencias obsesivas (OBQ). Ansiedad y Estrés, v. 14, 2008.
- BECK, J. S. Terapia cognitiva: teoria e prática. Porto Alegre: Editora Artes Médicas, 1997.
- GOMES, Lauren Beltrão; BOLZE, Simone Dill Azeredo; BUENO, Rovana Kinas; CREPALDI, Maria Aparecida. As origens do pensamento sistêmico: das partes para o todo. Pensando Famílias, Porto Alegre, v. 2, p. 17-30, dez. 2014. Disponível em: <[https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-494X2014000200002](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2014000200002)>. Acesso em: 10/09/2024