UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO INSTITUTO DE PSICOLOGIA

LUIZ EDUARDO VALIENGO BERNI

SELF-EMPOWERMENT
JORNADA DE TRANSFORMAÇÃO
Um Método Transpessoal de *Personal Coaching* Via Internet

LUIZ EDUARDO VALIENGO BERNI

SELF-EMPOWERMENT JORNADA DE TRANSFORMAÇÃO

Um Método Transpessoal de Personal Coaching Via Internet

Tese apresentada ao Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo como parte dos requisitos para obtenção do grau de Doutor em Psicologia.

Área de Concentração: Psicologia Escolar e do

Desenvolvimento Humano

Orientadora: Profa Dra Ronilda Ribeiro

São Paulo 2008 Autorizo a reprodução e divulgação parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte. Fica proibida a divulgação do Apêndice, bem como, do Capítulo 11, cuja reprodução só será permitida mediante autorização escrita do autor.

Catalogação na publicação Serviço de Biblioteca e Documentação Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo

Berni, Luiz Eduardo Valiengo.

Self-empowerment - jornada de transformação: um método transpessoal de personal coaching via internet / Luiz Eduardo Valiengo Berni; orientadora Ronilda Ribeiro. --São Paulo, 2008. 240 p.

Tese (Doutorado – Programa de Pós-Graduação em Psicologia. Área de Concentração: Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano) – Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo.

Terapia online 2. Empoderamento 3. Mudança (Psicologia)
 Transdisciplinaridade 5. Psicologia transpessoal 6. Terapia centrada no cliente I. Título.

RC489.I54

Luiz Eduardo Valiengo Berni

SELF-EMPOWERMENT JORNADA DE TRANSFORMAÇÃO Um método transpessoal de *personal coaching* via Internet

Tese apresentada ao Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo como parte dos requisitos para obtenção do grau de Doutor em Psicologia.

Área de Concentração: Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano

Aprovada em:/	
	BANCA EXAMINADORA
Prof. Dr:	
	Assinatura:
Prof. Dr:	
	Assinatura:
Prof. Dr:	
	Assinatura:
Prof. Dr:	
	Assinatura:
Prof. Dr:	
Instituição:	Assinatura:

DEDICATÓRIA

Ao espírito da Nova Era, manifesto nas memórias de Harvey Spencer Lewis, Abraham A. Maslow e Eileen Caddy, e aos meus clientes, que me honram permitindo que eu os acompanhe num trecho de seus Caminhos Sagrados...

AGRADECIMENTOS

À minha Mestra e amiga Profa Dra Ronilda Ribeiro. Sou eternamente grato por nosso encontro de Alma e pela coragem, amorosidade e despojamento que constituíram verdadeira inspiração ao ser orientado neste trabalho.

A Rodrigo Frias, pela gentil revisão de textos e Manisa Salambote Yindula

Clavert pelo résumé.

A amiga e consultora Olga Cristina A. Balian, representante da Innerlinks no Brasil, editora do Jogo da Transformação, pela cessão do Manual atualizado do Jogo, bem como, pela revisão de textos referentes ao mesmo.

Ao Prof. Dr. Maurício Garcia, ex-vice-reitor da Universidade Anhembi Morumbi, pela confiança e desafio propostos no Projeto CAMILA, que inspiraram em parte o desenvolvimento dessa proposta.

LISTA DE FIGURAS

Fig. 01 - O Universo da Nova Era: A Grande Teia Cósmica	. 47
Fig. 02 - Esquema dos Níveis de Realidade segundo Bassarab Nicolescu	49
Fig. 03 – Estrutura da Psique Humana	56
Fig.04 - Os Centros Psíquicos: Cores, Notas Musicais e Órgãos e Glândula	s 61
Fig. 05 - Pirâmide de Maslow em perspectiva, com o Sistema de Centros	
Psíquicos	. 65
Fig. 06 – Estrutura Dinâmica da Psique Humana	69
Fig. 07 - Sistemática de Divulgação e Inscrição	.104
Fig. 08 - Sistemática de Arquivos Eletrônicos	105
Fig. 09 - Estrutura do Processo no AVA	.108
Fig. 10 - Biografia: Jornada Heróica e os Marcos de Desenvolvimento	128
Fig.11 - Ferramenta de Realçar Texto do Word	134
Fig. 12 - Ferramenta de Inserir Comentário	135
Fig.13 - Fluxo de Interação no Processo Self-Empowerment	138
Fig.14 - Axis Mundi: Do Nível Físico ao Nível Espiritual	159
Fig. 15 - Círculo Cósmico: Percurso do Centro do Tabuleiro	160
Fig. 16 – Espiral Trina e Triskle Padrão do Design Celta	161
Fig. 17 – Caminho da Vida: Percurso do Jogo da Transformação	.161
Fig. 18 – Visão Geral do Tabuleiro com Baralhos	163
Fig. 19 – Perspectiva Metodológica para Estabelecimento do Foco	165
Fig. 20 - Mobilização Psíquica no Jogo da Transformação	182
Fig. 21 – Conceito de Competência	197
Fig. 22 – Fluxo de um Plano de Ação	200
Fig. 23. Exemplo de um Plano de Ação	201

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO1	7
PARTE I	
UM OLHAR NEW AGE, TRANSDISCIPLINAR E TRANSPESSOAL PARA A	
PESSOA E O UNIVERSO 30	0
Capitulo 1 - Do Movimento do Potencial Humano à Transdisciplinaridade32	2
Capitulo 2 – A Concepção New Age de Universo e a Realidade 44	4
2.1 – O Universo	1
2.2 - A Realidade segundo a perspectiva Transdisciplinar	7
2.3 – O Ciberespaço como Nível de Realidade 50	0
2.4 – O Sagrado como Nível de Realidade: O Plano Espiritual um NR resgatado	2
Capítulo 3 - A Pessoa numa Perspectiva Humanista-Transpessoal58	
3.1 Estrutura da Psique Humana 50	6
a) Eu Interior ou Self5	7
b) Eu Exterior ou Ego57	7
c) Energia Psíquica5	7
d) Consciência58	8
3.2 – Manifestação da Psique no Plano Físico: Os Centros Psíquicos 59	9
3.3 - As Necessidades Básicas e os Planos de Consciência 6	1

3.4 – Dinâmica da Psique	66
3.4.1 – Transcendência	ı 67
3.4.2 Condições para	o Desenvolvimento Humano70
PARTE II	
	RMENT NA CONSTITUIÇÃO DE UM
PROCESSO DE PERSONAL COA	CH 73
Canitulo 4 – Lideranca e o Poder: D	o Empowerment ao Self-Empowerment .75
·	·
·	
4.2 – Uma Revisão na Concep	oção de Liderança e Poder77
4.3 – Paradigma, Gênero e Lid	derança80
4.4 – A voz interior, Auto-lider	ança e o Self-Enpowerment 82
4.5 – Elementos Básicos do P	rocesso Self-Empowerment 84
a) Requisitos para parti	cipação 85
b) Módulos	
Confitule F. Boursonal Coachy Coach	atânaiaa Fundamantaia
·	etências Fundamentais88
5.1 - A Origem Tradicional da	Atitude de Coaching88
5.2 - O Papel do Coaching no	o Processo Self-Empowerment91
5.3 - A Escrita Como Mediad	ora da Interação93
5.4 - Modelo Ensino-Aprendiz	agem no Ciberespaço98
a) O Aluno Virtual	98
b) O Professor Virtual	99

Capítulo 6 – Organização Básica de Funcionamento102
6.1 - Divulgação e Inscrição102
6.2 – Arquivos Eletrônicos104
6.3 - AVA – Ambiente Virtual de Aprendizagem105
6.4 – Estrutura do Processo
PARTE III
A BIOGRAFIA E O PROCESSO DE COACHING 109
Capítulo 7 – A História da Vida111
7.1 - Ciclos e Ritmos Cósmicos115
7.2 - Ciclos e Ritmos no Desenvolvimento Humano117
7.3 - A Jornada do Herói121
Capítulo 8 – O Processo de Coaching: Pré-requisitos, Ferramentas e
Sistemática
8.1 – Pré-requisistos de Equipamentos e Sistema130
a) Computador com seguinte Configuração Básica130
b) Outros Periféricos Recomendados131
c) Acesso à Internet131
d) Softwares Básicos 131

8.2	e – A Importância da Fluência Digital no Suporte Técnico	132
8.3	– Tipos de Comunicação: E-mails	132
8.4	– Processo de Mapeamento da Informação	133
	a) Ferramentas Eletrônicas	133
	b) Matriz de Mapeamento Biográfico	135
8.5	– Fluxo de Comunicação no Processo	136
8.6	- Estrutura das Devolutivas no Coaching	139
	a) Devolutiva Sintética da Biografia	139
	b) Devolutiva Heróica-Mitológica	140
8.7	– Material Individualizado de Apoio (Webteca)	143
PARTE I\	/ RANSFORMAÇÃO E DINAMISMO PSÍQUICO	144
Capítulo 9	9 – Jogo: Transcendência e Cultura	146
9.1	- Aspectos Culturais do Jogo	146
	- Aspectos Oditurais do Jogo	140
9.2	- A Natureza Transcendental do Jogo	
9.2	•	
Capitulo 1	•	149
Capitulo 1 Interpreta	2 - A Natureza Transcendental do Jogo	149 155
Capitulo 1 Interpreta 10.	e - A Natureza Transcendental do Jogo	149 155
Capitulo 1 Interpreta 10.	e - A Natureza Transcendental do Jogo	149 155 157
Capitulo 1 Interpreta 10. 10.	2 - A Natureza Transcendental do Jogo	149 155 157 158

10.6 - Encaminhamento metodológico para Estabelecimento do Foco163
Capitulo 11 – Dinamismo Psíquico no Jogo da Transformação166
11.1 – Mobilização do Eu Interior a partir do Foco169
11.2 - Mobilização da Consciência a partir do Eu Exterior
11.3 – Movimentação da Energia Psíquica172
a) Dores e Bloqueios174
b) Insights e Bônus de Consciência 176
c) Consciência e Liberdade de Escolha178
d) Punição e Reforço no Acaso Significativo180
PARTE V
PARTE V PLANEJAMENTO, MUDANÇA, POSSIBILIDADE E LIMATAÇÕES DE UM
PLANEJAMENTO, MUDANÇA, POSSIBILIDADE E LIMATAÇÕES DE UM
PLANEJAMENTO, MUDANÇA, POSSIBILIDADE E LIMATAÇÕES DE UM
PLANEJAMENTO, MUDANÇA, POSSIBILIDADE E LIMATAÇÕES DE UM
PLANEJAMENTO, MUDANÇA, POSSIBILIDADE E LIMATAÇÕES DE UM MÉTODO DE PERSONAL COACH 183
PLANEJAMENTO, MUDANÇA, POSSIBILIDADE E LIMATAÇÕES DE UM MÉTODO DE PERSONAL COACH 183 Capítulo 12 – Planejamento e Estruturação de Mudanças
PLANEJAMENTO, MUDANÇA, POSSIBILIDADE E LIMATAÇÕES DE UM MÉTODO DE PERSONAL COACH 183 Capítulo 12 – Planejamento e Estruturação de Mudanças
PLANEJAMENTO, MUDANÇA, POSSIBILIDADE E LIMATAÇÕES DE UM MÉTODO DE PERSONAL COACH 183 Capítulo 12 – Planejamento e Estruturação de Mudanças
PLANEJAMENTO, MUDANÇA, POSSIBILIDADE E LIMATAÇÕES DE UM MÉTODO DE PERSONAL COACH 183 Capítulo 12 – Planejamento e Estruturação de Mudanças
PLANEJAMENTO, MUDANÇA, POSSIBILIDADE E LIMATAÇÕES DE UM MÉTODO DE PERSONAL COACH 183 Capítulo 12 – Planejamento e Estruturação de Mudanças

c) Competências196
d) Plano de Ação e Competências 196
e) Fluxo de um Plano de Ação199
Capítulo 13 – Possibilidades e Contribuições do Método Self-E 202
13.1 – Análise da Trajetória da Operação do Processo 202
13.2 – Contribuições do Processo aos Participantes 209
13.3 – Limitações e Possibilidades do Processo207
CONCLUSÃO212
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS
ANEXOS
Anexo I – Instrumento de Sondagem
Anexo II – Quadro Comparativo de Avaliação dos Participantes sobre o
Processo Self-E
Anexo III – Síntese das Respostas de Avaliação dos Participantes 238
APÊNDICE – O Jogo da Transformação: Uma Apresentação Detalhada

BERNI, Luiz Eduardo Valiengo. Self-Empowerment – Jornada de Transformação: Um Método Transpessoal de Personal Coaching via Internet.

Utilizando como referência teórica a Abordagem Transdisciplinar e os conhecimentos produzidos pelos movimentos New Age, particularmente pelas Psicologias Transpessoais de enfoque humanista, entre as quais a Abordagem Centrada na Pessoa, este estudo tem por objetivo geral participar dos debates sobre essas abordagens e sobre as relações entre Psicologia e Informática, novo campo de ação para psicólogos, aqui particularizados os novos métodos de auto-conhecimento mediados por computador, via Internet, a distância. Define como objetivo específico verificar as potencialidades e contribuições do Processo Self-Empowerment, método de Personal Coaching, basicamente mediado a distância, via Internet, e desenvolvido ao longo de três etapas ou módulos: (1) Etapa da reflexão biográfica, (2) Etapa da consulta oracular ao Eu Interior por meio do Jogo da Transformação e (3) Etapa de estruturação de um Plano de Ação. A pesquisa descritiva aqui apresentada considerou os fundamentos teóricos do processo e sua metodologia. Seus resultados possibilitara constituir um conjunto articulado, teórico-metodológico, que contribui expressivamente para a condução de processos de autoconhecimento, auto-realização e auto-transcendência, em geral e, de modo particular, para os processos de personal coaching via Internet. Os resultados da pesquisa mostram que o Processo Self-Empowerment possibilita aos participantes um melhor conhecimento de si mesmos, atualização de suas potencialidades e maior possibilidade de uma participação social mais efetiva e consciente.

Palavras-chaves: Aconselhamento On-Line, *Empowerment*, *Coaching*, Transdisciplinaridade, Psicologia Transpessoal, Jogo da Transformação, *New Age*, ACP – Abordagem Centrada na Pessoa.

BERNI, Luiz Eduardo Valiengo. Self-Empowerment - Journey of Transformation: A Transpersonal Method for Personal Coaching through Internet.

The general aim of this study is to participate in the debate between Transdisciplinarity, Transpersonal and Humanistic Psychology, including the Person-Centered Approach, with E-learning and Information Technology in Internet, as new branch of psychology with new methods to counseling, self-knowledge mediated by computer, through e-learning. The research intended to verify the specific capabilities and contributions of the Case Self-Empowerment — Journey of Transformation as an E-learning Counseling or as a Personal Coaching Method developed over three phases or modules: (1) Phase of autobiographical reflection, (2) Phase of oracular consultation of the Self through the Transformation Game (3) Phase of Action Planning. This descriptive research aims in additional for the theoretical and methodological approach of Self-Empowerment Process. The results indicate that Self-Empowerment Process contributes significantly to the Internet counseling and to self-development, self-knowledge, self-realization and self-transcendence, and contributes to participants have more effective in social participation.

Keywords: On-line Counseling, Empowerment, Coaching, Transpessoal Psychology, Transformation Game, New Age, CPA - Centered on Person Approach, Transdisciplinarity

BERNI, Luiz Eduardo Valiengo. Self-Empowerment – Journée de Transformação: Une méthode de Coaching Personnel via Internet

Utilisant comme référence théorique l'abordage Transdisciplinaire et les connaissances produites par des mouvements New Age, particulièrement par les psychologies transpersonnelles comme point de convergence humaniste, parmi lesquelles l'abordage centrée sur la personne, cette étude a pour objectif général participer aux débats sur ces abordages et sur les relations entre Psychologie et Informatique, nouveau Champ d'action pour des psychologues, ici particularisées les nouvelles méthodes d'auto-connaissance moyennant l'ordinateur, via internet, à distance. On définie comme objectif spécifique vérifier les potencialités et contributions du procès Self-Empowerment, méthode de Coaching Personnel, à distance, via internet, et développé au long de trios étapes ou modules: (1) Étape de la reflexion biographique, (2) Étape de la consultation d'oracle à Je interieur par l'entremise du jeu de transformation et (3) Etape de structuration d'un plan d'action. La recherche descriptive ici présentée a consideré les fondements théoriques du procès et sa méthodologie. Ses résultats qui rendront possible la constitution d'un ensemble articulé, théorico-méthodologique, qui contribue expressivement pour la conduction des procès d'auto-connaissance, auto-réalisation et auto-transcendance, en général et, de mode particulière, pour les procès de coaching personnel via Internet. Les résultats de la recherche montrent que le Procès le Self-Empowerment permet aux participants une meilleure connaissance d'euxmêmes et l'actualisation de leurs potencialités et une grande possibilité d'une participation sociale plus effective et consciente.

Mots-clés: Conseil on-line, Empowerment, Coaching, Transciplinarité, psychologie, Jeu de transformation, New Age, ACP – Abordage Centrée sur la personne

INTRODUÇÃO

Viver na sociedade da informação, numa economia globalizada, sob o efeito massificador da mídia, da tecnologia e do consumo, tem levado as pessoas a tomarem distância de sua natureza interior e, portanto, a uma incapacidade de construírem referenciais internos confiáveis, pautados por valores que promovam a sustentabilidade das relações sociais e ambientais de maneira integrada. Esta situação tem contribuído para muitos dos males da sociedade contemporânea, que se evidenciam na crise de valores, na infantilização das relações, bem como, na busca por soluções mágicas que possam reduzir a frustração causada pela não realização pessoal. Desta forma, é necessário criar mecanismos que, servindo-se da ampla gama de possibilidades oferecidas nesta mesma sociedade, organizem formas coerentes de ação, das quais decorrerá maior realização pessoal, dado o aumento da capacidade para

dimensionar adequadamente as próprias possibilidades e agir, assim, de forma consciente, possibilitando a sustentabilidade das relações sócio-ambientais.

Nesta época tumultuada, de constantes e rápidas transformações, onde o emprego formal é cada vez mais raro, os jovens têm encontrado uma dificuldade crescente em se colocarem, e os mais velhos em se recolocarem, num mercado de trabalho exigente e competitivo. O Ensino Superior tem oferecido uma gama crescente de cursos para atender a esse mercado e público, o que diversifica a formação oferecida, e, ao mesmo tempo, deixa os jovens confusos frente a essa grande oferta de cursos, que variam entre os Tradicionais de Graduação, os de Tecnologia e os Seqüenciais (BERNI, 2005c).

As organizações empresariais, por sua vez, para se manterem atualizadas, buscam por diferenciais competitivos, muitas vezes conquistados através de processos internos de educação continuada, oferecidos aos seus funcionários nas chamadas Universidades Corporativas. Tais organizações, que não são acadêmicas, oferecem do ponto de vista da formação continuada, processos focados na construção de competências corporativas. Ao investirem em treinamento procuram baratear seus custos realizando cursos em Elearning, Ead (Ensino a Distância), em programas auto-instrutivos a distância, mediados por computador que, embora tenham forte apelo motivacional/comportamental, na medida que oferecem possibilidade de ascensão profissional, nem sempre desenvolvem as competências requeridas pelo mundo corporativo, visto que a dimensão abordada em tal formação é

muitas vezes restrita à esfera do conhecimento, não contemplando, portanto, as esferas das habilidades e das atitudes que complementam um perfil de competências, considerando-se *competência* como a capacidade de mobilizar conhecimentos, habilidades e atitudes.¹

Talvez essa tendência possa ser melhor esclarecida ao se analisar a questão pela ótica dos alinhamentos internacionais, promovidos pela globalização da economia. Frente à inclemente necessidade de serem aumentados os lucros, as grandes corporações têm visto como alternativa a redução de seus quadros funcionais, por meio da reorganização de setores, automatização de processos e terceirização da mão de obra. Se por um lado isso tem levado ao desemprego ou à crise do emprego, como alguns preferem chamar, por outro, tem levado à necessidade de empreender e, como conseqüência, à proliferação das pequenas empresas que oferecem novas oportunidades de negócio e trabalho.

Aqueles que permanecem nas organizações vêem-se obrigados a realizar jornadas de trabalho cada vez mais longas e estressantes, muitas vezes com possibilidades sabidamente restritas de ascensão funcional. Exigências semelhantes, no que diz respeito ao estresse, são igualmente feitas aos que se tornam empreendedores. Por sua vez, os que querem ingressar no mercado de trabalho encontram cada vez mais dificuldade, pois lhes é requerida uma experiência que, pelas limitações impostas, fica difícil adquirir. Tudo isso leva a

¹ Este conceito será abordado no capítulo 13.

angústia generalizada, uma das razões para os ditos males da sociedade contemporânea.

A busca quase desesperada por uma orientação que possibilite alcançar a tão sonhada realização pessoal, ou felicidade, em que as escolhas façam sentido e a vida torne-se plena, favoreceu uma série de processos sociais: proliferação na venda de livros e manuais de auto-ajuda, que podem ser facilmente encontrados na lista dos mais vendidos das revistas semanais, bem como de revistas dirigidas à dinamização do potencial das pessoas, de modo que possam tornar-se mais atraentes para o mercado de trabalho; uma gama infinita de opções oferecidas pela Internet - cursos On-Line, ofertas de recolocação profissional através do cadastramento de currículo, soluções de marketing pessoal, entre outras.

Portanto, apresentar estratégias inovadoras, que contemplem de forma eficiente caminhos ou alternativas de apoio às pessoas em seu empenho para vencer essas incongruências ou dificuldades, mostra-se como necessidade cada vez mais premente nos tempos atuais, quer para as empresas, quer para os indivíduos, visto que a sustentabilidade das relações parece depender de ações que considerem tal perspectiva.

O presente relato de pesquisa descritiva apresenta as contribuições do método de *Personal Coaching On-Line* denominado *Self-Empowerment – Jornada de Transformação*, capaz de estimular o desenvolvimento pessoal e dotado de

potencial terapêutico que, realizado a distância e, servindo-se de recursos de interação transpessoal, busca favorecer o autoconhecimento pelo desbloqueio da tendência à auto-atualização e à transcendência.

O Processo de *Personal Coaching - Self-Empowerment* situa-se no campo da Orientação Psicológica ou do Aconselhamento. *Personal Coaching* é um termo contemporâneo, genérico, usado no campo dos negócios, relacionamentos e carreira, entre outros, para se diferenciar do *Personal Training* cujo foco está na área esportiva. O *Coaching*, como também é denominado, caracteriza-se por um acompanhamento presencial, individualizado ou grupal, por um período determinado de tempo. É exercido por profissionais de diferentes áreas do conhecimento. O *Coaching* Executivo, por exemplo, é muitas vezes praticado por um profissional que atue, ou tenha atuado, em função executiva de uma grande corporação.

A formação do *Personal Coach*, quando acontece, se dá em cursos livres desenvolvidos por empresas ligadas à área de Recursos Humanos, não havendo registros de Instituições de Ensino Superior que forneçam esse tipo de formação. Em entrevista à Revista Época, edição 234 de novembro de 2002, Cheryl Richarson, uma das *Personals Coaches* mais conhecidas dos Estados Unidos, conta sua trajetória. Ao perceber que seus clientes estavam à procura de uma pessoa que os pudesse ouvir e orientar na definição de prioridades para mudarem seu estilo de vida, mudou de profissão de Consultora do Imposto de Renda para *Personal Coach*. Trabalhando com sonhos e

meditações, Richarson afirma imprimir uma abordagem espiritual em seu trabalho:

"A base de minha vida e de meu trabalho profissional é a espiritualidade. Freqüentemente ao trabalhar com meus clientes, sinto um poder divino ajudando-os a cuidar de si, de sua família e de seus empregados" (RICHARSON, 2002, p.2)

Olhando-se a atividade de *Coaching* pelo prisma da Psicologia, pode-se concluir que este campo de atuação profissional insere-se na área do Aconselhamento Psicológico. O Aconselhamento é uma área de atuação que não se restringe ao psicólogo. Em artigo onde apresenta uma breve revisão bibliográfica, ao tratar do Aconselhamento no Serviço Social em Portugal, Lopes (2007) tece comentários sobre a confusão normalmente feita entre Aconselhamento e Psicoterapia. Segundo a autora, que aborda tanto as diferenças quanto as semelhanças entre essas abordagens, a melhor forma de se distinguir uma prática da outra está no que diz respeito à organização temporal. O Aconselhamento é um processo que tem um começo e um fim claramente definidos, enquanto na Psicoterapia, normalmente define-se apenas o início. Em função da limitação temporal, o Aconselhamento centra-se mais nos aspectos de saúde psicológica, enquanto a Psicoterapia pode abordar também aspectos de caráter patológico.

Se por um lado o Aconselhamento Psicológico não é muito difundido no Brasil, o Aconselhamento Pastoral, associado a diferentes práticas religiosas,

encontra boa receptividade havendo muitos cursos de formação oferecidos por Instituições de Ensino Superior na área da Teologia, bastante divulgados pela Internet.

A prática do Aconselhamento, ou da Orientação Psicológica, via Internet é uma possibilidade que gradativamente vem ocupando espaço no meio virtual. Preocupado com a questão, o Conselho Federal de Psicologia (CFP) vem se debruçando cada vez mais sobre a matéria, regulando essa prática no que concerne à Psicologia. A Resolução CFP Nº 12/2005 regula a prática da Psicoterapia de Outros Serviços de Psicologia On-Line. Tendo como referência o Código de Ética Profissional, a resolução permite a prática da psicoterapia desde que seja em caráter de investigação científica, sendo proibida a remuneração profissional por tais serviços. Os pacientes devem ser informados de que trata-se de uma prática experimental de cunho científico.

As demais práticas, como a Orientação Psicológica, encontram amparo no seguinte artigo:

"Art. 6º. São reconhecidos os serviços psicológicos mediados por computador, desde que não psicoterapêuticos, tais como orientação psicológica e afetivo-sexual, orientação profissional, orientação de aprendizagem e psicologia escolar, orientação ergonômica, consultorias a empresas, reabilitação cognitiva, ideomotora e comunicativa, processos prévios de seleção de pessoal, utilização de testes psicológicos informatizados(...)" (Resolução CFP Nº 12/2005)

Em tais serviços é permitida a cobrança de honorários profissionais conforme as diretrizes do Código de Ética. Para a utilização de testes e softwares de resposta automática, entretanto, há que se solicitar a emissão de um selo fornecido pelo CFP conforme regulamentado pela Resolução CFP Nº 02/2003.

O *Self-Empowerment*, objeto da presente investigação, é um processo de *Personal Coaching* ou Aconselhamento via Internet, com duração aproximada de 40 dias. Desenvolvido a partir de um referencial teórico balizado pela Psicologia Humanista-Transpessoal, com lastros na Abordagem Transdisciplinar e no Movimento *New Age*. A técnica de *coaching* encontra ressonância na Abordagem Centrada na Pessoa de Carl Rogers.

Destina-se a atender pessoas de diferentes idades e sexo, que tenham acesso à Internet e que desejem investir num processo de autoconhecimento e revisão do próprio percurso existencial, com vistas a operar transformações significativas em suas vidas. Os critérios fundamentais de participação são o interesse por realizar um trabalho de reflexão pessoal a distância, por escrito, mediado pela Internet e disponibilidade para isso.

O surgimento deste processo de *coaching* ocorreu durante uma expressiva mudança de rumo profissional em minha vida. Uma daquelas situações inusitadas que acontecem a partir de uma demissão. Na ocasião eu ocupava o cargo de Gerente de Desenvolvimento Pedagógico de uma universidade

paulistana e havia desenvolvido uma série de projetos em *e-leaning*, dentre os quais o de Planejamento Estratégico Pessoal e de Técnicas de Estudo na Universidade, todos inseridos num grande projeto institucional de desenvolvimento de competências complementares para os discentes, o *Ampliando Fronteiras: Autoliderança no Saber* (BERNI,2005e) e ainda um outro, mas ambicioso o Programa de Capacitação Docente – C.A.M.I.L.A. (BERNI, 2006) com enfoque no:

- Desenvolvimento de Competências docentes,
- Aprendizagem Baseada em Problemas,
- Missão institucional
- Interatividade
- Literatura diferenciada
- Avaliação continuada

Este projeto de grande fôlego, desenvolvido em parceira com outros profissionais, dentre os quais o Prof. Dr. Maurício Garcia, então vice-reitor da Universidade Anhembi Morumbi, envolvia um tripé de ações: Um curso de Especialização de 360 horas em Inovação na Gestão e na Didática do Ensino Superior; uma revista trimestral, indexada internacionalmente, a Momento do Professor, on-line e impressa (ISSN 1807-4723) e um Fórum Permanente de Educação Superior, com encontros presenciais trimestrais, além de uma lista de discussão on-line. Eu estive a frente desses projetos por dois anos. Quando implementando CAMILA, após Projeto um longo percurso desenvolvimento, a universidade foi vendida para um grupo estrangeiro, e na seqüência ocorreu a minha dispensa.

Apesar de trabalhar em média doze 12 horas por dia na universidade, eu ainda conseguia manter um consultório meio capenga, de atendimento praticamente simbólico, pois na época eu atendia apenas um cliente. De repente, o consultório passou a ser minha única fonte de renda. E assim, do dia para a noite, me vi na pele de muitos colegas que acompanhei, de muitos alunos e, é claro de muitos e muitos brasileiros². Foi então que eu tive que me reinventar e neste contexto criei um método de *Personal Coaching:* o *Self-Empowerment*.

O processo *Self-E*, como costumo chamar, teve sucesso imediato para minha grata surpresa. Os clientes, às vezes inicialmente descrentes das possibilidades da interação a distância, esperando muitas vezes por um curso de respostas automáticas, ficavam, como ainda ficam, agradavelmente surpresos ao constatarem que é possível estar próximo mesmo havendo distância. Um cliente ou outro me perguntava: "mas o que você fez comigo?" numa manifestação de agradável surpresa frente aos benefícios conquistados graças ao processo. E outro: "Você precisa registrar esse processo na Biblioteca Nacional e no INPE" coisa que de fato foi feita.

Muitas perguntas sobre a metodologia de trabalho me eram feitas e eu não sabia respondê-las com clareza, ou quando tentava responder as pessoas achavam que eu estava "escondendo o ouro", pois as respostas careciam da

.

² Além de atuar em minha própria clínica como psicoterapeuta, atuei também no Serviço de Apoio Psicopedagógico da Universidade Anhembi Morumbi, onde em atendimento pude acompanhar a angústia de pessoas que viveram um processo semelhante ao que eu estava vivendo naquele momento.

profundidade esperada. Foi então que decidi realizar um trabalho de investigação criterioso, visando à descrição do processo. Apenas a partir dessa perspectiva consegui explicar, exatamente o que era feito e como o processo atuava. E assim teve início minha pesquisa que, segundo a classificação de Seltz (1987) insere-se no conjunto de pesquisas descritivas.

O trabalho é apresentado em cinco partes:

Na primeira parte — "<u>Um olhar New Age</u>, <u>Transdisciplinar e Transpessoal para a Pessoa e o Universo</u>", reúno informações para situar o leitor no contexto em que se insere o método *Self-E*. A primeira parte é integrada por três capítulos: Capítulo 1 — Do Movimento do Potencial Humano à Transdisciplinaridade; Capítulo 2 — A Concepção *New Age* de Universo e de Realidade e Capítulo 3 — A Pessoa na Perspectiva Humanista-Transpessoal.

Na segunda parte — "Poder, Liderança e *Empowerment* na constituição de um processo de *Personal Coach*", apresento os conceitos-chave do processo, bem como realizo uma apresentação do Método *Self-E*. Essa parte é integrada por três capítulos: Capítulo 4 — Liderança e Poder: Do *Empowerment* ao *Self-Empowerment*; Capítulo 5 — Personal Coach: Fundamento das Competências e Capítulo 6 — Organização Básica de Funcionamento do Processo *Self-E*.

Na terceira parte – "A Biografia e o Processo de Coaching", apresento os fundamentos do Módulo I, à luz do processo de coaching e da sistematização

técnica e operacional do método *Self-E*. A Parte é integrada por dois capítulos: Capítulo 7 – A História da Vida e Capítulo 8 – O Processo de *Coaching*: prérequisitos, ferramentas e sistemática.

Na quarta parte – "Jogo, Transformação e Dinamismo Psíquico", apresento os fundamentos do Módulo II no contexto da transcendência mediada pelo jogo, especificamente pelo Jogo da Transformação, que é explorado à luz do dinamismo psíquico conforme a abordagem humanista-transpessoal. Essa Parte é integrada por três capítulos: Capítulo 9 – Jogo: Transcendência e Cultura; Capítulo 10 – O Jogo da Transformação: Origem, Estrutura, Dinâmica e Interpretação e Capítulo 11 – Dinamismo Psíquico no Jogo da Transformação.

E na quinta e última parte — "<u>Planejamento, Mudança, Possibilidades e</u> <u>Limitações de um Método de *Personal Coach*", apresento o planejamento contextualizado ao *Método Self-E*, bem como, discuto as possibilidades e limitações do processo. Essa Parte é integrada por dois capítulos: Capítulo 12 — Planejamento e Estruturação de Mudanças e Capítulo 13 — Possibilidades e Limitações do Método *Self-E*.</u>

A descrição foi norteada pela estrutura do próprio método investigado, ou seja, seguiu rota análoga à dos três módulos que compõem o processo *Self-Empowerment*, quais sejam: Módulo I – Biográfico, Módulo II – Sondagem ao Eu Interior e Módulo III – Planejamento da Ação. Desta forma, os elementos da fundamentação teórica encontram-se mesclados aos de cunho metodológico,

sendo possível, porém, realizar uma leitura do material levando em conta esses dois níveis, de forma distinta. Dados relativos à fundamentação teórica encontram-se nos capítulos: 1, 2, 3, 4, 7, 9 e 11. Já os relativos à sistematização metodológica encontram-se nos capítulos: 5, 6, 8, 10, 12 e 13.

Para não cansar o leitor, compilei, por fim, um *Apêndice* destinado a uma apresentação pormenorizada sobre o Jogo da Transformação.

PARTE I

UM OLHAR *NEW AGE,*TRANSDISCIPLINAR E TRANSPESSOAL PARA A PESSOA E O UNIVERSO

"O homem antigo, que caminhava com sua tribo em busca de alimento ou pastoreava seu gado nos grandes vazios, aprendeu a ficar longo tempo sozinho e a gostar da sua solidão. A vida nas aldeias e depois nas cidades ensinou o homem a estar sempre acompanhado de outra pessoa, de uma ocupação, de um objeto, de um animal. A solidão, tranqüila, é uma experiência esquecida, que para ser reencontrada exige coragem — a coragem de renunciar às próprias ilusões." (LISBOA, 1988, p.102)

Nenhuma disciplina científica ou área do conhecimento detém a totalidade dos conhecimentos sobre o fenômeno humano.

O advento da Física Quântica e o descortinar do Nível de Realidade a ela associado gerou um verdadeiro *frison* no meio acadêmico. Muitos pensadores e cientistas começaram a desenvolver um tipo de estudo comparativo entre as características do Universo Quântico e perspectivas psicológicas, religiosas e místicas. Esses trabalhos serviram de fundamento ao movimento New Age e os pesquisadores responsáveis por eles foram, e continuam sendo, geralmente,

colocados à margem da comunidade científica, por trabalharem com um paradigma não alinhado às perspectivas clássicas e mais convencionais.

Assim, a concepção *New Age* de Universo, de Realidade e de Pessoa encontra-se amplamente lastreada por elementos da Física Quântica, pela Abordagem Transdisciplinar, pela Psicologia Humanista-Transpessoal e por elementos de Culturas Tradicionais, reunidos em arcabouço próprio, com nuances variadas, dependendo do grupo ou organização que os adote.

Esta seção reúne três capítulos nos quais busco apresentar a concepção de homem e de universo, que constituem os fundamentos da *New Age*, ou Nova Era, para melhor compreensão do contexto da presente investigação. São eles:

Capítulo 1 – Do Movimento do Potencial Humano à Transdisciplinaridade

Capítulo 2 – A Concepção *New Age* de Universo e de Realidade

Capítulo 3 – A Pessoa numa Perspectiva Humanista-Transpessoal

Capítulo 1

DO MOVIMENTO DO POTENCIAL HUMANO À TRANSDISCIPLINARIDADE

"Amanhecia. Na verdade era ainda madrugada. Ele acordou com um sobressalto. Era preciso ser rápido para não perder o Serviço que dentro em breve teria inicio. Tinha que se apressar. Em pouco tempo, na Abadia de Grinbergen, Bélgica, os sinos repicariam e seria possível ouvir os suaves cantos dos monges, embalados por pesadas lufadas de incenso que encheriam o ar, saindo de um antigo turíbulo de prata, finamente decorado, uma reminiscência do século XII. Com a fumaça subiriam aos céus as preces fervorosas da Congregação, que àquela hora da manhã era apenas formada pelos religiosos. Embora o corpo ainda quisesse ficar um pouco mais no aconchego do leito, o espírito encontrava-se desperto, ávido pelo deleite do encontro com o Sagrado, que seria vivenciado no ritual.

Ele sentia-se acolhido por uma agradável sensação de encontro interior. Na memória, lembranças do passado, de amigos exóticos, da dança que um dia

praticara. Ah, como era bom dançar e sentir-se integrado ao cósmico por meio do movimento. "Meu Deus, como minha vida é boa" - pensara. Mas não havia muito tempo para se deter nesses pensamentos, pois o Irmão já havia batido à porta de sua cela.

O Serviço teve início. O frio da manhã lhe penetrava os ossos, mas o cântico. Ah, o cântico! Aquecia-lhe tanto a alma que ele não se importava com isso. Como se sentia bem... Uma furtiva lágrima deslizou discretamente de seu olho esquerdo. Coisa que certamente não foi notada por ninguém, pois todos estavam compenetrados nas orações, no compasso rítmico promovido pelo respirar conjunto do grupo - "Sa-a-an-c-tus"... Que bela melodia, composta muitos séculos atrás.

Mas seu coração era inquieto e, ao mesmo tempo em que sentia o encontro do presente, sentia saudades do passado. Da dança, do estudo. Fora feito para estudar e não apenas para rezar e plantar... Como era maravilhoso entender a profundidade do coração humano por meio de homens virtuosos como Agostinho. Ele sentia uma inquietação voraz que por vezes queimava em seu peito. Algo como uma angústia. Lembrava do passado, da dança, do deserto... Que fascínio o deserto, que um dia também visitara, exercia sobre si. Algo semelhante lhe suscitava a leitura de Nietzsche. Que inquietante colocar lado a lado Agostinho e Nietzsche!

Amanhecia. Na verdade era ainda madrugada. Ele acordou com um sobressalto, era preciso ser rápido... "Mas por que é mesmo que era preciso

ser rápido?" – pensou, ainda entorpecido pelo sono. Sentia um cansaço descomunal, a reunião de ontem havia acabado com ele. Ao longe um barulho estranho se fazia presente... Um som angustiante, ele sabia que tinha que levantar... Será que iria se atrasar novamente para o trabalho? De repente, sentiu um cutucão nas costas e quase caiu da cama. "O bebê!" - pensou. O bebê estava chorando, provavelmente com fome e era a sua vez de atendê-lo. Ele então se levantou meio cambaleante, procurou os chinelos, mas não foi capaz de encontrá-los. "Vou descalço mesmo, que importa?" - deu de ombros. Passou pelo quarto da criança em direção à cozinha. Acendeu uma luz. A criança silenciou um pouco, sabia que em breve seria alimentada. Mas, ele não se iludia com isso. Tinha que ser rápido ao preparar o leite, pois, caso contrário, seu cliente, o bebê, reclamaria de novo. E o que poderia ser pior, a senhoria, sua esposa, iria se indispor com ele. "Você sabe que tem que atender ao bebê, por que fica enrolando?" - ela provavelmente diria. Assim ele pensava sobre ela e nessas horas sentia uma certa raiva. Seriam, então, duas chateações. Portanto, era melhor ser rápido mesmo. Absorto nesses pensamentos, deixou o leite esquentar demais no microondas. "Que saco!" murmurou para si mesmo. Pôs o bico na mamadeira, abriu a torneira da pia para esfriá-la um pouco. O bebê já começava a se impacientar novamente. - "Merda!", falou. Saiu apressadamente da cozinha e sem querer bateu o dedinho do pé descalço na quina do armário. Que dor insuportável! Outra lágrima furtiva lhe escorreu pelo canto do olho esquerdo. Dessa vez o palavrão não foi pronunciado em voz tão baixa assim. Ninguém viu, ou ouviu, exceto seu cliente, o bebê, que agora já estava positivamente impaciente. Entrou no quarto, aproximou-se do berço. Acendeu o abajur. A luz suave iluminou o rosto daquele pestinha que

imediatamente abriu um sorriso para o pai que se aproximava. Diante disso, envergonhou-se, e esqueceu a chateação. Pegou a criança no colo e sentouse na poltrona que se encontrava próxima. Acomodou-se, aconchegou a criança em seu colo colocando a mamadeira com suavidade na boca daquele ser impaciente que, ávido, passou a sorver seu conteúdo até que gotículas de suor lhe brotassem da testa. Ele foi se acalmando. "Graças a Deus", pensou. Foi mamando cada vez mais devagar. Na verdade já tinha quase esgotado o conteúdo da "tetê", assim o bebê chamava a mamadeira. Ele adormeceu junto com a criança em seu colo. Sua mente devaneava por tempos passados, quando morava na Abadia e, àquela mesma hora, costumava despertar para atender ao Serviço..."

Esta foi a metáfora³ que apresentei a um dos participantes do Processo Self-Empowerment e reflete o cerne do conteúdo biográfico narrado por ele ao iniciar o processo. Num momento ele vivia uma vida de reclusão num mosteiro medieval da Europa e, noutro, as angústias e sobrecargas comuns àqueles que habitam um grande centro urbano como São Paulo. Um confronto que contrapõe um viver centrado na correria da sociedade contemporânea, versus o viver centrado numa perspectiva viva do passado ainda presente nos tempos atuais.

Para mim essa narrativa é, também, uma forma de expressar o paradoxo que vivemos nos tempos atuais. As pessoas buscam a harmonia resgatando, às vezes de modo saudoso, o passado ou entregando-se ao presente de maneira

.

³ O uso de metáforas dessa natureza será explicado ao ser apresentada a biografia humana como jornada heróica no capítulo 7.

voraz, sem encontrá-la de forma alguma. Trata-se, a meu ver, da crise civilizatória ora vivida pela humanidade.

Inquirido sobre a crise vivida nos tempos atuais, o Dalai Lama apresenta sua opinião:

"Perguntaram ao Dalai Lama... O que mais te surpreende na humanidade? Ele respondeu: Os homens...Primeiro perdem a saúde para ganhar dinheiro, depois perdem dinheiro para recuperar a saúde. E por pensarem ansiosamente no futuro, esquecem do presente de tal forma que acabam por não viver nem o presente nem o futuro. E vivem como se nunca fossem morrer... e morrem como se nunca tivessem vivido."

Será que conseguiremos superar a crise? Essa é uma pergunta que não cala em mim. De maneira otimista faço a opção pelo sim, por isso sinto que posso - e devo - contribuir para uma reflexão que acrescente algo à consolidação de um paradigma, competente para tornar sustentáveis as relações pessoais, sociais e planetárias. Estou me referindo ao assim denominado paradigma da *New Age*, no qual se baseia o processo Self-Empowerment, cuja estrutura e dinâmica serão discutidos nesta investigação.

A Nova Era não é uma novidade. O termo remete a uma nova era astrológica, marcada pela passagem do signo zodiacal de Peixes para o signo zodiacal de Aquário, o que ocorrerá em 2160. Trata-se da Era de Aquário, cantada nos anos 1960 na conhecida peça *Hair*. Segundo Marcondes (1996) o debate sobre a Nova Era nos remete a pensadores como Rudolf Steiner, Teilhard de

Chardin, Alice Bailey e Mestre Eckhart, apenas para citar os nomes mais famosos. Anuncia-se que a Nova Era inaugurará um tempo de paz, prosperidade e abundância, em que todos no planeta comungarão de uma espiritualidade comum.

Vivemos numa grande Aldeia Global conforme preconizou o sociólogo canadense Marshall McLuhan (1969) ao final dos anos 1960. Esse fato tornase cada dia mais evidente. As fronteiras nacionais ainda existem, as barreiras econômicas ampliam-se e estruturam-se em novos e mais rígidos complexos, sob a égide neoliberal. Mas, no âmbito das comunicações o indivíduo conquista poder, as fronteiras diluem-se e as distâncias encurtam. Num novo espaço e tempo de interação planetária, Ciberespaço, o grupo humano encontra forte potencial para subverter uma ordem que confina as relações a esquemas rigidamente estruturados. Trata-se de uma verdadeira revolução paradigmática, que há muito vinha sendo prenunciada: A assim denominada Revolução da Nova Era.

A Primeira e a Segunda Grandes Guerras Mundiais, e a Guerra Fria, consumiram mais de 50 anos e deixaram profundas seqüelas para toda a humanidade. Embora o Século XX tenha contribuído para criar uma estrutura de aprisionamento do potencial humano, foi responsável também por conquistas que vêm possibilitando que este mesmo potencial seja atualizado. Marcado por três grandes conflitos mundiais, foi simultaneamente um período de muitos, senão da maioria, dos avanços tecnológicos presentes em nossos dias, no esteio dos quais a Aldeia Global vem se constituindo de forma a

contribuir para a libertação do espírito humano. A Internet, por exemplo, foi criada para garantir as comunicações em caso de guerra nuclear. O telefone celular, por sua vez, foi desenvolvido para facilitar a comunicação entre as frentes de batalha e o comando central de retaguarda. Todas as tecnologias cem por cento militares que hoje são usadas para fins cem por cento civis, refletem uma, talvez a principal, característica humana: o Paradoxo.

Vivemos numa época marcada por intensos e fecundos diálogos inter e transdisciplinares. Por isso torna-se desejável conhecer interações ocorridas nas zonas de intersecção das disciplinas. Assim, o foco de interesse da presente investigação recai sobre uma área ainda pouco explorada: aquela na qual interagem elementos de Psicologia Humanista Transpessoal com elementos do Desenvolvimento de Lideranças e do Empreendedorismo.

Mas, onde se encontram as origens desse tempo em que o estudo de tais interações torna-se possível? No Humanismo Transpessoal da Nova Era, que apresentarei a seguir.

A partir da década de 1960, com antecedentes nos anos anteriores, surgiu no seio da classe média urbana mais instruída dos EUA, um movimento que questionou veementemente os valores sócio-culturais da sociedade daquele país, cuja hegemonia já se fazia presente no mundo de maneira imperialista, como decorrência direta da vitória na Segunda Guerra Mundial, e da Guerra Fria, que estava em curso na época. Esse movimento que reivindicava a autonomia do sujeito opunha-se à estrutura altamente hierarquizada e às

normas institucionais que, segundo as avaliações de seus líderes, tinha conduzido a humanidade a um desastre sem precedentes. Esse foi o Movimento do Potencial Humano, que congregou líderes de diversas disciplinas acadêmicas e áreas de atuação humana.

No campo da Psicologia, este movimento, amplamente influenciado pelo psicólogo norte-americano Abraham H. Maslow, configurava um novo movimento humanista, nascido da necessidade de atender a grupos de soldados veteranos que retornavam com diversos problemas, dos infindáveis conflitos bélicos travados por aquele país. As articulações de Maslow levaram à estruturação da por ele denominada Psicologia Humanista, configurada como a Terceira Força da Psicologia norte-americana, sucedendo as duas primeiras, o Behaviorismo e a Psicanálise. Esse "novo" humanismo enfatizava o sujeito como Pessoa, motivada primordialmente por uma tendência inata à saúde e à autonomia e capaz de responsabilizar-se conscientemente por si e pelos demais. Segundo Maslow (1970), a Psicologia Humanista foi apenas um trampolim para uma quarta e mais abrangente força da psicologia, que ele denominou de Psicologia Transpessoal.

Segundo Carozzi (1999), o Movimento do Potencial Humano confluiu para a formação de uma rede mundial, que além de questionar o poder da autoridade instituída enfatizava a autonomia do sujeito, a sacralização do Self e da natureza, a cura, a espiritualidade, o sincretismo e a liberação do corpo. Esta Rede foi conhecida como Nova Era ou *New Age*. Parece ter sido o interesse de Maslow pela transpessoalidade e pelas Experiências Culminantes que

permitiu a articulação entre a noção de autonomia individual, concebida em termos psicológicos como possibilidade concreta do ser humano, com técnicas espirituais orientais, o que deu origem a diversas concepções teóricas formuladas na Nova Era e desenvolvidas pela Psicologia Transpessoal.

Assim, no início dos anos 1970, a Rede da Nova Era se estendia de Esalen, na Costa Oeste dos EUA, até o Nordeste da Escócia, na Comunidade de Findhorn, numa série de "Grupos de Luz" espalhados pelo planeta. No que diz respeito ao processo de sacralização do Self algumas idéias teosóficas, gnósticas ou rosacruzes foram inquestionavelmente incorporadas. As idéias mais importantes são a de que as pessoas possuem uma "centelha divina" e que todas as tradições místicas ou religiosas conduzem a uma mesma verdade, única, embora expressa de diversas formas.

Maslow morreu nos anos 1970, deixando sua obra inacabada. Mas além dele muitos outros teóricos contribuíram para a estruturação da Psicologia Transpessoal, ou de Psicologias Transpessoais, como talvez seja mais correto afirmar. Tabone (2001) apresenta uma série de autores, que desenvolvem diferentes perspectivas transpessoais, entre os quais se destacam Stanilav Grof, Robert Ropp, Robeto Assagioli e Ken Wilber.

A Nova Era, conforme afirma Marcondes (1996), é mais um clima de sensibilidade espiritual do que um movimento religioso estruturado. Exprime um desejo de unidade e de harmonia; de conjugar o pessoal e o privado com o

ecológico e o cósmico; o livre e sem entraves com a experiência profunda e natural do divino no íntimo de tudo.

Se por um lado o Movimento do Potencial Humano contribuiu para a estruturação da Rede da Nova Era, por outro, parece ter contribuído também, com novos elementos para a reflexão epistemológica desenvolvida na Academia. Assim se desdobrou no Movimento Holístico dos anos 1980, conforme pode se observar em Crema (1989) e Weil (1990). Este novo movimento enfatizava uma revisão paradigmática na forma de compreender as ciências humanas adotado até então. Esse movimento busca apoio nas reflexões de Thomas Kuhn (1998) em seu clássico *A Estrutura das Revoluções Científicas*, embora esta obra se refira diretamente às ciências naturais.

O termo holístico vem do grego *holos* que significa todo, integral. Assim, as abrangentes formulações holísticas procuravam apresentar uma visão de integralidade da realidade que se opõe ao reducionismo próprio das ciências clássicas. O chamado "holismo" encontrou-se amplamente lastreado nas formulações da Física Quântica, em autores como Fritjof Capra (1983), e em outros como Rupert Sheldrake, Ralph Abraham e Terence McKenna (1992). Esses autores realizam estudos comparados entre as disciplinas científicas e o pensamento místico. As proposições holísticas foram imediatamente incorporadas ao cabedal de conhecimentos da Rede da Nova Era, o que fez com que, no meio acadêmico, surgisse uma forte rejeição.

Nos anos 1990 as proposições holísticas ganharam um novo impulso sob o referencial da Transdisciplinaridade. A Revolução Quântica expandiu a reflexão para outros campos do conhecimento, como o da filosofia da ciência, por exemplo. Diversos pensadores vêm conferindo consistência às reflexões transdisciplinares, tais como Nicolescu (1999), D'Ambrosio (1997a, 1997b, 1999) e Morin (1999, 2000, 2001).

A transdisciplinaridade reflete antes de tudo uma postura de diálogo, de abertura frente ao conhecimento. Afirma não existir um lugar ou tempo privilegiado, que permita hierarquizar, julgar ou eleger um determinado momento, ou movimento, como sendo o mais correto ou verdadeiro.

"Repousa sobre uma atitude aberta, de respeito mútuo e mesmo de humildade com relação a mitos, religiões e sistemas de explicações e de conhecimento, rejeitando qualquer tipo de arrogância ou prepotência". (D'AMBROSIO, 1999, p. 80)

D'Ambrósio (1999) afirma que o conhecimento humano se constrói de forma dialética impulsionado pela consciência, o que contempla várias dimensões. Numa "concessão à classificação disciplinar" é possível afirmar que o conhecimento religioso é favorecido pelas dimensões intuitiva e emocional, o científico pela dimensão racional, enquanto que o puramente emocional prevaleceria no domínio das artes. Trata-se de uma postura abrangente que procura religar saberes, tornando-se claros, portanto, os ecos *New Age* em tais formulações o que, a meu ver, contribui para conferir consistência ao movimento.

Vivemos uma crise civilizacional à qual a humanidade poderá não sobreviver. Acredito, porém que essa crise possa ser superada a partir de contribuições integrativas, holísticas, sistêmicas, que compõem o movimento mundial conhecido como *New Age*. Existe ainda muito preconceito na academia contra tais formulações. Desta forma, uma das preocupações mais relevantes da presente investigação é a de colaborar para a fundamentação deste movimento.

Capítulo 2

A CONCEPÇÃO *NEW AGE* DE UNIVERSO E REALIDADE

Como uma das características mais marcante do movimento *New Age* é a diversidade e sincretismo, apresento a seguir, uma concepção de universo, realidade e pessoa, dentre as muitas que são possíveis.

2.1 - O Universo

O universo da *New Age* é concebido a partir das descobertas da Física Quântica em diálogo com o pensamento de culturas tradicionais. Trata-se de uma representação fundamentada numa concepção trina: Deus, o Cósmico e o Ser humano. Cada um desses elementos é de natureza dual: estático e dinâmico, sagrado e profano. Embora esse universo seja concebido de forma trina e cada um de seus elementos se manifeste de maneira dual, ele é

unificado num grande *holos*⁴, uma teia cósmica, um corpo vivo e único, sustentado por relações qualitativas (sistêmicas) e quantitativas (mecânicas). (Ver figura 01)

O universo descrito como uma manifestação sagrada⁵ da energia de Deus, é incognoscível, visto possuir um núcleo sagrado que jamais poderá ser alcançado. Parte-se do pressuposto de que ao emanar de Si mesmo Deus promove a Criação ou o Cósmico, cujas leis, embora sagradas, podem agora ser compreendidas. O ser humano entendido como parte desse universo, corresponde ao terceiro elemento dessa emanação e é dotado de livre arbítrio podendo, portanto, escolher. A capacidade de criação é um outro atributo deste ser.

Uma das narrativas cosmogônicas descreve três ocorrências fundamentais: O Big-Bang com o surgimento do Cósmico propriamente, por meio da manifestação da luz das galáxias e estrelas. O surgimento dos planetas, especificamente de Gaia a Terra com capacidade para conter ou manifestar a vida. E a terceira ocorrência o aparecimento do Homem com todo o seu potencial e sua capacidade para o amor.

Ao emanar de Deus, o universo – trino - expressa Sua própria Inteligência ou Consciência Cósmica. A história da emanação desse universo se mantém eternamente registrada nos chamados Arquivos Acásicos⁶ que, segundo Lewis (1941), contém os registros indeléveis de todos os eventos e conhecimentos

⁴ Holos do grego todo

⁵ Do latim *sacer* aquilo que não pode ser tocado

⁶ Do sânscrito *Akasha* caixa que tudo contém.

integrantes da Consciência Cósmica, registros tanto de acontecimentos passados como futuros. Os acontecimentos futuros acham-se registrados nos Arquivos Acásicos em termos probabilísticos como acontece no nível quântico e são alimentados por concretizações advindas do Campo da Potencialidade Pura que, segundo Chopra (1994) é o campo criativo do Eu, inerente à consciência mais elevada do ser humano em sua comunhão com Deus.

Para ilustrar essa concepção de universo vejamos esse excerto da ontologia da Tradição Rosacruz - AMORC⁷:

"Para o Ser nunca houve começo, pois o nada não pode dar origem a alguma coisa. Tudo era treva antes de surgir a luz. A luz, porém, não veio das trevas, pois as trevas são a ausência de luz. A luz é um atributo do Ser, uma vez que o Ser é sempre luminoso na irradiação de sua energia, causada por seus ininterruptos esforços para existir. A luz não tinha calor, e assim o ser era insensível. A luz não tinha reflexo, e assim o ser não tinha forma. O Ser, em seu eterno movimento e progresso, expandiu-se. Inúmeras tornaram-se suas formas e complexa sua natureza. A complexidade da evolução do Ser deu origem à densidade. E a densidade produziu o calor da luz. Então, surgiram os seres viventes. Com a vida, veio a sensibilidade do Ser, transformando-se na magnificência da percepção do Eu. Na consciência humana foram refletidas as glórias do universo. Em profundeza o ser

 $^{^7}$ AMORC – Antiga e Mística Ordem Rosacruz. Movimento Rosacruz iniciado nos EUA por H.S. Lewis em 1915.

tomou forma sensível e a mente lhe conferiu amplitude. Então a luz brilhou, pois ela refletia pela primeira vez a sua própria natureza" (ARDUÍNO, A. M., 1987, pág. 41-59).

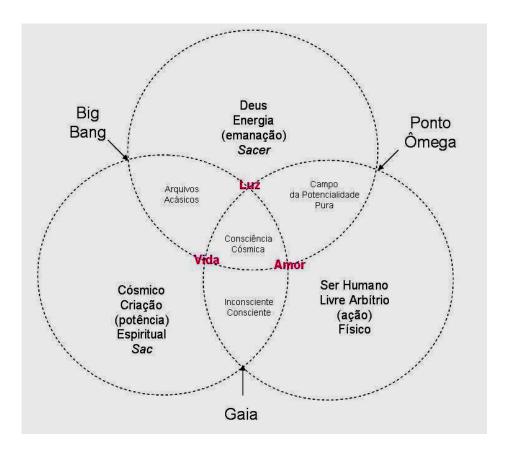


Fig. 01 - O Universo da Nova Era: A Grande Teia Cósmica

2.2 A Realidade segundo a perspectiva transdisciplinar

A realidade do Uni-Verso *New Age* pode ser explicada pela Transdisciplinaridade. Trata-se de uma realidade complexa, multidimensional, constituída por diferentes níveis, os Níveis de Realidade, e compreensível por diferentes abordagens lógicas ou dialógicas.

Essa visão de realidade encontra ressonância no corpo de conhecimento de muitas culturas tradicionais e se contrapõe à visão apresentada pela Física Clássica, de uma realidade explicável por uma lógica causal e determinista. Trata-se do Nível Quântico e, para compreender os fenômenos desse nível é preciso recorrer a uma abordagem cuja lógica seja distinta da lógica clássica, uma vez que desrespeita o princípio da não-contradição. O quantum é partícula (corpo) e onda (energia), ou não é nem corpo, nem energia simultaneamente. E ainda, sua localização é imprecisa e só pode ser definida em termos probabilísticos.

Segundo Nicolescu (1999) a Realidade não é somente um construto social, um senso coletivo. É também uma dimensão trans-subjetiva composta por Níveis de Realidade. Um Nível de Realidade é um conjunto estruturado de sistemas que têm permanência. São invariantes, agindo sob a ação de determinados princípios ou leis, compreensíveis por lógicas específicas. Fato que confere ao nível a "solidez" necessária para que este se configure. Por isso, por exemplo, é impossível compreender o Nível Quântico com a mesma lógica com que se compreende o Nível Macro-Cósmico, este regido pelas "Leis de Newton".

A Abordagem Transdisciplinar descreve uma Realidade constituída em níveis, que podem ser infinitos e são orientados por um aspecto fixo, ontológico ou imutável - o Sagrado, ou Deus, conforme representado na Figura 1. O Sagrado penetra todos os Níveis de Realidade e lhes confere coerência. Trata-se de um

bootstrap⁸ cósmico, uma imensa autoconsciência, Consciência Cósmica, que a tudo penetra.

Na Figura 2 é apresentada a concepção de Bassarab Nicolescu para representar os Níveis de Realidade. O ponto "x" é a orientação básica de onde surgiram e para a qual se orientam os Níveis de Realidade. Ele pode corresponder ao Sagrado, e talvez ao Ponto Ômega que segundo Teilhard de Chardin (1995) será o ponto de espiritualização da matéria, ou ponto de mutação, quando a matéria se tornará luminosa. Do lado esquerdo do gráfico temos uma representação dos Níveis de Realidade e do lado direito os Níveis de Consciência ou de Percepção correspondentes a faculdades psicológicas que possibilitam a compreensão dos Níveis de Realidade.

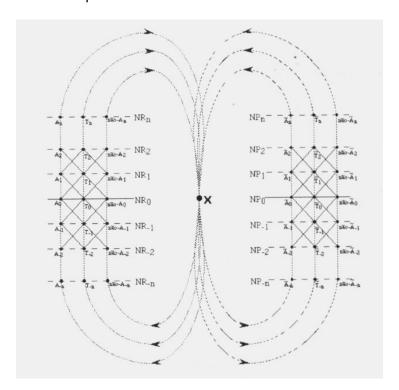


Fig. 2 – Esquema dos Níveis de Realidade segundo Bassarab Nicolescu (NICOLESCU, 2002, p. 47)

٠

⁸ Do inglês "tira de bota" semelhante a um cadarço de calçado.

Ao se considerar o Universo *New Age* conforme descrito na Figura 01 e a Realidade na concepção de Nicolescu conforme Figura 02 pode-se inferir pelo menos três Níveis de Realidade:

- O Nível Sagrado ou de Deus
- O Nível Cósmico ou da Criação
- O Nível do Humano

O Nível Cósmico pode ser dividido em dois Sub-Níveis:

- O Nível Macro Cósmico (newtoniano)
- O Nível Micro Cósmico (quântico)

O mesmo pode ocorrer no Nível Humano onde temos:

- Ciberespaço criado pela ação humana
- Plano Espiritual

2.3 – O Ciberespaço como Nível de Realidade construído

Enquanto o Nível Quântico foi, por assim dizer, descortinado ou descoberto como uma instância que subjaz ao Nível Macro-físico, há um outro nível criado pela ação do homem: o Ciberespaço.

Abrahan, McKenna e Sheldrake (1992), ao discutirem o binômio Criatividade e Caos, ilustram a criação de um novo Nível de Realidade inserido entre os modelos matemáticos e a realidade física. Eles o denominam "modelos de computador". Na verdade trata-se do Ciberespaço, que foi amplamente estudado por Pierre Levy em diferentes obras. O termo é formado pela junção das palavras cibernética do grego, "kybernetiké", piloto, no sentido utilizado

por Platão para qualificar a ação da alma e espaço. Este Nível de Realidade foi concebido entre o espaço do que pode vir a ser possível (espaço potencial) e a realidade física a partir da proliferação dos meios de comunicação, sobretudo da rede mundial de computadores, Internet, que materializa a Aldeia Global de McLuhan.

O surgimento de um novo Nível de Realidade só é possível porque o homem é dotado da capacidade de criação, capacidade esta, propiciada por outra, a de transcendência, mediante o lançamento de sementes produtivas no Campo da Potencialidade Pura. Assim, da projeção da mente humana no Campo da Potencialidade Pura resultou o ciberespaço, um resultado paradoxal, porque é natural e artificial ao mesmo tempo. Natural, pois sua origem se dá no mundo quântico na linguagem matemática do "0 e 1", e artificial na medida que propicia uma interface entre o homem e o computador.

No ciberespaço surge um novo campo cultural, a cibercultura, que subverte o poder ocupado pelos grandes veículos de comunicação, como o rádio e a tv, constituindo-se em novo espaço democrático que permite maior autonomia à pessoa. Trata-se de um legítimo Nível da Nova Era, sendo sua capacidade máxima a de interação entre os binômios real-imaginário, concreto-abstrato, corpo-equações matemáticas. Nesse espaço a dimensão temporal alcança um novo sentido, assim como as regras de convivência. Surgem novos espaços de

interação, as comunidades virtuais de relacionamento e aprendizagem. A educação a distância ganha um novo impulso na forma de e-learning.9

2.4 – O Sagrado como Nível de Realidade: O Plano Espiritual um NR resgatado

Se por um lado o Ciberespaço é um novo Nível de Realidade criado pela ação humana, a discussão transdisciplinar da Nova Era resgata um elemento amplamente criticado no contexto dos debates de cunho científico. Trata-se do Sagrado, que como se viu, ocupa o centro desse debate.

Do ponto de vista transdisciplinar, o Sagrado é a uma zona de transparência absoluta, que permeia todos os Níveis de Realidade, como um bootstrap cósmico, conforme afirmou Nicolescu (1999), ou ainda, como uma emanação da energia de Deus, que permeia o Cósmico e o Humano.

Mas, a meu ver, o Sagrado é também um Nível de Realidade com leis próprias. A hipótese é que o Sagrado pode ser entendido como um Elemento Transdisciplinar Paradoxal, com características semelhantes às do quantum no Nível Quântico. O Sagrado enquanto energia é algo intocável, e penetra todos os níveis de realidade de maneira misteriosa. Neste sentindo, o sagrado pode ser compreendido pelo prefixo sac do latim "aquilo que não pode ser tocado". Porém, enquanto nível de realidade, trata-se de um espaço regido por leis

⁹ Do inglês eletronic learning (aprendizagem eletrônica). O termo refere-se a um tipo de aprendizagem a distância mediada por computador, do mesmo modo como foi definido o e-mail

(correio eletrônico).

próprias, no assim chamado Plano Espiritual, entendido a partir do prefixo *Sac*, do etrusco "fazer uma coisa se tornar real".

O axioma místico atribuído a Hermes - "Assim como é em cima, é embaixo" – parece poder servir de excelente referência para a compreensão deste Nível de Realidade, a exemplo da concepção *New Age* de universo, já apresentada no capítulo anterior. Wilber (2000) afirma que a compreensão da espiritualidade ocupa o plano mais elevado das preocupações humanas, pois envolve a capacidade de transcendência, que é seu maior atributo.

Rudolf Otto (1985), ao estudar a capacidade humana para a percepção do numinoso¹⁰, detalha as diferentes formas de percepção do sagrado. Mircea Eliade (1999), por sua vez, estuda a hierofania¹¹, ou manifestação do sagrado, nas diferentes tradições religiosas. Assim, no Plano Espiritual o sagrado pode ser percebido e encontra manifestação de forma diversa.

Ao arriscar uma definição espacial na concepção da psique humana, pode-se afirmar que o Self humano ou o Eu Interior está sediado no Plano Espiritual, que contém seus aspectos luminosos, criativos, virtuosos em potencial. É, portanto, o ponto mais elevado da consciência humana, de onde é possível desenvolver a Consciência Cósmica e acessar os Arquivos Acásicos e o Campo da Potencialidade Pura.

¹⁰ Do latim *numem*, divindade. Termo cunhado por Otto para explicar as diferentes formas de percepção do sagrado.

Do grego *hieros*, Sagrado. Termo cunhado por Eliade para explicar as diferentes formas de manifestação do sagrado.

.

O Plano Espiritual contém o Inconsciente Coletivo, com todos os arquétipos a ele atribuídos, e compondo a memória da epopéia humana. Neste sentido, reúne, também a memória ou Consciência dos Mestres Espirituais ou Cósmicos, formada pelas personalidades humanas que atingiram um grau tão elevado de consciência individual que se tornaram capazes de auxiliar os seres humanos em seu processo de evolução, por meio da inspiração virtuosa que são capazes de promover.

Capítulo 3

A PESSOA NUMA PERSPECTIVA HUMANISTA-TRANSPESSOAL

Como se viu, segundo a concepção *New Age*, o ser humano ou a pessoa é o terceiro elemento e integra o universo e a realidade descritos nos capítulos anteriores. Enquanto parte desse todo, acha-se intrinsecamente conectado à Terra, Gaia, vista como um ser vivo do qual ele depende totalmente. Nesse sentido, o ser humano é apenas um fio da Teia Cósmica da Vida. Um fio poderoso, é verdade, um experimento ousado, dotado de livre arbítrio e capaz de realizar escolhas conscientes que podem voltar-se tanto para a construção, quanto para a destruição de si mesmo.

Segundo Boff (2002), o homem é um ser paradoxal, como o universo em que vive, dual e em permanente construção. Um ser diabólico e simbólico ¹², consciente e inconsciente. Movido tanto por virtudes humanas, quanto por

¹² Do grego *Symbállein* e *Diabállein*, onde *Bállein* significa "lançar" e o prefixo "*syn*" significa "junto", portanto lançar junto ou em conjunto de modo a fazer sentido. Já o prefixo "*dia*" significa separado ou lançar "longe, separado", portanto sem sentido de conjunto.

instintos animais. Assertivo no sentido de realizar a si mesmo, mas que só se realiza plenamente quando capaz de cooperar e agir de modo altruísta com o outro. Um ser de transcendência, capaz de compreender-se e compreender o universo em que vive. E, ainda, um ser livre, pelas escolhas que é capaz de realizar.

3.1 Estrutura da Psique Humana

A psique ou personalidade humana é concebida como uma emanação do Plano Espiritual. Na verdade, é entendida como uma diferenciação desse campo, contendo dois núcleos conectados entre si por uma energia psíquica ou tendência à auto-atualização e à transcendência. Um dos núcleos é o Eu Interior ou Self e o outro núcleo é o Eu Exterior ou Ego que serão explicados a seguir. (ver figura 03)

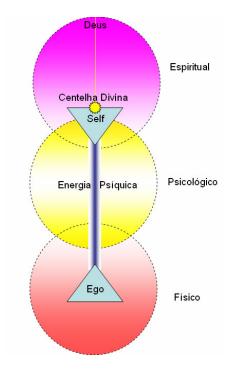


Fig. 03 – Estrutura da Psique Humana

a) Eu Interior ou Self

O Eu Interior ou Self, núcleo da psique que permanece mais centrado no Plano Espiritual, concentra todas as potencialidades da pessoa. Essas potencialidades referem-se a tudo aquilo que a pessoa pode vir a ser biológica, social e espiritualmente. O Eu Interior é o receptáculo da alma humana, ou centelha divina, que emana diretamente de Deus e se constitui em seu núcleo. A alma é a geradora da energia psíquica que orienta as ações humanas para a criatividade e para atualização das potencialidades de modo a contribuir para a construção do si mesmo e do universo Sagrado que o cerca.

b) Eu Exterior ou Ego

O Eu Exterior ou Ego, núcleo da psique mais conectado ao Plano Físico, achase susceptível à estimulação ambiental, o que lhe confere um caráter altamente modelável pelo ambiente. Neste núcleo concentra-se a consciência que direciona as ações.

c) Energia Psíquica

Postula-se a existência de uma centelha divina, uma porção indiferenciada de Deus no ser humano, que gera a energia psíquica que por sua vez penetra a psique e lhe confere caráter dinâmico impulsionando uma tendência natural para a saúde, e para realização ou atualização das potencialidades inerentes ao humano por meio do desenvolvimento da consciência.

d) Consciência

A partir da tensão gerada pela circulação da energia psíquica entre os núcleos da psique humana centrados simultaneamente nos Planos Espiritual e Físico cria-se um campo de autopercepção ou consciência que se desdobra em dois outros planos eminentemente psicológicos - o Plano Emocional e o Plano Mental. A Consciência se expande, ou se desenvolve à que o ser humano é capaz de perceber os elementos próprios de cada um desses planos o que faz com que a Consciência seja entendida como um *continuum*, uma manifestação de diferentes graus de autopercepção e de percepção da realidade, sendo seu maior grau de consciência o da Consciência Cósmica, caracterizada pela percepção de transcendência e não-separatividade, ou seja, pela consciência de unicidade do universo e da pessoa.

Por ocasião do nascimento a energia psíquica acha-se totalmente concentrada no Plano Físico, demandada para os processos fisiológicos de crescimento e sobrevivência do organismo que configuram suas necessidades básicas. É o momento do desenvolvimento humano caracterizado como o de menor Consciência. inconsciência. maior ou percepção mais intensa de separatividade, visto que a energia psíquica dirige-se predominantemente aos processo físicos. Essa situação vai sendo alterada à medida que as condições de sobrevivência e segurança vão sendo supridas. É então que começam a manifestar-se os processos emocionais e mentais.

Segundo a perspectiva teórica aqui apresentada, uma ação é considerada consciente quando intencionalmente realizada por uma pessoa capaz de

concentrar sua atenção para realizá-la, o que ocorre tanto em processos físicos, quanto em processos mentais.

A Consciência é reconhecida como dotada de diversos atributos: Ela é criativa quando capaz de semear idéias no Campo da Potencialidade Pura; é lógica, quando capaz de compreender processos e de criar raciocínios; é emocional, quando capaz de experimentar emoções; é transpessoal quando capaz de perceber de maneira inclusiva e abrangente todos os atributos citados anteriormente e de dimensionar a grandeza do universo.

Nicolescu (1999) afirma que os Níveis de Realidade – objeto transdisciplinar - mostram-se passíveis de serem percebidos porque existem os Níveis de Percepção que se constituem no sujeito transdisciplinar. Esses Níveis de Percepção nada mais são do que diferentes níveis de consciência.

3.2 – Manifestação da Psique no Plano Físico: Os Centros Psíquicos

.

No Plano Físico o corpo humano, máxima densificação da energia psíquica, é entendido como emanado do Plano Espiritual e, em última instância, de Deus. Este corpo forma um todo integrado e tem nos sistemas nervoso e endócrino importantes chaves para o desenvolvimento de seu potencial inerente.

A Energia Psíquica se corporifica, mas também mantém-se em circulação.

Determinados pontos do corpo, denominados vórtex ou Centros Psíquicos

permanecem sensíveis a esta circulação energética gerando a dinâmica psícológica. Embora tais pontos encontrem materialidade física, não se restringem ao corpo físico, pois contêm energia de Consciência. Esses pontos, despertados à medida que a Consciência vai se expandindo do Plano Físico ao Espiritual, são também denominados *Chakras*¹³, na Tradição Hindu.

Do ponto de vista físico, os Centros Psíquicos estão situados em determinados órgãos e, principalmente, em glândulas do sistema endócrino, havendo variação na referência ao número de *chakras*, de tradição para tradição. Quando a Consciência é despertada o centro psíquico torna-se ativo e seus atributos conscientes.

O processo do despertar da consciência, denominado despertar psíquico, se dá do Plano Físico para o Espiritual, podendo ser estimulado, também, por ressonância sonora e cromática. Na tradição hindu essa estimulação é feita por meio da entoação de sons, os *mantras*, ou palavras de poder, muitas vezes formadas pela junção harmônica de várias sílabas do idioma sânscrito, de modo a constituir composições musicais. No movimento *New Age* muitas composições musicais foram dedicadas à estimulação desses centros, a partir da definição de um padrão ocidental para isso. Uma das composições pioneiras neste sentido é a *Sepectrum Suíte*, de Steven Halpern (1988) dos anos 1970, que padroniza a estimulação desses centros a partir do sistema de notação ocidental de notas cromáticas (Ver Figura 4).

_

¹³ Palavra do sânscrito, cujo significado é *Roda*

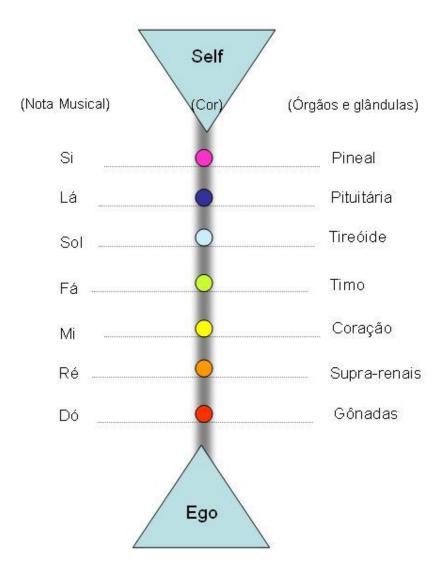


Fig. 04 - Os Centros Psíquicos: Cores, Notas Musicais e Órgãos ou a Glândulas

3.3 As Necessidades Básicas e os Planos de Consciência

Conforme já enunciado, a energia psíquica percorre toda a psique humana, estando mais concentrada nos processos físicos por ocasião do nascimento. À medida que as necessidades básicas de sobrevivência vão sendo supridas, o

campo de consciência vai se expandindo para níveis superiores. Essa dinâmica sugere a existência de uma hierarquia de necessidades básicas, que reflete o caminho percorrido pela energia psíquica em seu processo de atualização dos potenciais inerentes à pessoa, ou seja, durante sua auto-atualização.

Maslow (1970) descreve com grande propriedade essa hierarquização, ao postular cinco categorias de necessidades preponderantes, com implicações precisas no processo de auto-atualização e desenvolvimento. Essas categorias são as seguintes:

- Necessidades Fisiológicas Próprias da manutenção básica do corpo físico, são geralmente identificadas como fome, sede, sono etc. Maslow afirma que tais necessidades são absolutamente idiossincrásicas e peculiares às pessoas, variando muito de uma pessoa para outra. Uma coisa é certa: tratando-se de necessidades fundamentais à sobrevivência física são preponderantes.
- Necessidade de Segurança À semelhança das necessidades anteriormente descritas as necessidades de segurança podem monopolizar todo o organismo. Aliás, essas duas classes de necessidades encontram-se muito intrincadas. Segurança, aqui, significa ordenação, compreensão, manutenção, previsão, proteção pessoal da integridade física, ou seja, trata-se de um nível básico de organização de mundo, de espaço, mas também de segurança pessoal, o que inclui, evidentemente as necessidades fisiológicas.
- Necessidade de Amor e Pertença Esta categoria central na pirâmide das necessidades maslowianas, reflete o impulso gregário da pessoa.

Trata-se da necessidade de amar e ser amado. Muitas das dificuldades de ajustamento social podem estar refletindo o fato de não estarem sendo satisfeitas as necessidades dessa classe. Afeição e Amor, assim como seu correspondente a nível da sexualidade ¹⁴ são geralmente compreendidas de maneira ambivalente na sociedade, e se refletem na maioria dos desajustes psicopatológicos.

- Necessidade de Auto-estima Essas necessidades podem ser vistas como integrantes de dois subsistemas. Primeiramente, a pessoa tem uma necessidade de perceber-se livre, competente e capaz de realização; depois quer que os demais a reconheçam como tal. Envolve sentimentos de valor, força e liberdade.
- Necessidades de Auto-atualização e Transcendência Esta classe de necessidades pode ser assim definida: "o homem deve ser o que ele pode ser" ¹⁵. Evidentemente, esta classe de necessidades varia enormemente de pessoa para pessoa. Trata-se de realizar ou atualizar todo o potencial de ser que está, como já se viu, concentrado no Eu Interior. Trata-se, também, segundo Maslow (1976), da necessidade de vivenciar o mais elevado nível de consciência, um nível de consciência que transcende o humano.

A hierarquização dessas necessidades foi representada classicamente por uma pirâmide, a conhecida Pirâmide de Maslow, que segue a ordem aqui apresentada, da base ao topo. Motivações geradas por necessidades básicas

¹⁴ Maslow destaca que embora a sexualidade seja mencionada neste nível ela não se reduz a este, e muitas vezes pode ser o reflexo de uma necessidade meramente fisiológica (Maslow, 1970 pág. 90)

¹⁵ "What man can be, he must be"

nem sempre estão no campo da Consciência. Maslow afirma que elas são muitas vezes um impulso menos consciente ou mesmo inconsciente. À medida que a pessoa conquista consciência das próprias necessidades, passa a se conhecer melhor e a direcionar melhor sua força pessoal, ampliando, assim o espectro de sua consciência rumo ao Plano Espiritual.

Ao satisfazer as necessidades mais básicas e à medida que se experimenta surgem as necessidades hierarquicamente superiores e a consciência se abre aos Planos mais elevados.

A classificação aqui apresentada é didática, pois do ponto de vista transpessoal, não há uma separatividade rígida entre os planos de consciência e entre as próprias necessidades, de forma que a relação aqui apresentada, tanto para os planos, quanto para a os centros psíquicos e para a hierarquia das necessidades deve ser entendida num continuum (ver Figura 05).

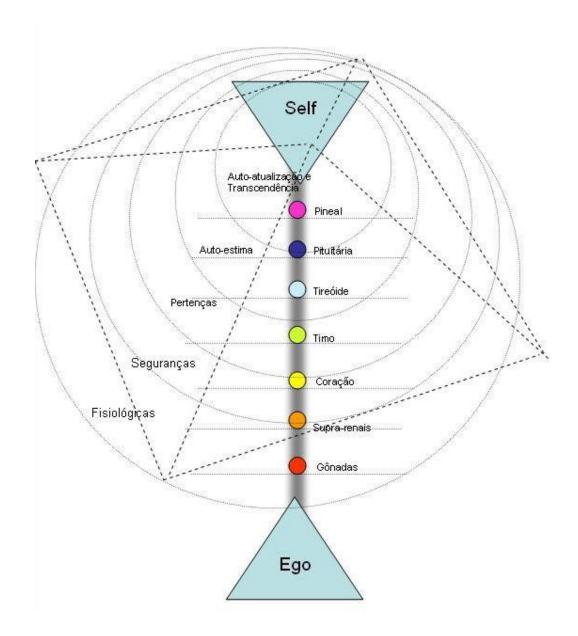


Fig. 05 - Pirâmide de Maslow em perspectiva, com o Sistema de Centros Psíquicos

O Plano Físico está evidentemente mais ligado às necessidades fisiológicas e de segurança, enquanto o Plano Emocional liga-se mais à necessidade de Amor e Pertença, mas também à necessidade de Auto-estima no que diz respeito ao reconhecimento por parte das outras pessoas. O Plano Mental, por sua vez, conecta-se à necessidade de auto-estima no que diz respeito à

percepção de competência, mas também às necessidades de auto-atualização, enquanto o Plano Espiritual está ligado totalmente à necessidade de Autorealização e Transcendência.

3.4 – Dinâmica da Psique

Ao longo deste capítulo, em diversos itens, foram apontados elementos dinâmicos da Psique. Para finalizar esta seção reunirei todos esses elementos e abordarei a questão relativa às condições que favorecem o crescimento psicológico.

A meta fundamental da entidade humana na perspectiva *New Age* é o retorno ao Criador, ou espiritualização da matéria, como diria Teilhard de Chardin. Portanto, não se trata de um simples retorno, mas de um retorno consciente. Ao retornar, a entidade humana deverá acrescentar algo ao todo Cósmico, e esse algo é consciência. Desta forma, os seres humanos têm um papel de grande importância no esquema Cósmico, que é o de ampliar a Consciência do Todo. Este postulado foi formulado por diversos autores: Buck (1996) apresenta a questão pela perspectiva da Consciência Cósmica como uma faculdade em nascimento na pessoa. Russel (1992), que aborda o mesmo tema, retoma o Ponto Ômega, conforme apresentado por Teilhard de Chardin (1995). Para todos esses autores a transcendência é um fator fundamental.

3.4.1 - Transcendência

Ao inventar ferramentas para colher e produzir alimento o homem transcendeu. Ao domesticar animais e construir meios de transporte, o homem transcendeu. Ao criar sinais de fumaça, comunicação por tambores, telégrafo, telefone, rádio, o homem transcendeu. Ao olhar para os planetas, para as estrelas, para as galáxias, e para as células, os átomos, e o quantum, o homem transcendeu. Portanto, pode-se afirmar que o homem é um ser de transcendência.

"Fomos obrigado a transcender os limites impostos pelo meio para podermos viver. Então, transcendência fundamentalmente é essa capacidade de romper todos os limites, superar e violar os interditos, projetar-se sempre num mais além." (BOFF, 2000, p. 31)

O conceito de transcendência foi estudado em profundidade por Maslow e apresentado em seu último livro, cujo capítulo dedicado ao tema, após a consideração de trinta e cinco definições de transcendência é concluído com a seguinte síntese:

"Transcendência refere-se ao mais elevado, inclusivo e holístico nível de Consciência, comportamento e relacionamento, como um propósito a ser atingindo para a unidade do eu, para significação do outro, para os seres humanos em geral, para outras espécies, para a natureza, para o cosmos." (Maslow, 1976, p. 269)

Como se vê, esta definição é bastante abrangente e inclusiva e abarca de maneira consciente a concepção *New Age* de Universo, Realidade e Pessoa.

A transcendência é uma função superior da consciência e reflete a capacidade de deslocamento de um nível para outro. Desde a dança circular primitiva do tempo das cavernas o homem busca transcender a si mesmo e vivenciar o encontro consigo e com o outro.

"Toda pessoa é livre para se abrir, através de seu próprio caminho e de sua autotransformação libertadora, para o autoconhecimento de seu destino espiritual". (NICOLESCU, 1999, p. 75)

A tarefa fundamental do humano é, pois, transcender. Quando a Consciência ancora-se no corpo físico e é criada a tensão entre os Planos Espiritual e Físico, o homem deve transcender essa limitação pelo Despertar Psíquico e expandir a Consciência para os Planos Emocional e Mental, retornando ao Espiritual pleno de Consciência.

A Energia Psíquica é o elemento propulsor da transcendência. Manifesta-se no organismo humano como uma tendência natural, tendência à auto-atualização e transcendência, hierarquizada em necessidades básicas que buscam constantemente serem transcendidas (ver Figura 06).

Ao atualizar seu potencial físico, social, e espiritual, que está concentrado em seu Eu Interior, a pessoa está transcendendo.

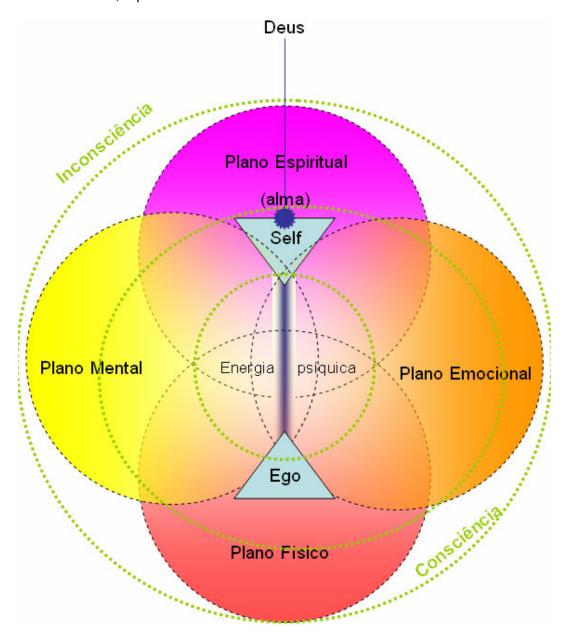


Fig. 06 – Estrutura Dinâmica da Psique Humana

3.4.2 - Condições para o Desenvolvimento Humano

Como se pode ver, segundo essa ótica, a dinâmica fundamental da psique humana se dá pela movimentação da energia psíquica entre o Self e o Ego, transcendendo limites e atualizando potenciais. Entretanto essa força, embora sempre presente, é bastante suscetível a diversos fatores que podem favorecer ou bloquear esse caminho e tais fatores encontram-se nas relações humanas.

O trabalho de Carl Rogers, conhecido como Abordagem Centrada na Pessoa – ACP, foi em grande parte dedicado à busca de entendimento das condições ideais para o desenvolvimento humano, a partir do relacionamento interpessoal. Rogers (1978) afirma ter chegado à conclusão de que a qualidade da relação interpessoal é a coisa mais importante do ponto de vista terapêutico, sendo ela que determina se a experiência vivenciada libera, estimula o desenvolvimento e o crescimento ou o aprisiona.

Os obstáculos ou bloqueios gerados pelos conflitos de desenvolvimento humano são inerentes à experiência humana. Eles ocorrem devido ao choque de interesses das pessoas na busca pela atualização de suas potencialidades. Os conflitos de desenvolvimento, quanto mais precocemente forem vivenciados, maiores chances têm de proporcionar traumas ou bloqueios profundos, dificultando o fluir da Energia Psíquica.

Uma pessoa que durante seu desenvolvimento sofreu muitas privações a nível das necessidades mais básicas pode desenvolver comportamentos fortemente ego-centrados, ficando pois, muito centrada no eu exterior, por mais abundante que venha a ser sua vida num momento posterior. Todavia, na sabedoria do organismo a tendência à auto-atualização estará sempre presente, esperando uma chance para se manifestar.

Ao abordar a questão das relações interpessoais de caráter terapêutico, Rogers define três atitudes, ou condições fundamentais para que uma relação seja capaz de promover crescimento psicológico e, portanto, de favorecer o desenvolvimento psíquico e a atualização dos potenciais, ajudando no processo de transcendência. São elas:

- a) Empatia: capacidade de transcender as dimensões pessoais e de se colocar no lugar do outro, como se fosse o outro. Isso pressupõe uma outra capacidade: a de saber ouvir o outro de forma ativa, ou seja, a capacidade de Escuta Ativa.
- b) Consideração Positiva Incondicional: capacidade de aceitar incondicionalmente o outro, de considerá-lo como é, de modo positivo, valorizando-o, sem estabelecer condições¹⁶ para isso;
- c) Congruência: capacidade de aceitar a si mesmo e atualizar os próprios potenciais, buscando ser o que se é, em qualquer momento, sem máscaras.

¹⁶ A consideração condicional pode ser entendida pela frase "eu vou gostar de você se você fizer isso ou aquilo (condição) ou for deste ou daquele modo que eu (a sociedade, a pessoa) aprovarem".

As mesmas condições podem ser observadas em outros trabalhos de teóricos de diferentes áreas do conhecimento, que apresentam propostas para a administração e resolução de conflitos nos relacionamentos humanos. Parry (1991) fala da construção de um espaço seguro de confiança, criado muitas vezes pela realização de tarefas corriqueiras no dia-a-dia, como cozinhar, ou plantar árvores. Bohn (1996) apresenta o diálogo¹⁷ como saída para trabalhar uma escuta ativa e empática. Ury (2000) fala da mediação, ou da importância de uma terceira pessoa para ajudar a construir um clima de confiança e aceitação no processo de resolução de conflitos.

D'Ambrósio (1997), ao tratar da ética da diversidade, a meu ver, arremata a questão, ao afirmar que é o reconhecimento do comportamento conflitante em nós e no outro, seja ele a sociedade ou as espécies em competição, que origina a necessidade de uma ética, pois a sobrevivência depende da adoção de uma visão holística da realidade.

A ética da diversidade proposta por D'Ambrósio é a ética da Nova Era e isso nada mais é do que uma ética inspiradora de uma ação consciente de busca da transcendência. A essência dessa ética repousa em três princípios:

- Respeito pelo outro com todas as suas diferenças;
- Solidariedade para com o outro na satisfação de suas necessidades básicas de sobrevivência e transcendência;
- Cooperação com o outro na preservação do patrimônio natural e cultural comum.

¹⁷ Do grego *dialogos* cujo prefixo *dia* significa "através de" e *logos* significa "palavra".

PARTE II

PODER, LIDERANÇA E *EMPOWERMENT* NA CONSTITUIÇÃO DE UM PROCESSO DE PERSONAL COACH

"Temos que entender que não vivemos mais no mundo moderno, mas sim no pós-moderno. Este pode ser caracterizado por um novo modo de pensar que já impregnou as artes, as humanidades e a literatura, assim como a filosofia, a ciência e as ciências sociais. E o que é mais importante para os professores e para aqueles que ensinam aos professores, impregnou também a consciência coletiva." (PETERS, 2003, p.54-55)

O paradigma *New Age* começa a demandar uma revisão no conceito e aplicação do poder e da liderança nas organizações. Na verdade esse movimento nos remete a Gandhi com sua proposta de liderança compartilhada e não-violenta, bem como à noção de *empowerment*.

Nessa concepção de liderança, as competências para a comunicação são muito enfatizadas. Trata-se de uma habilidade encontrada na forma de encantar multidões, própria dos fundadores das grandes tradições religiosas da humanidade. Tais características, mais comuns entre mulheres, aliadas a outras, permitem, em termos transdisciplinares, que se fale em *feminilização* da sociedade. Neste contexto emerge a autoliderança e segundo essa ótica

que se pode compreender melhor os fundamentos da proposta de *Self-Empowerment*.

O *Personal Coaching* pode ser compreendido como uma forma contemporânea de Aconselhamento Psicológico. Seus fundamentos tradicionais estão localizados em algumas narrativas mitológicas e em práticas próprias de sociedades tradicionais. Tais referenciais, ao serem colocados em diálogo com os elementos terapêuticos da Abordagem Centrada na Pessoa de Carl Rogers, compõem o quadro básico de fundamentação no qual se apóia a ação do conselheiro ou do *personal coach*, no processo *Self-Empowerment*.

A ação do conselheiro, ou tutor – como é mais comum no mundo virtual - onde se insere a proposta, se dá a partir da mediação escrita fomentada pelos meios eletrônicos de comunicação. Daí a importância da linguagem escrita e dos elementos de aprendizagem próprios do ciberespaço para o sucesso do processo. Tais recursos precisam ser necessariamente de domínio tanto do participante, quanto do facilitador. Todos esses elementos são abordados nesta seção em seus três capítulos:

Capítulo 4. – Liderança e Poder: Do *Empowerment* ao *Self-Empowerment*

Capítulo 5 – Personal Coach: Fundamento das Competências

Capítulo 6 – O Organização Básica de Funcionamento do Processo *Self-E*.

Capítulo 4

LIDERANÇA E PODER: DO *EMPOWERMENT* AO *SELF-EMPOWERMENT*

Neste capitulo descrevo o conceito de *empowerment*, liderança e poder, sob diferentes perspectivas, o que inclui a noção de autoliderança a partir da voz interior para, por fim, apresentar as linhas gerais da proposta *Self-Empowerment*.

4.1 – O Empowerment

Segundo o *The American Heritage Dictonary on the English Language*, o termo *empower* significa "1. investir de poder legal, autorizar. 2. Conferir permissão" ¹⁸. *Empowerment* deriva desse termo, significando portanto, sugere a concessão de poder. As melhores tentativas de tradução para o português indicam para "empoderar", "energizar" e termos afins. Como nenhuma dessas formas parece totalmente satisfatória, tem-se preferido utilizar o vocábulo original em inglês.

¹⁸ "1.To invest with legal power; authorize 2. To enable or permit."

O conceito de *empowerment* surgiu e tem sido usado no mundo organizacional. Segundo Blanchard (2001) trata-se de um dos conceitos mais promissores entre os já introduzidos no universo corporativo, onde se visa levar as pessoas a dinamizarem criatividade, autoridade e responsabilidade para a tomada de decisão. Tendo surgido na década de 1980, esse conceito parece conter uma promessa de realização pessoal e profissional, ao mesmo tempo. Trata-se, porém, de um dos conceitos menos compreendidos da área de negócios. Além da falta de compreensão por parte dos líderes, sua adoção implica em favorecer o empoderamento dos subordinados, o que demanda uma obrigatória revisão do papel de poder que ocupam, ou talvez seja mais adequado dizer, demanda a criação de uma nova perspectiva de poder. Demanda, pois uma revisão do papel da liderança e da estrutura de poder na organização. Assim sendo, o *empowerment* parece assemelhar-se ao *swaraj* gandhiano.

Gandhi talvez tenha sido o líder que melhor demonstrou a congruência entre a palavra e a ação no exercício do poder, vivendo efetivamente para o empoderamento do outro. Segundo Leite (2005), ele criou o neologismo em sânscrito satyagraha (busca da verdade) a partir das palavras satya (verdade) e agraha (estar conectado) para expressar sua forma de conduta. A busca da verdade, porém, só teria sentido se fosse baseada no ahimisa (não violência). A finalidade desta busca é a libertação tanto individual quanto coletiva, ou swaraj, que apresenta uma conotação espiritual de poder por meio do autodomínio, e autoconhecimento. Para atingir o swaraj, ou autodomínio, pela

não violência é preciso estar conectado ao espírito do todo, ou ao Plano Espiritual e, portanto, a valores que são universais para toda a humanidade e que se alinham com a Ética da Diversidade, de D'Ambrósio (1997a), conforme já apresentado anteriormente.

4.2 – Uma revisão na concepção de liderança e poder

O termo liderança refere-se à posição ocupada por uma pessoa, mas também ao comportamento por ela exercido. Compreende três elementos: (a) desempenho de um papel, (b) influência sobre o indivíduo (c) influência social. Refere-se, ainda, tanto ao poder formal quanto ao poder efetivo.

O poder, por sua vez, designa a capacidade de produzir determinado efeito ou influência sobre um grupo ou situação. Muito antes de se discutir a idéia de poder no mundo corporativo, filósofos de grande expressividade e profundidade como Max Weber e Hannah Arendt, o fizeram. Segundo Leite (2005) tanto Weber, quanto Arendt conceberam o poder como um potencial que se atualiza nas ações.

Para Arendt (2003), o poder só é efetivado quando a palavra e ação não se dissociam, numa postura que em muito lembra o conceito de Congruência de Carl Rogers e a perspectiva de poder adotada por Gandhi.

A Contra-cultura, dos anos 1960, e o Movimento do Potencial Humano, dos anos 1970, também trouxeram importantes contribuições para uma perspectiva

de liderança realizada no sentido da não-violência. Ao preconizar conceitos como o de tendência à auto-atualização, e o de valores universais a partir da valorização do indivíduo, estes movimentos enfatizaram um tipo de liderança diferente, caracterizado pelo fato de um o indivíduo ser capaz de liderar a si mesmo. A autoliderança está no cerne dessas concepções e é fruto de uma orientação interna, pessoal: uma voz interior deve ser seguida, antes de serem seguidos líderes formal e externamente instituídos.

Essa nova concepção de liderança gradativamente vem se instalando no mundo corporativo, num processo gradual que perdura até nossos dias e passa a ser refletida em expressões de tratamento que vão se tornando cada vez mais comuns na sociedade. Formas de tratamento clássicas como professor, instrutor ou didata, por exemplo, passam a ser substituídas por outras mais brandas, de conotação menos centralizadora, como "facilitador, mediador ou moderador", enfatizando-se, assim, o importante papel do indivíduo no processo de escolha e liderança (auto-liderança). Berni (2002) apresenta efeitos dessa perspectiva de liderança na esfera da religiosidade *New Age* com o termo como "focalizador", ao invés de instrutor ou professor, usado comumente na Comunidade Findhorn, na Escócia e nos movimentos das Danças Circulares e nos Jogos Cooperativos cada vez mais comuns no mundo organizacional.

Essa revisão do status da liderança e do poder, ao chegar ao mundo corporativo provocou mudanças. O próprio conceito de *empowerment* é uma prova disso, indicando uma lenta reestruturação da estrutura organizacional

que durante muito tempo se assemelhou muito à estrutura militar rigidamente hierarquizada. As estruturas organizacionais passam gradativamente a adotar organogramas mais enxutos, com poucos níveis hierárquicos e a buscar por posturas mais colaborativas ou cooperativas entre as lideranças e os liderados, também com implicações explícitas nas formas de tratamento entre as pessoas, que deixam de ser funcionários e passam a ser colaboradores. Além disso, inclui-se nessa tendência o trabalho em equipes cooperativas e multifuncionais, com lideranças que se rodiziam em projetos cada vez mais coletivos.

Hunter (2006, 2004), com suas formulações sobre a Liderança Servidora, estabelece novas classificações de poder, a partir de uma (re)leitura de Max Weber. Ao analisar o desenvolvimento da liderança corporativa ele a classifica em duas categorias: liderança pelo "poder" e liderança pela "autoridade".

A liderança baseada no poder apresenta uma perspectiva centralizadora, com estímulos comportamentais fomentados pela imposição, coação e medo, a exemplo do que acontece no ambiente militar. Essa perspectiva de poder está diretamente ligada à força. Portanto, a liderança pelo poder é aquela em que as pessoas vêem-se obrigadas ou são coagidas a realizarem uma determinada ação.

Já na liderança baseada na autoridade as pessoas sentem-se inspiradas pelo comportamento do líder. Admiram seu caráter e por isso o seguem, ou agem de acordo com suas indicações, não pela imposição, mas pelo amor. Esse estilo de liderança assemelha-se ao exercido pelos grandes líderes espirituais,

considerados fundadores das grandes religiões e capazes de agregar multidões.

Evidentemente, a liderança muitas vezes mescla elementos dessas duas posturas. Seja como for, na liderança baseada na autoridade encontramos muitas semelhanças com os conceitos preconizados por Gandhi e Arendt.

4.3- Paradigma, Gênero e Liderança

Não há dúvida de que o paradigma ainda vigente na sociedade contemporânea apresenta uma perspectiva de liderança mais centrada na imposição do poder, que no amor à autoridade, conforme preconizou Hunter (2006). A flexibilização é ainda incipiente, mas vem ocorrendo paulatinamente. Em termos transdisciplinares, a liderança baseada na autoridade estaria associada ao que Nicolescu (1999) denominou de feminilização da sociedade.

"Todo projeto de futuro de uma civilização passa necessariamente pela feminilização social. Como é a mulher, e não o homem, que dá à luz a criança, é a feminilização de nosso mundo que poderia dar à luz aos laços sociais tão cruelmente ausentes nos dias de hoje, à pontes entre os seres humanos desta Terra." (NICOLESCU, 1999, p. 89)

A questão também pode ser compreendida pela ótica da neurociência, que tem trazido interessantes contribuições para o debate, ao procurar explicar algumas diferenças na forma de agir entre os gêneros, masculino e feminino, a partir da

especialização de áreas cerebrais preferenciais desenvolvidas pelos gêneros ao longo da história da humanidade.

Brizendini (2006) e Sabbatini (2006) enfatizam que o fato de as mulheres terem ao nível cerebral as áreas de comunicação mais desenvolvidas do que os homens pode ser explicado em função da atividade coletora desenvolvida por elas durante um período muito extenso da história humana. Como essa atividade era realizada em grupo, com as mulheres trabalhando enquanto conversanvam animadamente, ao mesmo tempo em que cuidavam dos filhos, elas desenvolveram melhor essa área cerebral, a partir dessa estimulação que lhes foi natural.

Já os homens, como cuidavam da caça, atividade que exigia foco, concentração e silêncio, desenvolveram algumas habilidades que ainda lhes são mais naturais atualmente. Evidentemente, tanto homens quanto mulheres podem desenvolver ambas as funções, visto que suas estruturas cerebrais são basicamente as mesmas. A habilidade para comunicação tem sido amplamente valorizada como um aspecto do novo papel do líder e parece estar mais associado ao encantamento próprio da liderança pela autoridade do que pela liderança pelo poder, conforme a classificação de Hunter (2006).

Uma questão polêmica em relação à temática da liderança é sua origem. Seria a capacidade de liderança um aspecto inato do ser humano, ou poderia ser desenvolvida? Há um certo consenso no mundo organizacional de que existem

líderes natos que são todavia raros, e que a liderança é uma habilidade ou competência que pode ser desenvolvida.

4.4 - A voz interior, Auto-liderança e o Self-Empowerment

No mundo corporativo, Stephen R. Covey (2005) é um autor que amplia as questões da liderança, saindo da esfera meramente comportamental e introduzindo um conceito de caráter humanista-transpessoal: o da capacidade de "ouvir a voz interior". As formulações de Covey enfatizam a dinamização pessoal, e a auto-descoberta rumo a atualização de potenciais, o que as aproxima das formulações de Maslow. É nesse contexto que surge o processo *Self-Empowerment*, ou auto-empoderamento.

Enquanto o *empowerment* consiste na concessão de poder ao outro, o self-*empowerment* consiste em encontrar o poder em si mesmo, ou buscar
empoderamento pessoal. Tal processo que deve ser de iniciativa da própria
pessoa, conduzir a uma ampliação de consciência e a ações afirmativas que
garantam a sustentabilidade das iniciativas tomadas. A ampliação da
consciência de si é seu elemento fundamental, pois quanto mais conscientes
as pessoas estiverem de si mesmas, maiores serão suas possibilidades de
alcançar sucesso em seus empreendimentos.

Ouvir a voz interior pressupõe um fluir congruente da Energia Psíquica entre os dois núcleos da personalidade humana. Trata-se de um indicador de saúde e

equilíbrio. Todavia sabe-se que este equilíbrio, por diferentes razões, pode ser abalado. A crise civilizatória observada na contemporaneidade e descrita no capítulo 1, normalmente predispõe as pessoas a estarem em desequilíbrio. Num extremo há pessoas muito centradas no Eu Exterior e, portanto, predispostas a vivenciam sentimentos unilaterais cuja ênfase recai na competição predatória, postura da qual decorrem efeitos nocivos para as relações humanas e ambientais. No outro extremo, há pessoas muito centradas no Eu Interior, alienadas da sociedade, vivendo à margem da mesma, muitas vezes motivadas por uma busca mística idealizada, sem conexão com questões sociais mais abrangentes. Seja como for, nessas pessoas há um bloqueio de comunicação entre as duas instâncias do Eu – a Exterior e a Interior.

É muito comum haver frustração em ambos os casos. O equilibro decorre da capacidade de ouvir do Eu Interior, ou a voz interior, como afirma Covey, ou seja, possibilitar que a Energia Psíquica, ou Tendência à Auto-atualização e à Transcendência, flua de forma congruente para o Eu Exterior. Isso só vai se tornando possível à medida que o indivíduo amplia o auto-conhecimento e vai, tornando-se cada vez mais competente nos processos de escolha consciente de caminhos a serem seguidos ou, como diriam os índios norte-americanos da Nação Seneca, de reconhecer e trilhar seu Caminho Sagrado numa verdadeira estratégia *Win-Win*¹⁹, ou seja, numa perspectiva onde todos possam ganhar.

-

¹⁹ Termo do inglês *Win* que significa vencedor. A estratégia *Win-win* significa literalmente "ganha-ganha" e é usada no ambiente corporativo indicando a existência de um elevado índice de confiança entre as partes envolvidas numa negociação de modo que ambas as partes saiam ganhando.

4.5 Elementos Básicos do Processo Self-Empowerment

O Self-Empowerment – Jornada de Transformação, proposta de intervenção aqui apresentada, é uma metodologia de Aconselhamento Psicológico voltada para o autodesenvolvimento, que visa a construção de competências autoempreendedoras para que o participante possa dar um novo impulso à sua vida profissional e pessoal. Trata-se de uma imersão virtual realizada basicamente por e-mail, via Internet, com a duração de aproximadamente 40 dias.

O processo é iniciado por conteúdos educacionais disponibilizados num AVA (Ambiente Virtual de Aprendizagem), onde se apresentam vídeos e textos com estímulos motivacionais. Um *personal coach*, ou mentor, acompanha o participante diariamente, em modo assíncrono, basicamente via e-mail, interagindo e ajudando-o em seu processo de reflexão, para que ele consiga ampliar seu autoconhecimento, e possa, assim, desenvolver novas perspectivas de ação.

O processo é centrado no ritmo e nas necessidades do participante (*coachee*), que dosa o quanto quer se aprofundar no trabalho. Desta forma, o tempo utilizado torna-se bastante relativo, bem como os resultados a serem atingidos, que variaram, também em função da dedicação do participante.

a) Requisitos para Participação:

Interesse em participar de um processo de autoconhecimento mediado a

distância, onde deverá se expor a um Conselheiro ou *Personal Coach*²⁰.

Disponibilidade para interagir à distância via Internet, usando

basicamente o recurso da escrita eletrônica através de um processador

de texto e recursos do e-mail.

Disponibilidade para se dedicar ao processo por 5 e 10 horas semanais,

em média, para realização das atividades propostas;

Privacidade para refletir e usar o computador, acessando os conteúdos

disponibilizados pelo Personal Coach no AVA (Ambiente Virtual de

Aprendizagem).

Disponibilidade para participar de um encontro presencial grupal, para

realização do Jogo da Transformação²¹, cuja duração média é de 4

horas, em dia e horário pré-definidos.

b) Módulos

O Processo Self-E acontece em três módulos, a saber:

Módulo I – "Biográfico"

Duração Média: 20 dias

O termo será explicado no capitulo 6.
 O Jogo da Transformação será apresentado no Capítulo 10.

• Desenvolvimento: O participante é convidado a realizar uma reflexão autobiográfica, ou seja, é estimulado a (re) pensar sua trajetória de vida, seu passado e presente. Trata-se de uma etapa de desenvolvimento da confiança entre o Personal Coach e o Coachee. Espera-se que seja uma fase de intensos diálogos entre ambos, durante a qual o personal coach procura compreender, de maneira empática, o participante, a partir dos elementos oferecidos por sua história de vida e lhe oferece inúmeros feedbacks.

Módulo II – "Estabelecendo um Foco de Aprimoramento"

Duração Média: 10 dias

Desenvolvimento: A partir dos diálogos entabulados entre o participante (coachee) e o mentor (personal coach), o participante vai sendo levado a perceber de maneira consciente suas competências e incompetências. Após um mapeamento de suas áreas de Força e Fraqueza, o participante é levado a estabelecer um foco, um ponto de sua vida que deseja aprimorar ou transformar com maior veemência. Esse foco pode recair tanto no âmbito profissional, quanto no pessoal. Após definir o foco, o participante terá um único encontro presencial com o personal coach e outras pessoas que estão vivendo um processo análogo ao seu, para a realização do Jogo da Transformação, ferramenta de exploração do Inconsciente Pessoal, desenvolvida na Comunidade de Findhorn da Escócia. Esse Jogo proporciona recursos para uma exploração ao Eu Interior (Self). Permite ao participante (re)conhecer e ampliar a visão sobre si

mesmo, seus bloqueios e potencialidades, que normalmente estão obscuros à consciência. Trata-se de um momento marcante no processo, um ápice, onde o participante pode vivenciar *experiências* de pico²², abrindo importantes canais de comunicação entre o Eu Interior e o Exterior, de modo a tornar possível a consciência de uma série de novas possibilidades de ação.

Módulo III – "Estabelecendo um Planejamento Pessoal de Ação"

Duração Média: 10 dias

Desenvolvimento: Nos dois primeiros módulos o participante pode construir um panorama ampliado de informações sobre si, por meio do mapeamento de competências e potencialidades já desenvolvidas, e de outras por desenvolver. Neste módulo propõe-se um Planejamento Estratégico de Ação, com objetivos e metas passíveis de serem implementadas, para que as potencialidades identificadas possam ser desenvolvidas, a partir de ações produtivas.

²² Experiências de Pico ou Culminantes. Para Maslow trata-se de uma vivencia transpessoal de integração consigo mesmo e com o cósmico. Um estado de êxtase, ou transcendência, onde se vivencia uma intensa felicidade.

Capítulo 5

PERSONAL COACH: COMPETÊNCIAS FUNDAMENTAIS

Neste capítulo descrevo as competências fundamentais exigidas para mediação do processo *Self-E*. Inicio descrevendo o papel do *Personal Coach*, em seguida discorro sobre a importância da escrita eletrônica e da aprendizagem para, por fim, apresentar os elementos da metodologia, encadeados entre si.

5.1 – A Origem Tradicional da Atitude de *Coaching*

O termo *coach*²³ é de origem inglesa e refere-se à pessoa que acompanha clientes para que estes desenvolvam seus objetivos. Estes objetivos podem estar focados em diferentes áreas tais como a esportiva, a afetiva, a

²³ Coach é também um veículo de passeio puxado a cavalo vem daí o termo cocheiro. O termo é usado também para se referir ao treinador esportivo. profissional, entre outras. Assim como um conselheiro ou mentor, um *Personal Coach* raramente oferece conselhos. Seu papel é o de fazer com que o *coachee* ²⁴ descubra seus potenciais, sua força pessoal e solucione suas próprias questões.

A figura, do interlocutor, é encontrada em muitas narrativas mitológicas, nas quais o herói, quando se vê em apuros, procura se aconselhar com alguém que julgue ter condições de orientá-lo, para que ele possa realizar a tarefa que lhe compete. Às vezes trata-se de um sábio, noutras, uma divindade ou um oráculo. Não é fácil encontrar um intermediário que esteja a altura de suas necessidades. Alguém que possa ser um bom ouvinte e ao qual o herói possa confiar suas mazelas e fraquezas, suas dúvidas, a fim de obter ajuda. Campbell (2003) dá uma boa indicação do perfil desse orientador:

"Um bom treinador não diz a um corredor exatamente em que posição manter os braços ou coisas desse tipo. Ele o observa correr e depois o ajuda a corrigir sua maneira natural e própria de o fazer. Um bom professor está ali para identificar possibilidades e potencialidades e, em seguida, dar conselhos, não ordens". (Campbell, 2003, p. 152)

Nas sociedades orientais a figura do guru muitas vezes ocupa esse lugar, sendo aliás, bastante comum. Seu papel de orientador é bem aceito e reconhecido pelo grupo. Observa-se nas sociedades tradicionais africanas que a consulta oracular é bastante freqüente como recurso de orientação (Ribeiro, 1996).

2

²⁴ O termo se refere ao cliente que se submete ao processo de *coaching*.

Para Campbell (2003) o padrão de orientação das condutas nas sociedades tradicionais é pautado pela valorização do que é coletivo. Nessas sociedades há uma visão mais homogênea, menos individualista, do grupo social, de modo que um guru, vidente ou sacerdote sabe exatamente em que ponto da jornada (ciclo ou fase biográfica) o orientando (consulente) está, e assim é capaz de situá-lo com precisão em seu caminho.

Já no ocidente com a grande ênfase dada à individualidade, a situação é mais complexa, pois a idiossincrasia é enfatizada. Assim, a orientação deve ser oferecida mais no sentido da pessoa descobrir seu próprio poder pessoal, preferencialmente a partir de suas próprias potencialidades.

Se partimos do pressuposto de que o organismo humano é auto-orientado, ou orientado por uma tendência natural para a atualização das próprias potencialidades, somos levados a considerar que o melhor interlocutor que uma pessoa pode ter é aquele que a orienta a ouvir o conselho de sua própria voz interior.

É importante lembrar que os obstáculos são inerentes a todo processo de desenvolvimento humano. Gerados pelos conflitos de interesses próprios das relações humanas, ou ocorridos por ação do acaso, eles podem interferir significativamente no processo de auto-atualização e transcendência, favorecendo ou dificultando o fluir da energia psíquica.

Quando sentem que seu caminho está bloqueado, ou quando vivenciam sentimentos de cerceamento e inadequação que impedem seu processo de crescimento, as pessoas costumam buscar ajuda. Amigos, parentes, pais, terapeutas, gurus, médicos, videntes, sacerdotes são algumas das pessoas mais procuradas em tais circunstâncias. Às vezes o que se busca é apenas o alívio imediato de uma tensão gerada por uma situação de conflito, outras, o conselho ou a aceitação do interlocutor para uma atitude tomada, ou ainda, para uma consideração recebida de outrem. O que se busca normalmente é uma compreensão reflexiva da situação e uma orientação para a continuidade da ação.

5.2 - O Papel do Personal Coaching no Processo Self-Empowerment

O papel do Personal Coach no Processo Self-Empowerment assemelha-se muito ao do facilitador, conforme descrito na ACP²⁵, onde o elemento chave para o sucesso terapêutico é o relacionamento estabelecido entre o cliente e o terapeuta, no caso, o relacionamento entre o Personal Coach e seu Coachee. Esse relacionamento é pautado pelas já mencionadas atitudes que favorecem o desenvolvimento humano: Compreensão Empática, Consideração Positiva Incondicional e Congruência. Para ilustrar a questão, Bowen (1987) compara o facilitador centrado na pessoa a um Sherpa²⁶ que conduz um viajante pelas

Abordagem Centrada na Pessoa, formulada por Carl Rogers e colaboradores.
 Guia oriundo de uma tribo do Nordeste do Nepal.

montanhas do Himalaia em sua busca por Shambala²⁷. Ela imagina que este guia tenha as seguintes características:

- Primeiro: Ele sabe que a viagem não é dele, e sim do viajante e, desta forma, respeite o destino e o caminho escolhidos, não impondo sua presença, mas fazendo companhia. Ele deve saber, também, que sua recompensa serão os honorários e a expansão de sua própria consciência na tarefa de guiar.
- Segundo: Conhece bem a região por onde o viajante quer transitar, embora talvez nunca tenha trilhado o caminho escolhido. É capaz de ver pistas, onde o viajante não consegue ver nada. Sabe instruir o viajante quanto a determinadas destrezas ou competências fundamentais para a jornada. Percebe sinais de tempestades iminentes, e encoraja e demonstra que é possível caminhar em alturas muito elevadas.
- Terceiro: Em determinados momentos ajuda o viajante a carregar o fardo, ensinando como deve ser distribuída a carga na mochila.
- Quarto: Apesar de nunca haver estado em Shambala, acredita que ela está lá, em algum lugar, e que o viajante será capaz de chegar até ela, a partir de suas próprias escolhas.

Vê-se que o *Personal Coach* deve atuar com muita sensibilidade e cautela ao acompanhar seu *Coachee*. No processo *Self-Empowerment* o período da jornada tem a duração média de 40 dias ou 6 seis semanas.

_

²⁷ Mito tibetano que refere-se a um vilarejo nas profundezas do Himalaia onde reinam a harmonia, a liberdade, a perfeição e a abundância. Este mito inspirou o filme *Horizonte Perdido*. Trata-se de uma jornada heróica.

5.3 – A Escrita como Mediadora da Interação

O historiador John Lukacs ao relatar uma biografia de Churchill faz a seguinte consideração sobre o ato de escrever:

"O estímulo pra escrever é o desejo de vencer uma preocupação mental expressando-a conscientemente e claramente, ao passo que o propósito de escrever quase sempre inclui egocentrismo e pelo menos um mínimo de vaidade". (LUKACS, 2002, p.96)

Todo texto escrito é espacial exigindo, portanto, um espaço físico para possa ser produzido. Esse espaço de escrita (e leitura) exerce influência no comportamento, tanto do escritor, quanto do leitor. No computador o espaço da escrita é a tela. Quem escreve e lê no computador fica restrito a esse espaço, e assim, o que está escrito antes, ou depois, fica oculto.

A escrita eletrônica, todavia, assemelha-se muito ao hipertexto²⁸ que, conforme considerações de Pierre Lévy (1999) é móvel, flexível "caleidoscópico", e permite inúmeras interações em rede, possibilitando um fluir multidimensional por diferentes contextos e conceitos, através dos links e janelas que podem ser abertos simultaneamente, fugindo, portanto à linearidade do texto impresso.

Self-Empowerment é um processo escrito, em que a leitura e a escrita desempenham papel de fundamental importância. Trata-se de uma leitura e escrita mediadas por meio eletrônico, pelo computador e Internet, possuindo assim, características diferenciadas, pois trata-se de uma escrita eletrônica.

_

²⁸ "Texto que remete o usuário a outras páginas da Internet por meio de links. Possibilita que o usuário navegue de maneira diferente pelo mesmo site" (CEMPEC, 2006, Vol. 1, p.19)

Segundo Kato (1987) a diferença fundamental entre a linguagem oral e a escrita está centrada nos meios de produção. A primeira é normalmente presencial e simultânea e a segunda não o é necessariamente. A ação de comunicação oral ou escrita pressupõe uma condição básica, o desejo básico de cooperação entre as partes envolvidas na ação, ou seja, um desejo de comunicar e de ser entendido.

Como se sabe, na história do homem a escrita desempenha um papel fundamental, pois permite o acúmulo e a organização de conhecimentos. Escrever é normalmente uma ação solitária que, por si só remete o escritor à reflexão, possibilitando o planejamento e a revisão permanentes.

Ao citar Grice, Kato apresenta os termos de um **Contrato de Cooperação** que normalmente deve existir entre as partes envolvidas num processo de comunicação, seja ele escrito ou falado. Segundo a autora para que uma comunicação seja eficiente ela precisa ser:

- a) Informativa deve conter a quantidade certa de informação;
- b) Sincera deve revelar aquilo que se deseja, de fato, comunicar;
- c) Relevante deve relacionar-se com o contexto existente entre os participantes;
- d) Clara deve ser apresentada de forma direta.

A violação, intencional, ou não, de um ou mais desses postulados leva a uma comunicação indireta, onde as mensagens passam a ser implícitas, e não mais

explícitas como seria desejado. Ao optar-se por um gênero de produção, todavia, permite-se uma violação acordada entre as partes estabelecendo-se um meio tacitamente aceito entre o emissor e o receptor de modo que a comunicação seja viabilizada. Assim a comunicação pode ser irônica, ficcional ou poética, todas comunicações indiretas, mas aceitas desde que ambos consigam situar-se no contexto estabelecido.

Enquanto o *Personal Coach* tem um compromisso de fidelidade para com às máximas da comunicação direta, o *Coachee* pode eventualmente transgredilas. Todo o esforço deve ser feito no sentido de se criar uma comunicação direta, pois isso favorece a criação de uma relação de confiança entre o *Personal Coach* e o *Cochee*. Ao perceber que o *Personal Coach* busca estabelecer uma comunicação empática o *Coachee* tende a abrir-se para o mesmo tipo de comunicação e assim, estabelece-se o contrato de cooperação.

O uso do processador de texto tem facilitado incrivelmente a vida de quem trabalha com a produção de textos. Ele permite maior fluidez na escrita, o que implica na possibilidade de serem feitas inclusões, exclusões e correções de trechos do texto com grande agilidade. A memória foi também dinamizada pelos recursos eletrônicos, pois basta usar alguma ferramenta de busca do sistema ou da *net* para resgatar ou encontrar informações com destreza nunca antes observada.

Segundo Soares (2002) a cultura da produção do texto eletrônico resgatou aspectos da cultura da produção de manuscritos da idade média, pois ao

contrário do texto impresso o texto eletrônico é impermanente, fugaz, aberto a constantes alterações. Isto permite ao escritor liberdade na construção do mesmo, possibilitando, também, uma grande aproximação entre escritor e leitor.

Se por um lado o processador de texto pareceu reavivar a prática do copista medieval, o correio eletrônico (e-mail) e os diários publicados na web (blogs) parecem resgatar a antiga prática de escrever cartas e diários. Essa prática encontrou seu apogeu, segundo Sibila (2007), nos romances epistolares do século XVIII. Tais práticas parecem resgatar, também, o hábito da conversa que parecia fadado ao esquecimento pela cultura rádio-televisiva do século XX.

"A escrita de si é um tipo particular de texto introspectivo, no qual a auto-reflexão se volta não tanto para a busca de um certo *universal* do Homem, mas para a exploração da natureza fragmentária e contingente da condição humana, plasmada na particularidade de cada experiência individual". (SIBILIA, 2007, p.3)

A escrita eletrônica no espaço virtual, entretanto, traz uma grande novidade frente à manuscrita. Como tempo e espaço foram redimensionados no ciberespaço, embora ainda que de forma assíncrona, como no caso da escrita manuscrita, a escrita eletrônica assume quase uma posição de simultaneidade. Em alguns casos, como o dos canais de bate-papo (*chats*), ou sistemas de mensagens instantâneas (do tipo *Skype* e *Messenger*) ela efetivamente o é.

A idéia de intimidade, por sua vez, foi sendo construída ao longo dos séculos passados na cultura ocidental. Os reflexos de tal construção acabaram ganhando materialidade a ponto das habitações (casas) chegarem a ter o escritório, como zona particular de introspecção. Hoje o escritório pode se restringir (ou ampliar) ao acesso ao espaço virtual através do PC – *Personal Computer*, com um microfone acoplado a um fone de ouvido substituindo o espaço físico do escritório. Este espaço privado pode ser acessado de qualquer lugar, até mesmo público, como acontece num *Cybercafe* ou numa Lan house.

A forma da escrita também mudou, ganhando um tom mais informal o que "sugere certo hibridismo com o telefone ou com a fala coloquial". (SIBILIA, 2007, p.6)

A escrita assume todos esses nuances no processo *Self-E* é por meio dela que o *Personal Coach* deverá conseguir aproximar-se do participante de modo que, pela linguagem escrita o vínculo seja estabelecido. Ao escrever sua autobiografia, por exemplo, o participante está se exercitando na reflexão sobre si mesmo e seu processo de desenvolvimento vai se tornando cada vez mais consciente para ele.

Assim, o *Personal Coach* deve possuir boa fluência digital para lidar de maneira eficiente com os textos produzidos eletronicamente pelo participante. Ao fazê-lo deve conseguir lidar com diferentes textos com a mesma agilidade possibilitada pelos links de um hipertexto.

5.4 - Modelo Ensino-Aprendizagem no Ciberespaço

O terno E-learning ²⁹ refere-se basicamente a processos de aprendizagem mediados por computador e utilizados pelas organizações empresariais para capacitar seus colaboradores a distância. O EaD, ou Ensino a Distância, tem definição semelhante mas, não se restringe ao uso do computador, servindo-se de outros meios como o rádio, a TV, ou mesmo a correspondência. Este termo é preferencialmente utilizado no meio da educação formal embora, muitas vezes o veículo utilizado seja apenas o computador.

O Ensino a Distância foi instituído no Brasil pela LDB em 1996. Os precursores desta abordagem são os antigos cursos por correspondência. Segundo Gonzalez (2005) há inúmeros benefícios nesta modalidade de ensino, desde a inclusão de pessoas que não dispõem de tempo para freqüentarem um ambiente presencial de ensino, até aquelas que não dispõem de recursos financeiros para fazê-lo.

a) O Aluno Virtual

Pessoas que normalmente saem-se bem em abordagens presenciais de ensino têm grande probabilidade de alcançarem igual sucesso em processos a distância. Pallof e Pratt (2002) afirmam que pessoas introvertidas que normalmente encontram certa dificuldade em ambientes presenciais, têm grande probabilidade de se saírem bem no ambiente virtual dada a ausência de

²⁹ Do inglês *eletronic learning* (aprendizagem eletrônica).

pressão social. O ambiente virtual, entretanto, não serve para todo o tipo de pessoa.

Embora haja características comuns entre os alunos presenciais e virtuais, há outras características que são distintivas para alunos virtuais. Piconez (2005) apresentou a seguinte síntese para caracterizar o perfil de alunos bem sucedidos na aprendizagem em ambiente virtual:

- Ter acesso a um computador;
- Acessar a Internet com banda larga;
- Ter fluência digital;
- Lidar com desafios de privacidade, confidencialidade, direitos autorais, propriedade intelectual, conflito com horários de trabalho, firewall³⁰ instalado no servidor do local de trabalho etc.;
- Ter automotivação e autodisciplina;
- Ser comprometido no sentido de dedicar-se aos estudos;
- Ser cooperativo, trabalhando com os demais;
- Ter capacidade de refletir e pensar criticamente entendendo a mediação do professor apenas como um fomentador da aprendizagem;
- Acreditar que a aprendizagem pode acontecer em qualquer lugar e a qualquer momento.

b) O Professor Virtual

Assim como o aluno virtual deve reunir determinadas características que reflitam autonomia para saírem-se bem no ambiente virtual, o facilitador, ou

³⁰ Termo inglês parede contra incêndio, refere-se a programas que restringem o acesso livre à Internet.

tutor, nesta modalidade de ensino, também apresenta determinadas características.

Palloff e Pratt (2002) afirmam que as melhores práticas no ambiente virtual podem ser encontradas entre as melhores dos ambientes presenciais. Porém advertem que do mesmo modo como há professores que não se saem bem no ambiente presencial, o mesmo pode ocorrer no ambiente virtual. Os professores devem ser hábeis em criar uma mediação empolgante e gentil para que os alunos possam sentir-se livres e envolvidos ao mesmo tempo, o que cria uma nova perspectiva na relação professor aluno.

"Os professores devem renunciar ao poder que têm sobre o processo educacional, permitindo que os alunos administrem seu papel nesse processo. Na verdade descobrimos que aprendemos tanto com nossos alunos, quanto eles aprendem conosco". (PALLOFF; PRATT, 2002, p. 113)

Ao refletir sobre a formação de adultos, Hase (2000) retoma concepções rogerianas sobre educação, e formula o conceito de heutagogia, a capacidade própria do adulto para autodeterminar sua aprendizagem. A heutagogia é baseada no conceito de *Double Loop Learning*³¹ que trata de uma competência própria do adulto de olhar simultaneamente para dentro e para fora de si. Ora buscando informações e feedbacks, ora fazendo avaliações e integrando experiências. Isso exige que o professor conquiste uma proximidade grande do

³¹ Do inglês "Aprendizagem em Laço Duplo", tradução livre.

aluno, para que este não se perca no processo, conferindo a ele um caráter transformador.

Houten (1996), realizando uma crítica à formação de adultos como estando baseada em processos pedagógicos adequados a crianças, mas pouco adequados à idade adulta, afirma que ao trabalhar com adultos o profissional deve focar sua ação educativa menos nos conteúdos e mais nos processos, fomentando dessa forma, o despertar da vontade autônoma. Trabalhar com adultos é desenvolver um aprendizado da vontade.

O advento do computador e da Internet marcou o início de uma revolução paradigmática na relação ensino-aprendizagem. O professor outrora detentor do poder pelo controle do conhecimento ou da informação, não desempenhe mais esse papel, visto que a informação está disponível na Internet em quantidade jamais vista. O foco de ação do professor agora desloca-se do conteúdo e do controle, do ensino, para a aprendizagem, para a autonomia, para o aluno. Visionários como Paulo Frei há muito anteviram esta necessária transformação. Freire (2007) afirma que a educação deve permitir ao educando encontrar seu ímpeto criador superando a si mesmo constantemente. Para isso é fundamental que as pessoas consigam ser elas próprias, e construam a si mesmas, afirma Cortella (2003).

"Somos, antes de mais nada, construtores de sentido, porque, fundamentalmente, somos construtores de nós mesmos, a partir de uma evolução natural." (CORTELLA, 2003, p.32)

Capítulo 6

ORGANIZAÇÃO BÁSICA DO PROCESSO SELF-EMPOWERMENT

Neste capítulo descrevo a sistemática de organização e divulgação do Processo *Self-Empowerment*, bem como seu desenvolvimento.

6.1 - Divulgação e Inscrição

O Processo *Self-Empowerment* é apresentado aos interessados num site na Internet - www.self-empowerment.com.br. Nele, os internautas encontram a descrição sumarizada da proposta metodológica de *coaching*, bem como, alguns depoimentos de participantes.

A divulgação é realizada basicamente em sites de busca na Internet, como o Google e o Yahoo, através de e-mail marketing. Um folheto explicativo, distribuído em ocasiões especiais, também é utilizado como recurso de

divulgação. Um e-mail informativo, com uma síntese do processo, é normalmente encaminhado para pessoas que solicitam detalhamento da proposta. Este e-mail é constantemente reformulado, a fim adequar a linguagem às dúvidas dos interessados apresentando, também, as constantes atualizações de conteúdos. O movimento de perguntas não atingiu um volume expressivo que justifique a criação de um link com perguntas mais freqüentes (FAQ)..

O processo de inscrição é realizado totalmente on-line e inicia-se com o e-mail de esclarecimento no qual o interessado encontra um link para uma página de inscrição. Na Ficha Inscrição On-line há também um link para o Contrato de Prestação de Serviços onde o interessado encontra a descrição formal do serviço a ser prestado. Todos esses elementos, além de serem garantias legais para o participante e para o *Personal coach* constituem-se, também, nas bases formais para o vínculo estabelecido no Contrato de Cooperação, conforme relatado no capítulo anterior.

Ao preencher a ficha de inscrição, além da apresentar seus dados de identificação (nome, endereço, número de documentos etc), o participante responde a três perguntas básicas: (a) se já fez psicoterapia? (b) se já participou do Jogo da Transformação? e (c) por que quer realizar o processo? As duas primeiras perguntas situam o Personal coach quanto ao nível de autoconhecimento do participante e a última, "porque deseja realizar o processo?", serve de pergunta chave para iniciar a identificação do grau de confiança, e cooperação com o qual o participante inicia o processo.

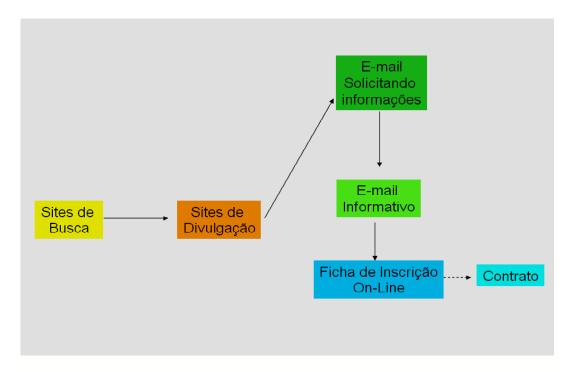


Fig.07 - Sistemática de Divulgação do Processo e de Inscrição de Participantes

6.2 – Arquivos Eletrônicos

Ao iniciar um novo grupo de participantes a primeira providência do *personal coach* é preparar seu sistema para isso: abrir duas pastas eletrônicas, uma em seu sistema de e-mail e outra em seu sistema de arquivos eletrônicos de documentos de texto (*Word*). Todas as comunicações entre o *personal coach* e cada participante do grupo são numeradas e arquivadas nestas pastas. Os grupos são identificados pelo número do ano e mês em que o trabalho teve início, por exemplo, **Grupo 2007-05**, que corresponde à identificação do grupo de maio de 2007. Para cada participante há uma pasta específica com seu nome. Todas as comunicações são nomeadas e numeradas para facilitar a

identificação e localização em caso de consulta, por exemplo, **00.Ficha de Inscrição**.

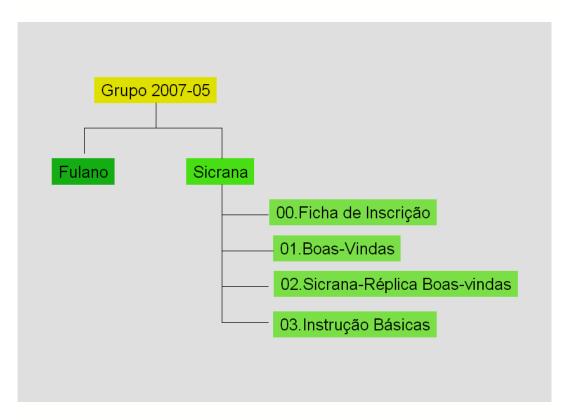


Fig. 08 - Sistemática de Arquivos Eletrônicos

6.3 - AVA – Ambiente Virtual de Aprendizagem

A ferramenta básica de interação a distância no processo *Self-E* é o e-mail. Há elementos educacionais no processo, sobretudo para iniciar os módulos, o que faz com que ele se assemelhe a um curso. Assim, além do site informativo utilizamos um AVA – Ambiente Virtual de Aprendizagem. AVAs são sites desenvolvidos especialmente para ministrar cursos a distância via Internet. Minha experiência com esses ambientes se deu inicialmente com a Plataforma

Backboard, utilizada pela Universidade Anhembi Morumbi, posteriormente com

a COL (Cursos On-line), desenvolvida e utilizado na Universidade de São Paulo.

Paro o processo *Self-E* iniciei usando o sistema de Salas de Aula Virtuais no site da Universia, e hoje uso a Plataforma Ensinar desenvolvida pela Universidade Federal de Pernambuco.

Para acessar a AVA cada participante recebe um nome de identificação e um código de acesso individualizado. Ali encontrará o item "Curso" *Self-Empowerment*.

A Plataforma permite vários tipos de configuração e no processo *Self-E* o ambiente é configurado com três áreas básicas:

- Programa, com a descrição das fases do processo, onde é atualizado, também, o cronograma de trabalho;
- Módulos, onde é liberado o conteúdo educacional previamente desenvolvido para o processo: textos, vídeos e formulários;
- WebTeca, onde são disponibilizados conteúdos complementares e individualizados aos participantes.

Além da disponibilização de conteúdo, o AVA é importante para que o *personal* coach possa monitorar o movimento do participante no processo. Utilizando as ferramentas "relatórios" e "estatísticas" é possível acompanhar o último acesso realizado, o tempo de permanência no sistema, os conteúdos acessados e

quantas vezes foram vistos. Isso permite aferir a mobilização do participante no processo.

Os dados quantitativos, embora importantes são bastante relativisados, pois cada pessoa tem um ritmo de aprendizagem e assimilação. Para algumas é importante assistir a um mesmo conteúdo inúmeras vezes, para outras não.

6.4 Estrutura do Processo

O Processo *Self-Empowerment* está estruturado em três módulos e cada módulo contém pelos menos três tipos de conteúdos básicos:

- Vídeos Motivacionais de sensibilização e explicativos;
- Textos Informativos;
- Formulários Orientadores

Todos esses elementos contêm apresentações desenvolvidas especialmente para esse processo.

Os vídeos são em geral curtos, de 5 a 10 minutos no máximo e seu papel é eminentemente motivacional. O que se procura é a estimulação emocional do participante para que este se lance à reflexão. Os textos muitas vezes sintetizam as informações dos vídeos, fornecendo uma nova formatação para a abordagem, enquanto os formulários atuam como roteiros para a execução da proposta. Na verdade os três elementos (vídeos, textos, e formulários) estão articulados entre si de modo a complementarem-se mutuamente.

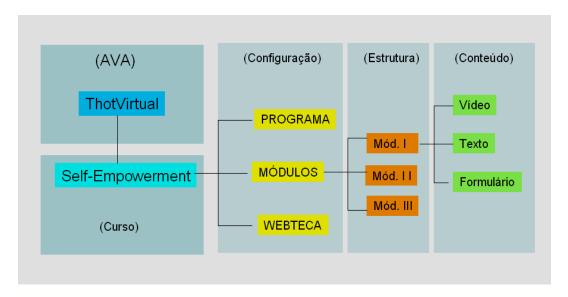


Fig. 09 - Estrutura do Processo no AVA

PARTE III

A BIOGRAFIA E O PROCESSO

DE COACHING

"Quanto mais o cliente ver o terapeuta como uma pessoa verdadeira ou autêntica, capaz de empatia, tendo para com ele um respeito incondicional, tanto mais ele se afastará de um modo de funcionamento estático, fixo, insensível e impessoal, e se encaminhará no sentido de um funcionamento marcado por uma experiência fluida, em mudança e plenamente receptiva, dos sentimentos pessoais diferenciados. A conseqüência desse movimento é que se dá uma evolução da personalidade e do comportamento no sentido da saúde e da maturidade psíquicas e das relações mais realistas para com o eu, os outros e o mundo circundante." (ROGERS, 1990, p. 69)

O processo *Self-Empowerment* inicia-se com o participante informando as razões pelas quais deseja participar do processo. Entretanto, diferentemente de outros processos de *Personal Coaching*, o tutor encaminha o participante para a realização de uma revisão biográfica de sua vida, o que lhe permite uma primeira tomada de consciência a respeito de seu processo de desenvolvimento.

A biografia do participante é compreendida como parte de um todo, orientada naturalmente para a atualização de potencialidades, mas, também, como uma jornada heróica idiossincrásica, que é cuidadosamente mapeada pelo *Personal*

Coach que busca identificar pontos de convergência e de divergência em relação à queixa inicial. Para isso é fundamental que o *Coach* esteja bem equipado, e tenha excelente fluência digital, de modo a poder oferecer suporte, inclusive técnico, ao participante. As devolutivas são cuidadosamente desenvolvidas podendo adotar formato sintético ou metafórico.

Nesta seção apresento dois capítulos que tratam de questões que envolvem tanto o processo geral de *coaching* do método *Self-E*, quanto a compreensão específica da biografia, no processo que faz parte do Primeiro Módulo.

Capítulo 7 – A História da Vida

Capítulo 8 – O Processo de Coaching: pré-requisitos, ferramentas e sistemática

Capítulo 7

A HISTÓRIA DA VIDA

"A vida é como uma viagem de trem, cheia de embarques e desembarques, de pequenos acidentes pelo caminho, de surpresas agradáveis e tristezas com alguns embarques e desembarques que nela acontecem.

Quando nascemos embarcarmos nesse trem, encontramos duas pessoas que, acreditamos farão conosco a viagem até o fim: nossos pais. Não é verdade? Infelizmente, em alguma estação, eles desembarcam, deixando-nos órfãos de seus carinho, proteção, amor e afeto. Às vezes isso acontece logo nas primeiras estações. Mas isso não impede que, durante a viagem, embarquem outras pessoas que virão ser especiais para nós: irmãos, amigos e amores.

Muitas pessoas tomam o trem a passeio e experimentam alegrias, outras fazem a viagem experimentando somente tristezas. No trem da vida há, também, outras que passam de vagão em vagão, prontas para ajudar quem precisa, ou simplesmente por medo de fixarem-se a um lugar. Muitos descem e deixam saudades eternas. Outros tantos viajam

no trem de tal forma que, quando desocupam seus assentos, ninguém sequer percebe que ali estiveram.

Curioso é considerar que alguns passageiros que nos são tão caros acomodam-se em vagões diferentes do nosso. Isso nos obriga a fazer esta viagem separados deles. Mas isso não nos impede de quando em vez atravessarmos o vagão e chegarmos até eles. Difícil é aceitarmos que não poderemos tomar assento ao seu lado, pois outra pessoa ocupa aquele lugar.

Essa viagem é assim: cheia de atropelos, sonhos, fantasias, esperas, embarques e desembarques.

É importante lembrar que o trem da vida jamais volta. Talvez seja importante fazer, pois, a viagem da melhor maneira possível. Não?

O grande mistério da viagem do Trem da Vida é que nunca se sabe ao certo a estação de desembarque. E às vezes nos perguntamos quando ela chegar, estaremos preparados para descer, e deixar aqueles que amamos viajando sozinhos? Ou ainda, quando a estação daqueles que amo chegar antes da minha como reagirei? Toda vez que alguém embarca e desembarca o trem diminui a velocidade. Ele também assim o faz quando precisa de manutenção.

Nesse momento, o trem diminui sua velocidade. O que irá acontecer? A expectativa aumenta, à medida que o trem vai diminuindo sua velocidade."³²

Esse é um dos textos que tenho utilizado para sensibilização dos participantes no início do processo *Self-Empowerment*, Módulo I. Este módulo é dedicado à reflexão biográfica. Biografia é uma palavra de origem grega cujo prefixo, *bio*,

Adaptação do texto "O Trem da Vida" de João Casarri Neto recebido por e-mail pela Internet.

refere-se a vida e *graphia*, a escrita, sendo portanto biografia, a história escrita da vida.

Minha relação com relato de histórias é bastante antiga. Remete-me à infância, mais ou menos aos meus 11 anos, quando junto com um amigo brincávamos de "Viagens no Tempo" usando para isso trechos sorteados ao acaso de *História da Riqueza do Homem*, de Leo Huberman.³³

Com o passar do tempo essa brincadeira evoluiu para uma outra - "Expedições ao Redor do Mundo": de posse de um mapa-múndi, traçávamos roteiros imaginários pelo planeta. Para cumprirmos as "missões" assim traçadas, recorríamos ao mundo imaginário, como não poderia deixar de ser, e nossos desafios se constituíam então de infindáveis voltas a nado numa pequena piscina no quintal da casa de um dos amigos - como se estivéssemos navegando no mar; por empinar pipas, por horas a fio, inclusive à noite - como se estivéssemos em aviões; e por outras tantas voltas de bicicleta, pelas ruas do bairro - como se estivéssemos cobrindo longas distâncias de carro ou jipe. Todos esses trajetos heróicos eram cuidadosamente registrados em "Diários de Missões", alguns dos quais mantenho comigo até hoje. Depois dessa fase de mergulho no imaginário, já na adolescência, começaram os relatos verídicos de viagens e acampamentos, que culminaram numa autobiografia fotográfica por ocasião de meu casamento.

-

³³ Huberman (1987). Trata-se de uma obra que analisa a história à luz das conquistas econômicas do homem.

Quando iniciei-me na prática da psicologia clínica rapidamente incorporei elementos dessas vivências à minha terapêutica. Eram (e são) comuns os meus pedidos para que os clientes escrevam trechos de suas histórias para serem alvo de nossa atenção nas sessões. Às vezes tratam-se de trechos autobiográficos, de cartas endereçadas a si mesmos, ou a pessoas com as quais estão em conflito.

Como Orientador Educacional registrei cuidadosamente em filme e foto a trajetória de minha turma de alunos que, ao final de quatro anos de acompanhamento, foi primorosamente apresentada numa compilação cinematográfica durante as festividades de formatura na 8ª série do ensino fundamental.

Já docente no Ensino Superior, ao ministrar a disciplina Psicologia Geral em diferentes cursos, institui em meu programa o "Projeto Caderno do Eu", onde os alunos eram conclamados a contarem suas histórias de vida em relatos onde textos e imagens biográficas eram mesclados. Essa abordagem rendeume alguns de meus melhores momentos na docência no Nível Superior. E assim foi até a criação do Processo *Self-Empowerment* que teve a biografia incorporada como módulo introdutório do método.

Este capítulo é dedicado, portanto, à apresentação da abordagem biográfica tal como é utilizada no processo *Self-Empowerment*. Inicio abordando a questão dos ciclos e ritmos cósmicos, para em seguida apresentar os mesmos elementos sob a perspectiva do desenvolvimento humano. Por fim, exploro a

biografia como jornada heróica, demarcada por ritmos e ciclos de desenvolvimento.

7.1 - Ciclos e Ritmos Cósmicos

O universo se manifesta em ritmos e ciclos (SAGAN,1984). O ciclo pode ser entendido como a repetição de um mesmo tipo de evento no tempo, enquanto o ritmo é o tempo que um evento demora em se repetir, ou o seu tempo de duração de um evento. Podemos dizer que um ciclo tem um ritmo acelerado quando há uma grande freqüência de repetições do evento num curto espaço de tempo. Alguns eventos, todavia, acontecem apenas uma vez, portanto têm apenas um ciclo, enquanto outros demoram tanto a se repetir que tem-se a impressão que são únicos, outros ainda são claramente freqüentes e perfectíveis.

A biografia de uma estrela, por exemplo, pode levá-la a ter uma morte luminosa, numa explosão conhecida como Supernova, ou sombria como um Buraco-negro. A Hipótese Gaia de James Loveck (2006) afirma que os planetas, no caso Gaia, a Terra, são seres vivos. A Terra nasceu e morrerá, seguindo um determinado caminho evolutivo, marcado por ciclos e ritmos.

A existência biológica da Terra está vinculada ao Sol e ao que tudo indica será encerrada por este, porque um dia o Sol se transformará numa estrela gigante vermelha, expandindo-se em tamanho para além da órbita da Terra.

Na Terra os ciclos são definidos por seus movimentos de rotação, translação e precessão. O dia é um ciclo cujo ritmo é de 24 horas e está associado ao movimento de rotação do planeta em torno de si mesmo; o ano, com suas quatro estações é um ciclo que se repete num ritmo de 365 dias, e está associado ao movimento de translação ao redor do Sol; as eras astronômicas são ciclos que têm a duração de 2.240 anos ³⁴ e estão associadas ao movimento de precessão do eixo do planeta como se fosse um pião.

A força gravitacional que a Lua exerce sobre a terra, também provoca ciclos e ritmos. Sua influência nos elementos líquidos do planeta é notória, especialmente nos grandes volumes de água, como os oceanos e mares, estabelecendo um ciclo conhecido como marés, que têm o ritmo, ou duração, de 12 horas. As marés influenciam tanto a navegação marítima, quando a atividade de pesca. O ciclo da evaporação e da chuva é outro exemplo de ciclo fundamental para a plantação e a colheita, sendo sua definição rítmica, entretanto, pode ser bastante variável.

Nos últimos tempos temos observado que a ação do homem na produção de bens e na geração de energia tem interferido de maneira significativa na composição química da atmosfera do planeta, provocando uma série de anomalias nos ciclos e ritmos do clima planetário. Como conseqüência estamos observando uma elevação média na temperatura do planeta que, ao que tudo indica, está crescendo perigosamente, o que poderá trazer repercussões funestas para a manutenção da vida humana sobre a Terra.

_

³⁴ É esse tipo de ritmo que define a Era de Aquário, ou Nova Era.

Do ponto de vista biológico, a vida segue ciclos e ritmos, ou biorritmos³⁵. Para os seres humanos alguns ciclos e ritmos são facilmente observáveis, como o ciclo menstrual feminino, que tem um ritmo médio de 28 dias; o ciclo de vigília e sono, que acontece no período de um dia, e tem um ritmo médio 8/16 (8horas de sono por 16 de vigília); o ciclo digestivo, de aproximadamente 2 horas, e que pode acontecer várias vezes ao dia; assim como o ciclo respiratório que acontece imperceptivelmente a todo instante no organismo; bem como, o batimento cardíaco, cujo ritmo ou freqüência média é de 60/100 batimentos por minuto (MACEY, 1983).

Assim como as estrelas têm sua evolução seguindo um caminho prédeterminado, como seres únicos que são no grande todo galáctico; ou o planeta, Gaia, cuja biografia é impressa em seus ciclos e ritmos próprios, o Ser Humano tem também uma história marcada por ciclos e ritmos comuns a toda a espécie. No desenvolvimento humano, todavia, as pessoas são capazes de registros individuais e indeléveis em suas biografias, a partir das escolhas que são capazes de fazer. Tais escolhas podem alterar de maneira significativa sua trajetória, conferindo diferentes sentidos às suas vidas.

7.2 - Ciclos e Ritmos no Desenvolvimento Humano

Qualquer pessoa que observe o universo percebe que ele está em constante mutação. Os taoistas da China diriam que a mudança é a única coisa constante no cosmos. Mudanças, entretanto, nos dizem apenas que as coisas não são estáticas, pois nem sempre uma mudança reflete evolução. Já o crescimento

faz com que uma mudança adquira um sentido quantitativo, pois crescimento é algo mensurável. Mas é o desenvolvimento o que verdadeiramente interessa aqui, visto que ser ele uma mudança que tem valor intangível, uma vez que trata do desenvolvimento da consciência de ser, fato que confere um colorido especial à vida.

Os seres humanos, a exemplo do universo e do planeta, têm uma existência única marcada por muitos ciclos e ritmos. Se por um lado temos o homem enquanto ser biológico guiado pelos biorritmos, por outro, o temos como ser espiritual guiado pelos ritmos da alma ou da psique e pela tendência à autorealização e transcendência, que confere a esses ciclos e ritmos biológicos um brilho diferenciado (MORALES, 1996).

A Psicologia do Desenvolvimento há muito procura pelas leis que regem o curso da vida humana, particularmente do psiquismo. Segundo Lievegoed (1997) muitas abordagens terapêuticas foram desenvolvidas a partir do encontro dos terapeutas com problemas específicos de uma fase particular da vida de seus pacientes. A terapêutica desenvolvida para sanar essas problemáticas foi generalizada, por alguns autores, de maneira indevida, para todas as fases do desenvolvimento. Lievegoed considera haver sido este o caso de Freud, que trabalhou com pessoas jovens e observou seus problemas sexuais, ou de Jung, que trabalhou com pessoas mais maduras e observou seus problemas existenciais frente à morte e à realização pessoal.

A compreensão da vida humana como passível de ser dividida em fases ou ciclos de desenvolvimento tem sido, há bastante tempo, um ponto de controvérsia para muitos estudiosos.

Os gregos, segundo Rünke, citado por Lievegoed (1997), compreenderam o curso de vida organizado em períodos de sete anos:

- 0 − 7 anos: vida de fantasia
- 7 14 anos: vida imaginativa
- 14 21 anos: puberdade e adolescência
- 21 28 anos: descoberta e encontro da base da própria vida
- 28 35 anos: consolidação e confirmação da base previamente encontrada
- 35 42 anos: segunda puberdade reorientação em relação à vocação
- 42 49 anos: período maníaco depressivo
- 49 56 anos: período de luta contra o próprio declínio
- 56 63 anos: maturidade de pensamento
- 63 70 anos: segunda infância

Os romanos dividiram-na em cinco ciclos de aproximadamente 10 anos:

- 0 15 anos: pueritia primeira infância e período latente dos primeiros anos de escola
- 15 25 anos: adulescentia
- 25 40 anos: *juventus* primeira maturidade
- 40 55 anos: *viritas* segunda maturidade

• 55 em diante: *senectus* – velhice

Sheehy (1985) apresenta uma perspectiva para a compreensão das crises da vida adulta, também a partir da compreensão de uma vida organizada em ciclos de 10 anos. Enquanto Rudolf Steiner a considera organizada em 10 períodos de 7 anos, agrupados em grandes ciclos de 21 anos.

- 0 − 21 anos: desenvolvimento físico e mental
- 21 35 anos: desenvolvimento psicológico
- 35 56 anos: desenvolvimento do espírito

Lievegoed afirma ainda que nenhum dos autores que organizam a vida em ciclos estabelece datas fixas para o início, ou fim, de cada período. Ao invés disso, falam em marcos de desenvolvimento que podem ser comparados entre si. Há deste modo, nas diferentes perspectivas, um ritmo mais ou menos estabelecido para o desenvolvimento humano. O que deve ser observado em qualquer um dos casos, com o devido cuidado, são as precocidades e os retardamentos que fogem aos padrões pré-estabelecidos.

Treichler (1988), que trabalha na mesma perspectiva de Steiner e Lievegoed, citando Hoerner, afirma que o número 7 desempenha um papel predominante em todo o Cosmo. No contexto, a semana de 7 dias, produz o ritmo da instância humana por ele denominada alma, que se associa ao ritmo de 12 meses do ano, e atua no corpo físico e na psique promovendo a essência do homem.

Lewis (1981), além de trazer uma visão da vida como organizada em ciclos de sete anos, aos quais denomina de *Períodos Simples da Vida Humana*, divide o ano em sete períodos de 52 dias, o dia em 7 períodos de 3 horas e 25 minutos, atribuindo-lhes características fundamentais para o desenvolvimento de projetos pessoais e profissionais. Apresenta, também, o que denominou de *Ciclos da Alma*, a partir de uma perspectiva reencarnacionista, e apresenta 7 períodos de nascimento com duas polaridades cada um, ao longo dos 365 dias do ano. Esses períodos poderiam ser vistos em perspectiva semelhante à do zodíaco, que é, no entanto, apresentado em 12 ciclos, ou signos, com duração de mais ou menos 30 dias.

Assim, tanto ritmos e ciclos físicos, quanto períodos e fases de desenvolvimento, podem ser observados como marcos na biografia humana.

7.3 - A Jornada do Herói

Nas sociedades industriais a contemporaneidade é marcada por um profundo desrespeito para com os seres humanos. As pessoas viraram recursos - Recursos Humanos, quando não viraram capital - Capital Humano, pois tudo gira em torno da economia e do consumo. O marketing apela para todas as fragilidades e inseguranças das pessoas a fim de levá-las a consumir produtos que não precisam. Um reducionismo extremo, em todos os níveis sociais, retiram da vida seu real significado.

Embora marcada por ritmos e ciclos, a vida humana, enquanto processo, é uma jornada única, sempre marcada pelas escolhas que as pessoas são capazes de realizar ao longo do caminho. O ser humano está criando e recriando seu mundo constantemente, entretanto, ele só se sente realmente enraizado quando é capaz de situar-se simultaneamente na história e na eternidade, percebendo seus ritmos e ciclos, e integrando-os à dimensão de suas escolhas, a fim de atribuir significado a sua jornada heróica, na construção de si mesmo.

Segundo Campbell (2003), o herói é alguém que dá o melhor de si em sua ação, dando a própria vida para realizar algo que seja maior que ele mesmo. Tal proeza pode caracterizar uma jornada em busca de algo que tenha sido usurpado, ou mesmo de alguma coisa que sempre esteve em falta. Esse "algo que falta" e que é buscado ardentemente, pode ser um objeto, uma espada, um cálice, um anel, uma atitude, a defesa de um território, ou ainda, a proteção de uma pessoa. Trata-se normalmente de um elemento que, revestido de caráter simbólico e sagrado, confere à ação ou postura do herói um valor intangível.

A jornada do herói, enquanto caminho, é obrigatória e precisa ser percorrida, não havendo outra opção. Os desafios propostos a ele durante sua trajetória devem requerer-lhe o máximo de suas capacidades. Pode lhe ser requerido o uso de suas capacidades físicas para a escalada de uma montanha ou travessia um deserto, por exemplo, ou suas capacidades espirituais ou morais, para vencer provações manifestas em tentações carnais, ou mesmo

comportamentos de ordem fisiológica, como suportar a fome ou o sono. Do ponto de vista arquetípico ou mítico, o herói sempre vence o desafio proposto, caso contrário não seria um herói.

A Jornada Heróica pode ser entendida como organizada em três fases: (a) Fase de Preparação, (b) Fase do Trilhar o Caminho propriamente dito e (c) a terceira a Fase do Retorno.

A Fase da Preparação pode ocorrer de modo consciente ou inconsciente. Consciente, quando trabalhada por um período durante o qual o herói se submete a um determinado tipo de treinamento, a título de preparação, ou pode ser inconsciente, quando o herói é jogado em sua busca de maneira abrupta, em função de uma situação emergencial que tenha ocorrido, como uma catástrofe, que exija providências imediatas. Trilhar o Caminho é a fase chave da jornada, durante a qual o herói provará seu valor, por suas competências e destrezas, sejam elas físicas ou de caráter. O Retorno é a fase em que o herói entrega o bem maior conquistado em sua jornada em prol da comunidade, recebendo em troca disso os louros, ou o sempre merecido reconhecimento por sua ação.

Nos dias atuais pode haver certa confusão entre os termos líder e herói, de modo que um possa ser tomado pelo outro. Do ponto de vista tradicional, porém, há uma diferença entre ambos. O líder é aquele que estava à frente de uma situação e, percebendo que algo precisava ser feito, o fez. Tal ação foi necessária, e assim o líder contribuiu para reparação ou a conquista de um

determinado aspecto social. Já o herói é aquele que ao realizar sua ação reparadora, vai além. Sua contribuição transcende a dimensão da reparação, para de forma mais profunda e significativa, contribuir para a evolução da sociedade ou da humanidade. Assim, pode-se afirmar que nem todo líder é herói, mas todo herói é líder, ainda que seja de si mesmo.

Todo ser humano traz algo de heróico em si mesmo, Pearson (1991) adverte que muitas pessoas, senão a maioria delas, acham-se tão desconectadas de sua real natureza, que parecem não possuir alma, estando portanto, incapazes de perceber a dimensão heróica da própria existência.

A biografia de uma pessoa é, assim, um reflexo de sua jornada heróica nas poeirentas estradas da vida; desde o nascimento até a morte, a biografia é marcada por ritmos e ciclos, que atuam como marcos, e por inúmeros a serem vencidos e provações a serem suportadas. Campbell afirma ser esta a razão de existirem tantos mitos heróicos nas diferentes culturas do planeta.

Como uma peça do grande esquema cósmico, a jornada heróica do ser humano consiste em descobrir e transcender a si mesmo. Descobrir e atualizar o próprio potencial de ser, por meio da consciência gerada pelo circular da energia psíquica. Esse é o grande desafio heróico: superar os obstáculos, administrar os conflitos e superar as limitações que o dia-a-dia da vida impõe em inúmeras vicissitudes. Isso confere à jornada humana a grandiosidade e a coloca no rol das proezas heróicas, que merecem ser rememoradas.

O nascimento apresentam-se como a primeira prova apresentada ao herói: ele deve transcender o ser aquático que vivia no aconchego do útero materno, para o surgimento do mamífero terrestre.

Se por um lado a infância é um período de grande dependência e limitação, pois se vive sob a supervisão ou tutela de alguém, recebendo recompensas ou punições pelas suas ações, por outro, é também um período de transcendência, pois demanda controle das funções básicas do corpo, domínio do deslocamento no espaço tridimensional, aprendizagem das formas de comunicação verbal, além de tantas outras funções. Trata-se de uma grande epopéia comum a todos os seres humanos, que muitas vezes cai no esquecimento, tornando-se algo aparentemente banal.

Depois de dominar diferentes espaços, o herói humano tem um novo desafio, que se inicia com a socialização secundária, quando ele vai para a escola, ou quando vivencia a separação da mãe de alguma forma, ou ainda, quando tem que dividir seu espaço por ocasião da chegada de irmãos. Tratam-se de marcos importantes na história de uma pessoa. A progressão escolar em séries e graus é um outro elemento importante. Cada série vencida é como uma batalha ganha ou uma iniciação realizada.

Novo marco surge quando o corpo físico volta a se constituir em desafio na puberdade e adolescência. É quando começa outro desafio, pois todo um novo sistema de exigências começa a ser anunciado através do corpo. Durante essa fase de grande vulnerabilidade, o ser humano está a mercê uma vez mais de

perigosas influências do meio externo, da mesma forma como está se abrindo para as influências de seu próprio Eu Interior. É um período delicado, pois uma excessiva exterior, pode levar à perda da conexão com o interior; e vice-versa. Deve-se, então, buscar o equilíbrio. Trata-se de um período em que o herói humano é chamado a enfrentar dificuldades para encontrar seu centro de bemaventurança.

Nesse período realiza-se a escolha vocacional a partir de um modelo arquetípico para sua jornada, que lhe pareça adequado a suas necessidades e aspirações e lhe traga felicidade. Então, normalmente, sobrevém o casamento e a maternidade ou paternidade.

A vida profissional é, sem dúvida, um dos mais importantes âmbitos da vida humana contemporânea. A construção da carreira constitui um dos desafios mais valorizados da sociedade ocidental.

É sempre importante estar atento para do acaso, que muda o destino, afirma Campbell, sendo fundamental que o herói assuma a responsabilidade por todas as adversidades de sua jornada, pois isso mobiliza sua vontade e o força conscientemente para a ação, o que possibilita compromisso com o enfrentamento das constantes mudanças da vida. Deve, então, encontrar seu centro de calma interior, onde reside o poder e a partir do qual será capaz de enfrentar qualquer desafio.

A principal orientação deve ser buscada em sua bússola interior que sempre aponta para esse centro de calma onde estão os potenciais da ação. Ela aponta, também, para os momentos especiais do encontro consigo mesmo, que constituem as referências fundamentais, na busca de seu Caminho Sagrado. Por Caminho Sagrado entende-se a auto-atualização plena dos potenciais.

Nos momentos mais dramáticos da jornada, segundo Campbell (2003) o herói demanda o apoio de um Elder, um Sábio ou Mentor. Nas sociedades ocidentais esse papel vem sendo exercido por psicoterapeutas, conselheiros, ou *personal Coachs*, que apóiam o herói e o ajudam a encontrar a força necessária para prosseguir em sua jornada.

O fim da jornada heróica é marcado pelo enfrentamento do medo da morte. Segundo Campbell, ao dominá-lo o herói encontra a alegria de viver, reunindo, portanto, forças para o renascer na vida do espírito, aceitando a transição inevitável que um dia chegará, como parte da existência. Neste contexto o herói torna-se sábio e cresce em consciência, preparando para o retorno à Fonte.

Embora a sociedade da pós-modernidade estejam sob ritmo acelerado e grande desenvolvimento tecnológico, num ambiente poluído e contaminado pela mídia, a busca interior do homem, em sua tarefa de se autodescobrir, permanece inalterada. Assim, a jornada do herói é o pressuposto básico para a afirmação das próprias crenças e convicções. Um percurso biográfico chega a

um final feliz quando o herói consegue reconhecer e atribuir significado à sua própria existência.

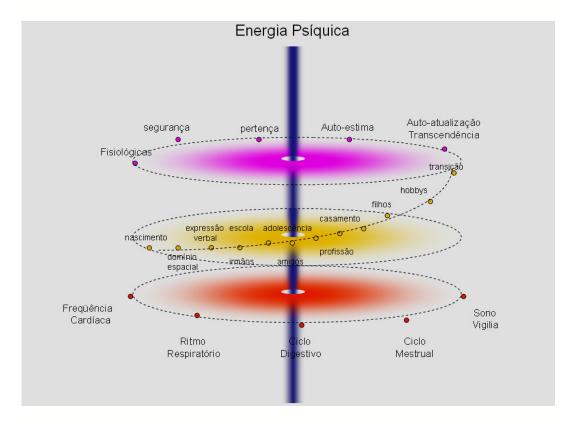


Fig. 10 - Biografia: Jornada Heróica e os Marcos de Desenvolvimento

Capítulo 8

O PROCESSO DE COACHING: PRÉ-REQUISITOS, FERRAMENTAS E SISTEMÁTICA

Neste capítulo apresento a sistemática básica de interação, aconselhamento ou o processo de *personal coach*, que inspira-se nos princípios da Abordagem Centrada na Pessoa. Além de seu esse processo caracteriza-se por sua agilidade, pois sua duração, em torno de quarenta dias, ou seis semanas³⁶. Difere de outros processos de coaching, basicamente por três aspectos principais: (a) trata-se de um processo em EaD; (b) não é centrado na queixa inicial do participante, mas a coloca em diálogo com a biografia e (c) realiza uma sondagem do Eu Interior por meio do Jogo da Transformação, adiante descrito.

³⁶ Temos registros de pessoas cujos processos duraram em torno de 80 dias, visto que elas foram levadas para outros grupos em função de um ritmo mais lento de reflexão.

8.1 - Pré-requisitos de caráter eletrônico: equipamentos e sistema

É fundamental que o *personal coach* esteja bem equipado, para que sua ação virtual tenha qualidade. O equipamento básico recomendado consiste no seguinte:

a) Computador com a seguinte configuração básica:

- Processador: Intel Celeron M 420 (1MB LB2 de cache, 1.6Ghz) ou equivalente
- Gravador de DVD
- Leitor de DVD
- Gravador de CD
- Leitor de CD
- Floppy
- HD: 60GB
- Memória RAM: 256MB DDR2 400 SDRAM
- Cache: 1MB LB2 cache
- Barramento: 400/FSB
- Monitor Tamanho da tela: 15" XGA (plana)
- Placa de som: On-board
- Placa de vídeo: Vga Intel Mobile 910 (on-board)
- Placa de fax: Fax modem 56K V.92 (on-board)
- Placa de rede: 10/100
- Sistema Operacional Windows

- Drives (armazenamento): DVD/CD-RW (Gravador de CD e leitor de DVD)
- Wireless: Rede Integrada c/ Wireless 802.11b/g
- Velocidade do Wireless: 802.11b/g

b) Outros Periféricos Recomendados:

- Scanner
- Webcam
- Fone de ouvido com microfone acoplado
- Impressora

c) Acesso à Internet

• Em banda larga de alta velocidade

d) Softwares Básicos:

- Sistema operacional Windows
- Microsoft Office
- Skype
- Windows Live Mensenger (MSN)
- Yahoo MSN
- WINRAR
- WINZIP

8.2 – A Importância da Fluência Digital no Suporte Técnico

O *personal coach* precisa estar preparado para oferecer suporte técnico ao participante e por isso é fundamental tenha fluência digital. Deverá dominar os programas que estiver utilizando, para poder oferecer ajuda ao participante. Por exemplo, deve ser capaz de auxiliar o participante a localizar e instalar um programa (gratuito) de mensagens instantâneas, do tipo *MSN* ou *Skype*. Deve conhecer bem as ferramentas do *Word*, particularmente de inserir comentários, se decidir usá-la para se comunicar com o participante.

8.3 - Tipos de Comunicação: E-mails

Já se afirmou que o e-mail é a ferramenta mais usada no processo de interação. Os e-mails no processo Self-E são basicamente de três naturezas:

- Informativos Contêm as informações básicas para utilização dos recursos técnicos e operacionais, como senhas e logins de acesso ao AVA. Também podem versar sobre técnicas de organização de um currículo, ou da vida financeira do participante.
- De Sensibilização ou Motivacionais Contêm textos para reflexão, visando sensibilizar e motivar o participante para o conteúdo de um determinado módulo.
- De Aprofundamento Normalmente e-mails escritos como réplicas ou tréplicas de outros e-mails, solicitando que o participante aprofunde um determinado aspecto de sua reflexão.

8.4 – Processo de Mapeamento da Informação

Ferramentas de organização são usadas pelo *personal coach* para mapear as informações no material (texto) enviado pelo participante, de modo a localizar com destreza os pontos relevantes da história de cada participante. Estas ferramentas podem ser dividas em Ferramentas Eletrônicas e Matriz de Categorização.

- a) Ferramentas Eletrônicas Basicamente oferecidas no processador de texto Word da Microsoft, são elas:
 - Realçador de texto Encontrado na barra de ferramenta, permite que o texto seja grifado, como se estivesse sendo usada uma caneta.
 O personal coach pode assim grifar com diferentes cores o texto salientando conteúdos específicos e seu grau de importância. Eu trabalho basicamente com três cores: Amarelo para informações importantes; Azul para informações muito importantes e verde para informações extremamente importantes. (Ver Fig. 11)

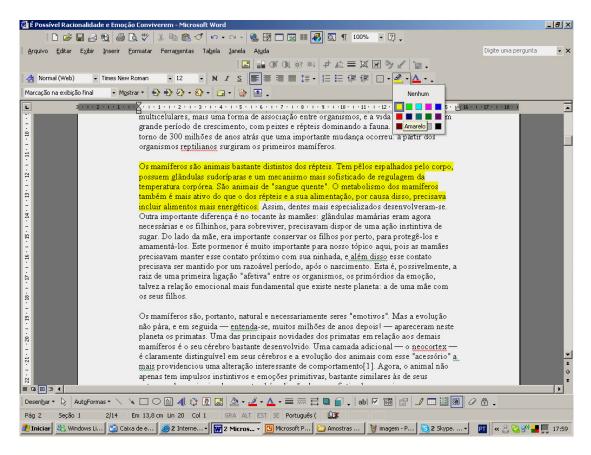


Fig.11 - Ferramenta de Realçar Texto do Word

• Inserir comentário – A ferramenta de inserir comentário é extremamente útil para fazer observações sintéticas sobre os trechos do texto. Eu a uso em replicas ou tréplicas, enviando o próprio texto do cliente comentado como anexo em um e-mail, ou para rascunhar trechos que utilizarei numa comunicação futura, ou ainda para sintetizar conteúdos. A figura a seguir demonstra onde localizar a ferramenta no programa.

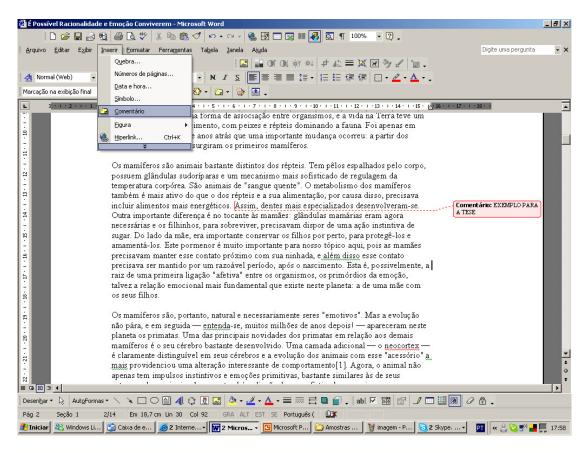


Fig. 12 - Ferramenta de Inserir Comentário

b) Matriz de Mapeamento Biográfico – Após usar as ferramentas eletrônicas para selecionar a informação relevante no texto do participante, a Matriz é utilizada procurando resumir num único documento as épocas dos principais acontecimentos da vida do participante, de acordo com sua própria percepção. Há espaço também percepções e observações do *personal coach*:

Fonte	Situações e Cronologia	Pontos Fracos	Pontos Fortes	Desafios (observações do Coach)

- Fonte Documento (e-mail) de onde foi retirada a informação;
- Situações e Cronologia

 Situações-problema apresentadas,
 conflitos ou problemas e as eventuais causas e conseqüências, além
 da cronologia dos fatos narrados;
- Pontos Fracos Tristezas, decepções, fraquezas, vergonhas e incompetências narradas;
- Pontos Fortes Alegrias, desafios, potencialidades, orgulhos e competências narradas;
- Desafios Metas e objetivos propostos, expectativas e desejos de transformação, objetivos, além das observações do personal coach.

8.5 – Fluxo de Comunicação no Processo

A fim de deixar bem clara a sistemática de Interação entre o *personal coach* e o *coachee*, passo a relatar como se dá o fluxo de comunicação durante o processo.

Os primeiros dias do processo são bastante delicados, principalmente para pessoas que têm pouca fluência digital. Normalmente são requeridos muitos contatos entre o *personal coach* e o participante, que deve receber todo o suporte técnico necessário para ambientar-se ao sistema. Às vezes além de email e mensagens instantâneas via MSN, são requeridos contatos telefônicos, para que o participante sinta-se seguro em interagir no processo.

Realizados os procedimentos burocráticos de inscrição, o *personal coach* se apresenta enviando um E-mail de boas-vindas ao participante, com uma mensagem de sensibilização. O texto usado na abertura do Capítulo 4, "O Trem da Vida" é um exemplo de texto enviado como mensagem de boas-vindas.

O segundo contato é realizado através de um comunicado mais complexo de caráter informativo, que situa o participante nos trâmites operacionais do processo. Nele são encaminhados o nome de usuário e a senha de acesso ao Ambiente Virtual de Aprendizagem, bem como, são fornecidas as instruções básicas para a troca de e-mails e o arquivamento dos sucessivos conteúdos da comunicação.

Após essa troca inicial de e-mails, o *personal coach* libera no AVA o primeiro Módulo do Processo e envia um texto para que o participante inicie a reflexão biográfica.

Ainda no Módulo I, segue-se um período de latência (silêncio), durante o qual o o participante dedica-se à reflexão e à redação de sua biografia sua biografia.

Em cada módulo há uma série de estímulos que vão sendo apresentados ao participante, através de e-mails, quanto através de material disponibilizado no AVA. Na Figura 13 é possível dimensionar o processo de estimulação realizado pelo *personal coach* para que o participante sinta-se motivado a realizar sua reflexão biográfica. O mesmo esquema é utilizado nos demais módulos.

Se na comunicação entre o *personal coach* e o participante ocorrer um período de silêncio por mais de 48 horas, normalmente é disparado um e-mail de "Checagem de Processo" (sem numeração), com uma frase ou um texto de efeito, relacionado ao conteúdo que está sendo trabalhado pelo participante, apenas para verificar se ele está refletindo sobre seu processo e, ao mesmo tempo, mostrar que o *personal coach* está à disposição para ajudá-lo naquilo que for preciso.

"Em caminho longo, passo curto". (Jean Racine)

O *personal coach* deve, entretanto, ser bastante cauteloso com esses e-mails para não enviar algum texto ou uma frase que direcione a reflexão do participante ou o faça sentir-se pressionado.

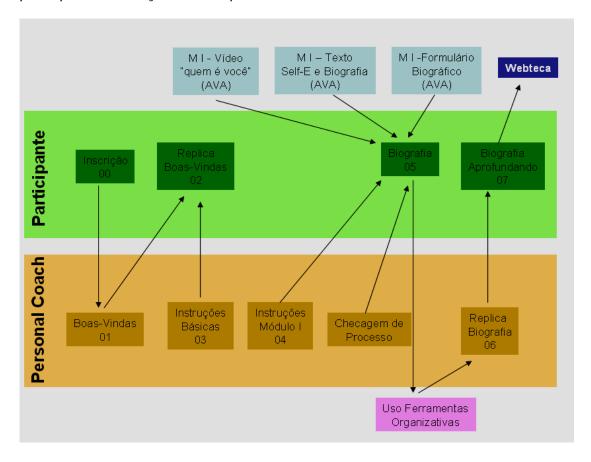


Fig.13 - Fluxo de Interação no Processo Self-Empowerment

8.6 – Estrutura das Devolutivas no *Coaching*

O processo de *coaching* propriamente dito, se dá na troca de e-mails entre o participante (*coachee*) e o *personal coach*, conforme demonstrado na figura 13. O momento em que o *personal coach* tece seus comentários sobre a biografia do participante é, sem dúvida, um momento chave, profundamente delicado no processo. Constitui um marco decisivo para a estruturação do vínculo que vinha estabelecendo-se entre o participante e o *personal coach*.

Quando o participante escreve sua história no calor da emoção, promovida pelas diferentes formas de estimulação do processo, o resultado é muito rico, pois a pessoa abandona temporariamente suas defesas para elaborar o texto, ficando suas forças e fragilidades logo evidentes. As pessoas têm escrito normalmente assim, no calor da emoção. Gostam de falar de si mesmas, de contar sua história, pois estão realmente interessadas em ampliar o grau de conhecimento que têm de si. Pessoas com menor fluência digital, entretanto, encontram maior dificuldade em fazê-lo e às vezes lançam-se à biografia por meio do formulário biográfico.

a) Devolutiva Sintética da Biografia

A primeira devolutiva é normalmente sintética, ou seja, o *coach* faz uma leitura atenta da biografia, localizando as fases de desenvolvimento por meio da Matriz de Mapeamento Biográfico e devolve ao participante uma síntese de sua história.

O fato de ter sua história narrada por outra pessoa que a leu atenta e empaticamente, faz com que o participante queria comentá-la naturalmente. Esta é uma característica comumente gerada pela Compreensão Empática, conforme enfatiza Carl Rogers em sua obra. O que acontece, então, é que normalmente a pessoa retorna agradecida, comentando os pontos de concordância e fazendo comentários e acréscimos à sua história:

"Preciso lhe dizer que tenho confiança em você. Sei que você me quer o bem e posso sentir em meu coração e levarei a sério as nossas reflexões, não só hoje mas por muito tempo em minha vida. O que eu aprender e vivenciar será para sempre. Você pode se sentir à vontade para expressar suas impressões. Concordo com você que nos tornamos gente ao longo de experiências e nessa biografia lembrei de muitas coisas e de outras que eu não escrevi porque naquele momento não lembrava, mas a idéia geral de minha vida acredito ter conseguido passar a você na escrita. (...)" ³⁷

Dependendo do status do contrato de cooperação (confiança) o *personal coach* pode avançar um pouco para perguntas. Outras vezes espera a réplica do participante para avançar, aproximando-se dos núcleos de dificuldades que naturalmente surgem na escrita e nem sempre estão vinculados à queixa inicial do participante.

b) Devolutiva Heróica-Mítológica

Quando o processo de *coaching* acha-se estruturado e o vínculo entre o *personal coach* e o *coachee* fortalecido, pode-se utilizar uma devolutiva em

³⁷ Publicado mediante autorização.

forma de mito. A história do participante assume um tom completamente diferente, ganha o formato de conto, ou mito, ambienta-se num tempo passado, numa cultura distante, normalmente em conexão com a história do participante. Os marcos de desenvolvimento que foram levantados por meio da Matriz de Mapeamento Biográfico são utilizados como guias e então o mito pessoal se descortina. Os nomes são alterados: às vezes os construo escrevendo-os de traz para frente, o que faz com que soem como nomes "estrangeiros". Veja o trecho a seguir:

"O Desafio derradeiro de Xu"



"O rapaz era artesão e a moça era uma aia do castelo. Embora suas funções fossem modestos e eles morassem numa pequena aldeia próxima ao castelo, o fato de terem vindo de um país distante fazia deles

figuras curiosas para os aldeões que os admiravam, chegando a ver neles traços de nobreza. Fato que fora reforçado quando o rapaz adquiriu uma montaria que refletia as virtudes dos mais belos corcéis da região. Eles tiveram quatro filhos, coisa comum para a época. O primeiro filho, um menino, foi bastante desejado, mas destronado logo que o segundo filho, um lindo menino, chegou. Os outros dois vieram bem mais tarde. (...)"38

Ao trabalhar com o mito pessoal às vezes recorro a imagens a fim de contextualizar uma época, como no exemplo acima. Essas imagens são localizadas em sites de busca na Internet.

_

³⁸ Nome fictício. Publicado mediante autorização.

Novamente, todo cuidado deve ser tomado para recontar a história sob a forma de mito, tarefa, aliás bastante trabalhosa. O *personal coach* deve ater-se aos fatos e encontrar a linguagem metafórica adequada para recontá-los dentro do universo do próprio participante. Aqui há um acordo tácito entre os participantes de modo que a linguagem mitológica possa ser usada sem ferir o contrato de cooperação descrito no capítulo cinco. Os resultados têm sido surpreendentes e possibilitam um fortalecimento do vínculo, bem como, permitem que a pessoa olhe para sua vida de maneira diferente.

Quando chego ao nível de contar um mito é porque o quadro de forças e fraquezas do participante já está bastante claro, indicando que a passagem para o Módulo II do processo está próxima. ³⁹ Veja esse retorno de um participante após leitura de seu mito pessoal.

"Sou grato, do fundo de meu coração, pela história da minha vida que você escreveu com tanta precisão e com tanta sensibilidade. Grato, grato! Não é preciso alterar, acrescentar ou retirar nada." 40

É sempre importante deixar aberta ao *coachee* a possibilidade de fazer acréscimos e alterações ao mito pessoal.

³⁹ O Tópico "Forças e Fraquezas" será objeto de discussão mais adiante ao se tratar o Módulo

II. ⁴⁰ Publicado mediante autorização.

8.7 – Material Individualizado de Apoio (Webteca)

Enquanto os módulos fornecem um conteúdo padronizado desenvolvido para todos os participantes, a *Webteca* ⁴¹ vai sendo formada por diferentes conteúdos de caráter motivacional ou informativo, particularizado para um participante. São basicamente quatro as mídias utilizadas: Textos, Vídeos, Áudios, sites especializados.

Esse material é selecionado muitas vezes em função da temática de um participante. Por exemplo, o vídeo da "Música Epitáfio dos Titãs" foi indicado para um participante que estava repensando a vida após uma doença grave. Esse conteúdo passa a fazer parte do acervo da Webteca e poderá ser usado em outra circunstância, para outra pessoa. Às vezes são indicados conteúdos genéricos para estimular a reflexão.

⁴¹ Palavra formada pela junção de *Web* (teia em inglês, em referência www – *World Wide Web*) *Teca* (de biblioteca) – O termo foi apresentado pela Profa. Stela Piconez da FEUSP no Disciplina: "Ambientes Virtuais de Aprendizagem Cooperativa Apoiada por Recursos da Internet: Novos Desafios, Novas Competências (2005).

PARTE IV

JOGO, TRANSFORMAÇÃO E DINAMISMO PSÍQUICO

"O espírito está sempre aqui, conosco, ao nosso redor, dentro de nós. Mas não há atalhos para essa percepção. As práticas místicas eram consciência ampliada; mas se não estiverem fundadas em uma vida responsável nesta dimensão, não levam a lugar nenhum. (...) O espírito nos dá, aqui e agora, tudo que precisamos. Para evoluir, não buscamos o que está em outro lugar; damos atenção ao que está bem diante de nossos olhos, e o acolhemos. Só então é possível dar o próximo passo em qualquer nível no qual estivermos trabalhando." (MILLMAN, 1997, p. 140)

O paradoxo é talvez uma característica indelével do ser humano e assim é com o jogo, desvalorizado pelo ocidente, mas incrivelmente presente nas sociedades tradicionais. O jogo, sobretudo o jogo oracular, é ainda um elemento extremamente reverenciado como instrumento de orientação. Assim, entre os jogos tradicionais em uso na atualidade, surge no seio do Movimento New Age, em Findhorn, na Escócia, o Jogo da Transformação, como uma ferramenta de autoconhecimento e resolução de conflitos. O uso desse instrumento tem sido empregado no único encontro presencial do Método Self-Empowerment, como recurso de acesso ao Eu Interior e de identificação de potencialidades do participante e de bloqueios à atualização dessas

potencialidades. Este são os aspectos abordados nesta seção, em três capítulos:

Capítulo 9 – Jogo: Transcendência e Cultura

Capítulo 10 - O Jogo da Transformação: Origem, Estrutura, Dinâmica e Interpretação

Capitulo 11 – Dinamismo Psíquico no Jogo da Transformação

Capítulo 9

O JOGO: TRANSCENDÊNCIA E CULTURA

9.1 – Aspectos Culturais do Jogo

Segundo Caillois (1990), o jogo é uma atividade livre e voluntária, fonte de alegria e divertimento. É uma ocupação cuidadosamente isolada do resto da existência, delimitada no tempo e no espaço. Cria uma situação de submissão à regra, numa ação incerta, visto que não é possível prever com certeza seu resultado. A criatividade em encontrar soluções plausíveis e inovadoras, dentro dos limites da regra, é seu principal desafio. Essa característica de liberdade de ação do jogador pode ser uma das explicações para o prazer que o jogo sempre proporcionou ao longo da história do homem. Esse prazer se relaciona com a dimensão *ludens* do ser humano, conforme apresentado por Huizinga (1999).

Ao apresentar seus seminários sobre Jogos Cooperativos, Brown costumava perguntar aos participantes o que lhes sugeria a palavra "jogo", pois segundo ele, "a palavra jogo pode sugerir uma série de idéias e imagens. Às vezes parece que o jogo tem a ver com coisas de menor importância, relacionadas com tempo livre, o ócio e até a implicação de que é algo infantil" (BROWN, 2001, p. 12)

Diferentes tipos de jogos coexistem nas muitas culturas do planeta e geralmente transitam entre dois extremos: Jogos baseados exclusivamente na aptidão, na destreza, na competência pessoal do jogador e outros que dependem exclusivamente do acaso ou da sorte. São comumente classificados em duas categorias: infantil e de adulto. Macedo (2006) traz interessante contribuição para esta questão, ao apresentar uma relação entre jogo e projeto. Segundo esse autor o jogo possibilita uma dimensão de ser, enquanto o projeto possibilita uma dimensão de tornar-se. O prazer pelo jogo reflete ainda dois estados paradoxalmente inerentes à condição humana - o de adulto e o de eterna criança.

Na sociedade ocidental, centrada no consumo e na produção de bens, o jogo é visto como uma ação não produtiva, pois não gera bens. É curioso observar, entretanto, que nesta mesma sociedade que banaliza o jogo como atividade improdutiva, os jogos de "azar", como os encontrados nos cassinos, que dependem do acaso, ou de um nível de raciocínio probabilístico avançado, são amplamente valorizados, em cima dos quais geram-se muitas divisas. Há, como se vê, uma valorização indireta, ou invertida, do jogo. Ao lado destes, os

esportes, uma modalidade de jogo que enfatiza as competências e destrezas físicas, também são amplamente valorizados, enfatizando-se ao extremo seu caráter competitivo.

Agora na era da informação e da tecnologia os jogos eletrônicos via Internet, ou não, vêem ocupando cada vez mais um papel de destaque como ação lúdica e, é claro, econômica. Eles enfatizam a competição, mas também a cooperação, principalmente quando realizados em rede via Internet, o que é cada vez mais comum: quando vários participantes unem-se para vencer um desafio.

Nas sociedades tradicionais, como a oriental e a africana, por exemplo, o jogo encontra valorização. Principalmente aqueles que, conforme Pennick (1992), apresentam características oraculares. Nessas sociedades, esse tipo de jogo se constitui uma atividade fundamental para orientação pessoal, pois é por meio deles que uma pessoa pode perceber seu lugar no jogo da vida. Ribeiro (1996) descreve a consulta oracular pelo Jogo de *lfá* realizada pelos iorubas (África Ocidental) para compreensão de seu movimento pessoal no grande tabuleiro da realidade. O mesmo acontece com os chineses, ao usarem o jogo oracular *I Ching,* conforme descrito por Willhelm (1995). No Brasil, como em outros países da diáspora africana é bastante comum a utilização do jogo de búzios como recurso de orientação existencial.

9.2 - A Natureza Transcendental do Jogo

Muitas das considerações feitas por Pennick (1992) em *Jogos dos Deuses*, mostram-se úteis para uma maior compreensão a respeito do emprego do Jogo da Transformação no contexto do Processo *Self-Empowerment*.

"Os seres humanos sempre sentiram que a vida transcende o mundo material imediatamente aparente e que é possível ultrapassar os limites do corpo e do tempo. Em vista disso, inúmeros métodos foram desenvolvidos com o passar dos séculos, na tentativa de superar os óbvios limites do conhecimento humano. A ciência é um deles, o estudo do mundo material baseado em observações e experiências. A adivinhação é outro. Ela compreende todos aqueles métodos por meio dos quais os seres humanos vêm se empenhando em obter a sabedoria oculta, em especial o conhecimento do futuro". (PENNICK, 1992 p.9)

A adivinhação é, fundamentalmente, uma forma de obter informações a respeito do passado e do futuro, por meio da alteração do estado de consciência. Os jogos nasceram neste contexto, quando se buscava, por meios transcendentais, para entender a condição humana.

A busca pela adivinhação, desde tempos remotos até os atuais, ocorre normalmente em situações de crise. Quando o presente parece desordenado e não se consegue compreendê-lo com clareza, ou quando se precisa avançar para um terreno desconhecido e se deseja fazer uma sondagem prévia do caminho à frente.

O jogo da adivinhação pode ser compreendido como um jogo da imanência entre o Eu Interior (Self) o Eu Exterior (Ego). O desafio está em transcender a condição limitadora da situação vivida (crise) para avançar rumo a uma nova condição, através do alinhamento, ou da congruência, entre os *Eus*, o que possibilita orientar a ação.

Neste sentido, a imanência leva à necessária transcendência, o que parece ser um paradoxo. Mas isso significa acessar um outro Nível de Realidade, mergulhar no Campo da Potencialidade Pura para vislumbrar aquilo que está para acontecer, ou "consultar" os Arquivos Acásicos para descobrir o que já aconteceu. Em outras palavras, significa escrutinar a realidade a partir de uma perspectiva a-temporal (fora do presente imediato) para entendê-la em função de ocorrências do passado ou pela sondagem do que está por vir. Ao sondar o "por vir", entretanto, corre-se sempre o risco de erro, pois o futuro está em constante mutação.

Os jogos de adivinhação exigem sempre um intermediário, alguém capaz de mergulhar no espaço entre mundos, e de ampliar a visão do presente. Tradicionalmente, em sociedades indígenas, esse lugar era ocupado pelo Xamã⁴², cuja vidência se dá por meio da alteração do estado de consciência, e pelo mergulho no campo da energia psíquica que circular entre o Eu Interior e o Eu Exterior do consulente. Esta figura arquetípica, o Xamã, tem equivalentes em outras sociedades tradicionais.

⁴² Termo que deriva da palavra *tunge-siberiana saman* que significa "*exaltado*" ou "*excitado*".

Os estados alterados de consciência, como os de transe e delírio, vivenciados pelos xamãs, são amplamente buscados e valorizados por correntes da Psicologia Transpessoal. Do ponto de vista psicoterapêutico, Grof (1997), em sua psicologia experiencial, afirma que a promoção de tais estados leva a uma ampliação do sintoma que está incrustado no inconsciente nos traumas e que impedem o processo de fruição da energia psíquica. Deste modo, a descarga dessa energia ao nível corporal permite que o trauma seja revivido e, a energia psíquica possa retomar seu fluxo natural, decorrendo disso.

Para que se possa melhor compreender estes estados, Grof (1997, p. 58-59) apresenta a seguinte lista de estados transpessoais, afirmando, entretanto, tratar-se de estados inefáveis, de difícil descrição verbal, pois ocorrem em níveis de realidade cujos limites referenciais são transcendidos. A lista é a seguinte:

- I. Extensão experiencial dentro da realidade do Espaço-Tempo consensuais:
 - 1. Transcendência dos Limites Espaciais
 - a. Experiência da Unidade Dual
 - b. Identificação com Outras Pessoas
 - c. Identificação Grupal e Consciência Grupal
 - d. Identificação com Animais
 - e. Identificação com Plantas e Processos Botânicos
 - f. Unidade com a Vida e com Toda a Criação
 - g. Experiência da Matéria Inanimada e de Processos Inorgânicos
 - h. Consciência Planetária
 - i. Experiência Extraterrestres
 - j. Identificação com Todo o Universo Físico

- k. Fenômenos Psicológicos que envolvem Transcendência de Espaço
- 2. Transcendência dos Limites do Tempo Linear
 - a. Experiência Embrionárias e Fetais
 - b. Experiências Ancestrais
 - c. Experiências Raciais e Coletivas
 - d. Experiências de Vidas Passadas
 - e. Experiências Filogenéticas
 - f. Experiências da Evolução Planetária
 - g. Experiências Cosmogênicas
 - h. Fenômenos Parapsicológicos que Envolvem Transcendência de Tempo
- 3. Introversão Física e Estreitamento da Consciência
- II. Extensão Experiencial Além da Realidade e do Espaço-Tempo Consensuais
 - a. Experiências Espíritas e Mediúnicas
 - b. Fenômeno Energético do Corpo Sutil
 - c. Experiências de Espíritos Animais
 - d. Encontros com Guias Espirituais e Seres Suprahumanos
 - e. Visitas a Outros Universos e Encontro com Seus Habitantes
 - f. Experiências de Seqüências Mitológicas e de Contos de Fadas
 - g. Experiências de Divindades Pacíficas e Iradas
 Específicas
 - h. Experiências de Arquétipos Universais
 - i. Compreensão Intuitiva de Símbolos Universais
 - j. Inspiração Criativa e Impulso Prometéico
 - k. Experiência do Demiurgo e Insights sobre a Criação Cósmica

- I. Experiência de Consciência Cósmica
- m. O Vazio Supracósmico e Metacósmico
- III. Experiências Transpessoais de Natureza Paranornal
 - 1. Vínculos Sincrônicos entre Consciência e Matéria
 - 2. Acontecimentos Paranormais Espontâneos
 - a. Atos Físicos Supernormais
 - b. Fenômenos Espíritas e Mediunidade Física
 - c. Psicocinese Espontânea Recorrente (Poltergeist)
 - d. Objetos Voadores Não Identificados (OVNI)
 - 3. Psicocinese Intencional
 - a. Magia Cerimonial
 - b. Cura Feitiçaria
 - c. Siddhis
 - d. Psicocinese em Laboratório

Como se pode notar, a partir do enunciado acima, tais estados de transcendência evocam tanto experiências numinosas, luminosas, quanto outras tenebrosas, obscuras. Essas experiências eram, e ainda o são, comumente vivenciadas por Xamãs e outros mestres durante a realização de nos jogos divinatórios, mediados por estados alterados de consciência. Na canalização espontânea de mensagens, ou pela leitura de tais mensagens em objetos intermediários que, por sua vez, configuram propriamente uma situação descrita como a de jogo.

Os padrões transcendentais são interpretados em diferentes formas físicas, desde reflexos na água de fontes consideradas sagradas, em movimentos de nuvens no céu, em padrões geométricos desenhados na areia, no movimento de pássaros no céu, até configurações de vísceras de animais e humanas.

No jogo os objetos intermediários são usados para acessar o conhecimento que transcende o presente. Por meio do lançamento de objetos - flechas, ossos, pedras, varetas – sendo mais comuns nas sociedades ocidentais os dados e os baralhos, busca-se acesso a esse conhecimento.

"Em diversas culturas, o fio tecido num fuso ou a linha que corre por um tear tem uma associação alegórica ou direta como destino e a sina. (...) O giro do fio tem óbvias semelhanças com os visíveis movimentos do céu estrelado ao redor da estrela polar. (...) A fiação é uma das mais primitivas tecnologias de manufatura, onde o tempo era obviamente associado à quantidade de material produzido. A extensão de fio produzido representava, portanto, uma medida de tempo gasto para produzi-lo, criando o simbolismo do fio do tempo, existente em muitas culutras." (PENNICK, 1992, p. 45-46)

Tais padrões geométricos e temporais simbolizados pelo fio formam caminhos que, em última instância, dão origem aos tabuleiros dos jogos.

Capítulo 10

O JOGO DA TRANSFORMAÇÃO: ORIGEM, ESTRUTURA, DINÂMICA E INTERPRETAÇÃO

Neste capítulo apresento a origem, a estrutura dinâmica e a interpretação básica do Jogo da Transformação Versão BOX (versão caixa), de Kathy Tyler e Joy Drake publicado pela Editora Taygeta de São Paulo. Para uma visão mais completa do Jogo da Transformação consulte o Apêndice "O Jogo da Transformação: Uma apresentação detalhada".

10.1- Origem

O Jogo da Transformação nasceu na Comunidade Espiritual de Findhorn no nordeste da Escócia. A Comunidade foi fundada em 1962 por Peter e Eileen Caddy e Doroth McClean. Hoje é um importante centro de pesquisa sobre

sustentabilidade, ligado à ONU, atuando em sete áreas de atividade: cultural, educacional, espiritual, ambiental, econômica, política e de saúde. A Fundação Findhorn, como também é conhecida, mantém programas anuais voltados para essas áreas de desenvolvimento humano (www.findhorn.org.uk).

O Jogo começou a ser elaborado como um passatempo, em 1976, passando por um período de dez anos de desenvolvimento. Gerado pela necessidade de Joy Drake 43 de comunicar seus conhecimentos relativos à formação de comunidades e de prestar serviços usando princípios espirituais. A partir de sua vivência pessoal, ela foi capaz de inspirar a criação de um ambiente de aprendizagem que propiciava aos participantes o acelerar de mudanças em suas vidas, através de uma expansão da consciência pessoal e do conhecimento espiritual. Em 1979 Kathy Tyler 44, professora de meditação, uniu-se à Fundação e, lá estando, envolveu na criação do Jogo da Transformação. Através da sua dedicação e do seu discernimento espiritual, ela tornou o jogo um instrumento refinado, que demonstra o poder da responsabilidade pessoal nos processos de mudança.

"A primeira versão do jogo foi utilizada em 1978 como parte de um seminário chamado "The Art of Synthesis" - A Arte da Síntese. Ele foi realizado no salão de festas de Cluny Hill College, seguindo um grande caminho espalhado pelo assoalho, com vinte

_

⁴³ Joy Drake foi parte do corpo docente da Fundação Findhorn, de 1971 até 1985. Durante este período ela ocupou diversas posições e responsabilidades, inclusive o cargo de Diretora da Educação Interna, Diretora de Pessoal, Encarregada de Admissões e Coordenadora do Programa de Orientação.

⁴⁴ Kathy Tyler fez parte do corpo docente da Fundação Findhorn, de 1978 até 1985. Como educadora e conselheira, ocupou posições na Fundação tais como Chefe do Grupo Governante Interno, Diretora de Pessoal e Conselheira do corpo de assistentes dos departamentos e dos grupos de projetos.

jogadores e cinco facilitadores. Esta versão ainda é jogada e se chama hoje, "Planetary Game"." (DRAKE, TYLER, 2005, p.9)

Em 1980 Joy e Kathy fundaram a *InnerLinks Associates*, uma companhia internacional de treinamento e consultoria, com base na Carolina do Norte nos EUA, de onde dirigem treinamentos a partir do Jogo. Tanto Kathy quanto Joy foram Professoras Assistentes na Universidade de Antioch em Seattle, e na Universidade de Washington.

Olga Cristina A. Balian, proprietária da Taygeta Consultoria e Editora, edita o jogo no Brasil e promove anualmente o Treinamento e Credenciamento de Focalizadores do Jogo da Transformação no Brasil e países de língua portuguesa. Esses treinamentos são realizados através de uma imersão residencial de quinze dias, durante os quais os participantes discutem de modo aprofundado as regras mais aprofundadas do jogo.

10.2 - Minha relação com o Jogo da Transformação

Em 1996, embarquei pra a Escócia, rumo à Comunidade de Findhorn, onde o Jogo da Transformação foi criado. Lá, entretanto, não tive contato com o material, apenas com a Dança Circular, objetivo daquela viagem. De fato, eu já conhecera o jogo antes dessa viagem, voltando ao Brasil, quis participar de uma vivência, mas acabei optando estudá-lo individualmente.

Ao aplicá-lo com alguns pacientes tive oportunidade de explorar as informações fornecidas nas partidas de jogo durante as sessões de psicoterapia. Assim, fui desenvolvendo um método próprio de utilização do jogo, que encontra suporte nas abordagens teóricas com as quais trabalho.

Quando comecei a pensar numa metodologia de *personal coaching* que veio a se constituir no Processo *Self-Empowerment*, imediatamente me ocorreu que poderia haver um encontro presencial. Usar o Jogo da Transformação pareceume, então, uma excelente opção para esse encontro, de modo que este instrumento acabou sendo incorporado como um dos elementos centrais do método. O encontro para a realização do Jogo da Transformação constitui-se hoje no único momento presencial do processo e ocorre durante o Módulo 2.

10.3 – Estrutura e Simbolismo do Jogo da Transformação

O Jogo da Transformação é um jogo de percurso circular, no qual o participante tem um ponto de partida, mas não tem um ponto de chegada no tabuleiro. O jogo procura simular o caminho da vida dos participantes e visa reduzir a confusão própria da existência cotidiana, criando uma situação ideal onde os jogadores possam olhar para as próprias questões com maior clareza. Isso coloca os jogadores em igualdade de condições frente ao desafio proposto pelo jogo: o autoconhecimento.

Do ponto de vista simbólico, a estrutura de evolução das jogadas, do início para o final do jogo, se dá, em conformidade com o *Axis Mundi*⁴⁵ que segundo a tradição barda britânica, conforme descrito por Pennick (1992), determina que a evolução ocorra graças ao trânsito que o participante faz, "subindo" através dos planos de existência, do Nível Físico ao Espiritual, passando pelo Emocional e Mental. O eixo central em torno do qual os planos estão estabelecidos encontra correspondência com o símbolo gráfico utilizado para representar a energia psíquica entre o Self e o Ego apresentada no capítulo 3. (Ver figura 14)

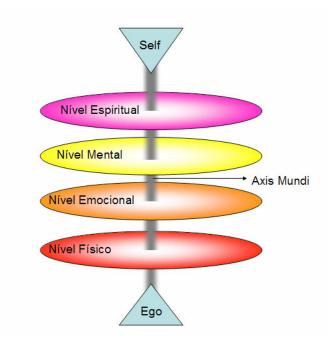


Fig. 14 – Axis Mundi: Do Nível Físico ao Nível Espiritual

No centro do tabuleiro está o círculo de início do jogo que denominei de Círculo Cósmico, a região do não-manifesto, onde o jogo tem seu início. Trata-se de uma zona no tabuleiro, que representa o local onde, simbolicamente, estão os potenciais humanos. Nesta região os jogadores devem colocar seus

١

⁴⁵ Do latim, Eixo Cósmico.

marcadores para iniciar uma partida. O percurso é composto por um pequeno caminho circular de dezesseis casas, onde intercalam-se, em média, uma casa de *Anjo*, com o símbolo de um anjo, e duas casas vazias, compondo no total seis casas de Anjos e dez casas vazias. (Ver figura 15)



(8cm de diâmetro)

Fig. 15 - Círculo Cósmico: Percurso do Centro do Tabuleiro

O desenho do *caminho da vida*, por sua vez, é inspirado num antigo padrão trino celta, o *triskle*. Segundo May (2002), o número três, que representa a tríade, é um elemento fundamental na cultura Celta, podendo ser encontrado à exaustão em seus mitos e símbolos. O *triskle*⁴⁶ é mais uma variação do *design* de nó celta, este, um símbolo propriamente dito derivado da espiral trina, que possui diversos significados, entre os quais o da Santíssima Trindade, do Cristianismo, provavelmente incorporado de maneira sincrética ao simbolismo celta. Sua forma, entretanto, sugere um caminho sem começo nem fim. É importante lembrar que este elemento reporta à cultura local da Escócia, onde o jogo foi desenvolvido. (Ver figura 16).

⁴⁶ As variações desse termo são: trigueta, triquetra.





Fig. 16- Espiral Trina e Triskle Padrão do Design Celta

No tabuleiro são apresentados quatro caminhos em forma de *triskle* (ver figura 18), um para cada participante, considerando-se que, na versão Box, o jogo pode ser realizado por até quatro pessoas em cada partida. Cada caminho desses tem 64 espaços, ou casas, onde intercalam-se repetições dos 11 símbolos ligados às casas. (ver figura 17)



Fig. 17 – Caminho da Vida: Percurso do Jogo da Transformação

10.4 – Objetivos do Jogo da Transformação

Segundo as autoras o Jogo da Transformação objetiva: (a) acessar níveis mais profundos do Self; (b) indicar caminhos para o desenvolvimento de novas posturas comportamentais; (c) esclarecer conflitos de forma criativa; (d) ampliar a consciência de pontos fortes e fracos da personalidade (e) amplicar a consciência sobre crenças e atitudes que impendem o desenvolvimento pessoal; (f) impulsionar o processo criativo; (g) possibilitar o contato com os potenciais pessoais (h) facilitar o processo de comunicação interpessoal (i) favorecer o processo intuitivo (j) tornar claro o processo de julgamento que são realizados; (k) ajudar no estabelecimento de prioridades de ação.

10.5 - Recomendações Gerais para Realização do Jogo⁴⁷

A versão BOX do Jogo da Transformação é apropriada para jogadores a partir de 16 anos de idade e pode ser jogada entre dois e até quatro participantes. As peças completam os elementos do jogo e estão associadas ações de percurso. É recomendável o uso uma mesa redonda para que todos os participantes figuem igualmente distantes do tabuleiro.

⁴⁷ Para um detalhamento das regras e da estrutura do jogo veja o Apêndice: "O Jogo da Transformação: Uma apresentação detalhada".



(dimensões: 41 cm X 41 cm)

Fig.18 – Visão Geral do Tabuleiro do Jogo da Transformação com Baralhos

O Jogo começa com os participantes escolhendo seu Propósito ou Foco Pessoal, ou seja, sua intenção para essa vivência lúdica. Cada jogador é orientado a manter essa intenção presente durante todo o tempo da partida.

10.6 – Encaminhamento Metodológico para Definição do Foco

O Jogo da Transformação começa com os participantes escolhendo o seu Propósito ou Foco Pessoal. A definição do foco é, pois, condição indispensável para a realização de uma partida. No contexto do Processo *Self-Empowerment*, o foco é definido durante o trabalho biográfico, realizado pelo participante com o acompanhamento intensivo do *personal coach*, que com ele estabeleceu um vínculo de proximidade e confiança, implícito no Contrato de Cooperação. A estrutura e dinâmica desse processo favorecem definição do foco, após um minucioso escrutínio das forças e fraquezas do participante, a partir de seu relato biográfico. A coerência do foco com a proposta inicial de participação,

declarada na Ficha de Inscrição e trabalhada durante o processo de *coaching* realizado no Módulo 1.

No início do Módulo 2, antes do jogo, portanto, é fundamental que o participante tome consciência da visão de homem que orienta a proposta *Self-E*, pois esse conhecimento o ajudará a promover a necessária mobilização psíquica, e a assumir a cada vez mais a responsabilidade pelo sucesso do próprio processo. Para atingir essa finalidade criei um vídeo intitulado "A Pessoa Na Perspectiva Transpessoal" de 7'46", que reúne informações sobre a concepção de pessoa segundo a perspectiva humanista transpessoal, já apresentada no capítulo 3 e que é, evidentemente, sintetizada para essa apresentação ao participante. Este é orientado, também, a realizar uma releitura de todos os e-mails trocados com o *personal coach*, de modo que possa estar bem consciente de seu processo, e possa também, realizar uma síntese de seus pontos fortes e fracos para, então, chegar à definição do foco para o jogo. (Ver figura 15)

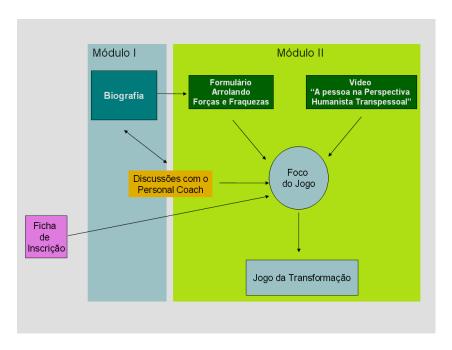


Fig. 15 - Perspectiva Metodológica para Estabelecimento do Foco

Capítulo 11

DINAMISMO PSÍQUICO NO JOGO DA TRANSFORMAÇÃO

Ele acordou antes do relógio despertar. Fez suas orações matinais e tomou um banho quente, finalizado com uma ducha fria. Aquela manhã de maio era fria. Desceu e começou a preparar o café, colocou também pão de queijo para ser assado no forno. Depois, cuidou do cachorro e do passarinho e, enquanto o café passava na cafeteira com os barulhos característicos provocados pela passagem da água quente pelo coador, tirou os carros. Voltou e tomou seu café. Era sábado.

Passados muitos anos, era a primeira vez que estaria recebendo novamente pessoas para o Jogo da Transformação. Abriu o consultório que se localizava numa construção no fundo da propriedade. Lá o ambiente já estava preparado.

Fora preparado no dia anterior. Acendeu a luz do grande aquário, alimentou os peixes. Acendeu um incenso e colocou uma música suave.

No andar superior a mesa do jogo com o material de cada participante já estava igualmente preparada. Além do material do jogo, cada participante receberia uma pasta catálogo com sacos plásticos, arquivo dos documentos concernentes ao processo de *coaching*, bem como seus focos. Os focos de trabalho que haviam sido longamente processados individualmente, com cada um dos *coachees* nos dias anteriores, estavam sobre a mesa. Na verdade com um deles o processo de elaboração do foco só fora encerrado por volta das 23:30 horas do dia anterior. Um sufoco!

Num papel era possível ler:

"Como posso me perdoar, deixar de ser autodestrutivo, aceitar e valorizar quem sou, de modo a conseguir colocar limites em minhas relações pessoais, e com isso atrair pessoas belas para o meu lado sendo mais feliz?"

"Como posso me abrir para o mundo, respeitando minha natureza interior, desenvolvendo minhas potencialidades de modo a ter qualidade de vida?"

"Vou aceitar nas pessoas, e na vida, aquilo que está além de possibilidade de intervir."

"Como me livrar dos bloqueios emocionais que me impedem de agir de maneira assertiva e dar um novo impulso à minha vida profissional?" 48

De repente, a campainha soou, era o primeiro participante, certamente. Desceu para abrir o portão.

- Maria Claudia? Perguntou.
- Sim. Ela respondeu com um sorriso. Luiz?
- Seja bem-vinda. Ele abriu o portão e a recebeu com um abraço...

Eles entraram, enquanto ela comentava sobre sua chegada e sobre o jardim pelo qual passaram ao entrarem. Ele ofereceu-lhe café e trouxe o pão de queijo, cujo aroma preencheu o ambiente. Logo a campainha tocou novamente, outro participante.

Essa narrativa descreve uma rotina que desde aquele maio de 2006 seria repetida quase que mensalmente em função das pessoas que passaram a vir ao consultório para realizar o Jogo da Transformação como parte do Módulo 2 do Processo Self-Empowerment.

A estrutura do Jogo da Transformação é bastante complexa, como já se viu. Uma partida pode ser muito longa, durar mais de oito horas, ou até mesmo dias. Eu estabeleço um período de 4 horas de jogo para processos grupais, que geralmente é realizado num sábado no período da manhã. Este período é suficiente para levar os participantes a mergulharem em sua própria

_

⁴⁸ Exemplos criados a partir de focos reais.

interioridade, buscando encontrar alí valiosas informações para iluminar a problemática que pretendem trabalhar.

11.1 – Mobilização do Eu Interior a partir do Foco

O foco é um elemento fundamental para o jogo, pois o participante ali concentra toda a força emocional mobilizada durante o processo, suas expectativas, seus desejos de mudança, além, é claro, do ponto chave do desconforto psíquico que o levou a procurar ajuda.

A instrução oficial do Jogo para a formulação do foco é a seguinte:

"Comece escolhendo uma questão pessoal com a qual esteja atualmente lidando em sua vida: uma questão que gostaria de resolver ao jogar o Jogo da Transformação. Ao manter esta questão em sua mente enquanto joga, suas experiências no Jogo irão trazer clareza, entendimento, feedback e nova direções pra esta questão específica/ propósito. O Jogo irá atingir o âmago dessa questão, e irá tocá-lo profundamente na medida em que você estiver disposto a experimentar. Seu propósito pessoal ou foco pessoal é muito importante e deve ser escolhido com cuidado, pois ele estabelece todos os estágios que serão percorridos durante a vivência." (TYLER & DRAKE, 2005, p.22)

O vínculo criado entre o *personal coach* e seu *coachee* possibilita uma orientação precisa para a formulação de um foco pertinente ao escopo geral da problemática, nem sempre totalmente clara ao participante. O mapeamento

biográfico e o levantamento dos pontos fracos e fortes são fundamentais nesse processo.

A definição de um foco preciso demanda - e possibilita - uma exploração dos elementos mais profundos da psique do participante, de modo que este possa encontrar e dinamizar a energia psíquica que circula entre os Eus Interior e Exterior, favorecendo o seu processo de autodesenvolvimento.

No relato de abertura deste capítulo apresentei quatro exemplos de foco. É recomendável que o *coachee* formule seu foco com o máximo de precisão possível, até pelo menos 24 horas antes do dia marcado para a partida, de modo que o participante possa ter pelo menos esse tempo para a realização de um exercício de mobilização psíquica.

Como exercício de mobilização psíquica lhe é solicitado que reescreva seu foco de três formas distintas: colocando o foco narrativo, na primeira, na segunda e na terceira pessoas. White (1994) sugere esse tipo de exercício como recurso para mobilizar conteúdos psíquicos que possam dinamizar processos de mudança atitudinal. O'Connor (2004) afirma que a PNL, ao trabalhar com afirmações, mobiliza a pessoa para a estruturação de uma nova realidade, mais condizente aos seus anseios pessoais.

Recomenda-se ao participante que realize o exercício antes de deitar-se à noite, no momento em que sentir estar sendo tomado pelo sono. O mesmo exercício será repetido pela manhã, ou seja, no momento de acordar, quando ainda estiver "assonado". Nesses períodos da transição de consciência, entre o

estado de sono e a vigília, ocorre uma aproximação natural do Eu Interior com o Eu Exterior, o que favorece a absorção de informações subliminares⁴⁹.

11.2 - Mobilização da Consciência a partir do Eu Exterior

Durante todo o tempo de realização do jogo é solicitado ao participante que se concentre em seu foco, ou enfoque pessoal, de modo a estimular a comunicação com o Eu Interior, já sensibilizado com o exercício do foco. Desta forma, cria-se condições para uma intensa movimentação da energia psíquica entre esses dois núcleos da psique, e o participante é levado a tomar contato, a partir de um processo de projeção, com os bloqueios e insights que dificultam e favorecem seu desenvolvimento pessoal.

Essa mobilização de energia num ambiente cooperativo e protegido pelo sigilo profissional, reforçada pelos laços de confiança, pode levar o participante a vivenciar Experiências de Pico ou Transpessoais, que promove um estado de êxtase transpessoal semelhante ao produzido por certos jogos de vertigem e práticas meditativas.

Pesquisas em neurociência como as desenvolvidas por Benson (1998) podem ser úteis para o entendimento, a partir "do bem estar evocado", de como a concentração no foco e as experiências de pico podem contribuir no processo de mudança atitudinal e comportamental.

_

⁴⁹ Algumas escolas de idiomas usam esse recurso subliminar para o aprendizado de línguas.

Johnson (1995), ao estudar os processos de meditação, identifica que o estado de êxtase, de modo semelhante à experiência de pico, afeta o comportamento das pessoas, promovendo desbloqueios energéticos e, portanto, favorecendo o processo de auto-atualização e auto-transcendência.

:

"Em parte o êxtase confere "poder" ao permitir acesso ao aspecto mais profundo, mais onisciente da psique, que nos indica, em seu próprio interesse, a melhor maneira de seguirmos o nosso caminho por entender os desafios perturbadores da vida." (JOHNSON, 1995, p. 57)

11.3 - Movimentação da Energia Psíquica

O uso do Jogo da Transformação no Processo *Self-E* tem por objetivo fundamental sondar a psique em busca de elementos para descortinar as potencialidades e identificar os bloqueios, que favorecem e dificultam a comunicação do Eu Interior com o Eu Exterior. Uma circulação satisfatória da energia psíquica entre esses núcleos possibilita a consecução da missão pessoal de vida do participante, via atualização de suas potencialidades.

A tarefa dos jogadores é, portanto, realizar essa exploração buscando encontrar os elementos obscuros da personalidade que estão limitando seu crescimento pessoal e os luminosos que, pelo contrário, favorecem esse crescimento.

Como se viu nos capítulos iniciais, a dinâmica da psique se dá pela circulação da energia psíquica entre Self e Ego. Quando essa energia flui de maneira satisfatória ela proporciona condições para a tomada de consciência das potencialidades pessoais que, ao serem reconhecidas, são naturalmente atualizadas, decorrendo disso, satisfação, motivação e alegria de viver, pois a pessoa se percebe realizando sua Missão Pessoal.

A energia não flui de modo satisfatório, quando bloqueada por situações geradoras de desconforto psicológico, normalmente criadas por conflitos de desenvolvimento. A permanência nesse estado de desconforto pode proporcionar a formação de núcleos nevrálgicos de insatisfação e sofrimento que impedem ou dificultam o crescimento. Esses núcleos tornam-se normalmente inconscientes, contribuindo para bloqueiar o entendimento da situação e, conseqüentemente, a possibilidade de mudanças. Esse fato causa sofrimento e traz dor.

O Jogo da Transformação, graças a sua estrutura lúdica cria uma simulação da realidade do participante. Favorece a tomada de consciência de situações arquetípicas e cotidianas geradoras de bloqueios pessoais, que impedem a circulação natural da energia psíquica. Possibilita, também, o entendimento das forças disponíveis na psique para que o participante possa administrar tais bloqueios de modo a permitir que a energia tenha uma circulação mais natural, favorecendo, assim, o processo de auto-atualização e transcendência.

O estabelecimento do enfoque, ou foco do jogo, deve ser uma ação voluntária, consciente, realizada pelo próprio participante. Sua construção se dá a partir de uma resistência observada no contexto do processo biográfico que mereça ser esclarecida, além da queixa inicial. O foco concentra um Flash de Consciência fruto desse desconforto, ou das dores a ele associadas. Tais bloqueios parecem estar situados ao nível do Ego ou Eu Exterior que, durante todo o processo vai tomando consciência da situação de incongruência vivenciada em relação ao Eu Interior.

O dinamismo do jogo permite que os diversos elementos fornecidos pelas casas, baralhos e escolhas realizadas, interajam entre si e componham um quadro que reflete a psique do participante naquele instante. Tanto com aspectos positivos (insights, feedbacks, bônus de consciência), portanto iluminados da personalidade humana, quanto por outros (bloqueios, dores, depressões), que refletem aspectos escuros, sombrios ou negativos de sua psique.

a) Dores e Bloqueios

Não há dúvida que uma pessoa que procura por um Personal Coach está vivenciando algum estado de confusão, ou seja, não está conseguindo ter clareza ou sucesso em alguns de seus projetos pessoais e profissionais. Esta situação de confusão decorre da obstrução dos canais de comunicação entre o Eu Interior – Self e o Eu Exterior – Ego, como já se explicou. Desta forma, a

energia, estagnada, concentra-se em um desconforto que está expresso no foco ou enfoque escolhido para o jogo e que constitui, por si só, um Bloqueio, impedindo a fruição natural da energia psíquica.

Na situação de jogo os Bloqueios, ao aparecerem, vêm, por assim dizer, ao nível da consciência, emergindo de uma instância menos consciente, de uma região de *Sombra*, onde normalmente jazem como forma de poupar o indivíduo do dissabor que eles promovem. Jung (1981) nos fornece uma excelente explicação para entendermos os Bloqueios como Sombra, ao afirmar que a Sombra é como o núcleo do Inconsciente Pessoal e reúne tudo aquilo que é negativo, impedindo o processo de individuação.

A situação mais comum para o aparecimento de um Bloqueio durante o jogo está naquilo que chamei de Jogada Simples, ou seja, quando um jogador cai casualmente na casa do Bloqueio. Essa situação simula um conflito de desenvolvimento que bloqueia a energia psíquica, ou seja, quando as pessoas enfrentam um ambiente que não lhes é favorável. Isso traz tensões que podem provocar verdadeiras lesões psíquicas expressas sob a forma de dor.

Além da Casa do Bloqueio, que é casual, há outras situações que envolvem dor e que se dão a partir da escolha do participante. Elas estão refletidas num Feedback do Universo negativo ou em função de uma ação realizada pelo Livre Arbítrio, ou ainda por uma situação negativa gerada pela falta de Intuição do participante.

É importante ressaltar, uma vez mais, que todo Bloqueio no jogo gera Dor. São as Dores que realmente impedem o crescimento psicológico. Elas refletem elementos de inconsciência e, embora possam ser geradas por Bloqueios, desvinculam-se desses à medida que as pessoas ficam com a Dor e esquecem as razões que as geram (essa é um dos objetivos do jogo: para que as pessoas possam (re)lembrar dos bloqueios que geraram dores).

Esse aspecto é particularmente interessante de ser comentado, pois durante uma partida do Jogo da Transformação, os participantes esquecem ou optam por carregar suas Dores ao invés de trocá-las por Bônus de Consciência que normalmente são abundantes numa partida.

O despertar da consciência para tais situações faz com que os jogadores sintam-se agradecidos e passem a valorizar a consciência advinda de uma dor ou de um bloqueio pelo aprendizado que proporcionam:

"Percebi que as dores não são tão ruins como parecem, elas devem e podem ocorrer pois elas levam à evolução e ao crescimento pessoal. É preciso maturidade para conviver bem com a dor e entender a função dela." ⁵⁰

b) Insights e Bônus de Consciência

Enquanto Dores e Bloqueios estão para o Ego e constituem-se em elementos que impedem um fluir adequado da Energia Psíquica, Insights e Bônus de

⁵⁰ Publicado mediante autorização.

Consciência estão para o Self ou Eu Interior apresentando-se como potencialidades que necessitam ser atualizadas.

Quando um jogador nasce na situação de jogo sua primeira ação deverá ser a de tirar um Anjo da Guarda do Baralho dos Anjos. A palavra anjo vem do grego *Angelus* que significa mensageiro esse sentido é fundamental no Jogo da Transformação, pois o *Anjo da Guarda*, elemento arquetípico presente em várias culturas, é interpretável como um mensageiro que, vindo do Mundo Espiritual, apóia os humanos em seus esforços por realizações. Com base nesse arquétipo e, por analogia, nesse ambiente lúdico convenciona-se que os Anjos do baralho advém do Nível Espiritual e que sua força flui através do Self do participante, tendo por finalidade equilibrar o peso que se acha associado ao foco, definido pelo participante e, além disso, favorece a compreensão dos próprios potenciais e a força necessária para vencer os desafios foco de trabalho. Portanto, o *Anjo da Guarda*, Mensageiro do Eu Interior, age como um reflexo arquetípico desse núcleo da personalidade no momento do jogo.

As Casas e Baralho dos Anjos são, portanto, os elementos mais positivos, ou luminosos, que o jogo oferece aos participantes. Parte-se do pressuposto de que as energias arquetípicas dos Anjos "vêm", por assim dizer, auxiliar as pessoas em seus processos de crescimento pessoal.

Considerando-se o plano ético-moral, constatamos que as cartas dos anjos expressam virtudes (ver Anexo do Jogo). Tais virtudes são identificadas também nos Bônus de Consciência, que podem ser compreendidos como

qualidades ou potencialidades que, como forças independentes, emanam do Eu Interior para apoiar o jogador em seu processo de crescimento. Essas cartas, portanto, atuam como agentes catalisadores para dissolver Bloqueios e Dores.

c) Consciência e Liberdade de Escolha

Como já se afirmou, o Jogo da Transformação, servindo-se de analogias, simula da realidade do participante, num ambiente arquetípico controlado pela regra, favorecendo a tomada de consciência do estilo peculiar de cada qual inserir-se no mundo.

A hipótese humanista básica envolvida é que ao tomar consciência de suas potencialidades e limitações, o participante sinta-se naturalmente motivado para a implementação de mudanças em sua vida, de modo a consolidar uma nova perspectiva, assumindo, portanto, um novo posicionamento pessoal. Este será o papel do Plano de Ação no Processo Self-E durante o Módulo 3, que será discutido adiante. Ao nível do jogo, todavia, o que se pretende é que o participante consiga aperceber-se do *modus operandi* que lhe é peculiar.

Durante o jogo as situações mais intrincadas ocorreram nas Jogadas de Interação que envolvem o processo decisório. Essas jogadas procuram criar um ambiente positivo de troca entre os participantes. Tais situações atuam como catalisadores das condições de crescimento conforme descritas por

Rogers (1975, 1990) ativando, dessa forma, a capacidade para a Empatia, a Aceitação Positiva Incondicional e a Congruência, criando assim, um ambiente seguro e de cooperação entre os participantes, o que reforça o Contrato de Cooperação já existente entre eles e o *personal coach*. Tais condições promovem a diluição das dores e bloqueios e favorecem o fluir da energia psíquica.

O nível de mobilização dessa energia, gerado pelo processo de concentração no foco, e o nível de intimidade e troca vivenciado pelos participantes, favorece a ocorrência de Experiências de Pico, conforme já se afirmou. Tais experiências, descritas por Maslow ao longo de sua obra, são altamente significativas e mobilizadoras, ajudando, desta forma, na abertura de canais de comunicação e consciência entre os dois núcleos da personalidade, ou Eus e, portanto, favorecendo o fluir da energia psíquica.

A estrutura do jogo faz com que as situações de interação, entre os participantes, sejam normalmente positivas na maioria das vezes, frutos benéficos a todos, proporcionando condições para uma verdadeira estratégia *Win-win.*⁵¹

Tais situações geradas por Bênçãos distribuídas e recebidas, por Apreciações realizadas e recebidas, ou por Milagres acontecidos, que liberam as pessoas das Dores e Bloqueios, atuam como reforço comportamental, melhorando a auto-estima e ativando o processo de auto-realização.

5

⁵¹ Do inglês *win*, ganhar. A expressão *win-win* é usada no mundo organizacional para refletir uma situação de interação humana na qual todos ganham, como já se explicou em nota anterior.

d) Punição e Reforço no Acaso Significativo

No que se refere às escolhas estritamente pessoais, o jogo atua tanto como um catalisador, como quanto um restritor de ação. Essas questões estão refletidas nas situações geradas pelo Livre Arbítrio, bem como, nas geradas pelo uso da Intuição, pois em ambos os casos a probabilidade de uma ação ser positiva ou negativa é da ordem de 50%. ⁵²

Como já se viu, o teste para intuição é realizado ao se tirar a sorte jogando-se a moeda. Quanto esta cai com o símbolo do Flash voltado para cima trata-se de um indicador de que a ação deve ser realizada. Por outro lado, quando a moeda empoe a face do símbolo da lágrima, uma dor deverá ser recebida e a ação pretendida não deverá ser realizada.

No caso do Livre Arbítrio a ação é basicamente a mesma, todavia ao invés da moeda, sorteia-se uma Carta de Feedback do Universo. A carta escolhida é colocada virada para baixo de modo que seu conteúdo não possa ser visto. Somente após a realização da tarefa é que esta carta será olhada e então se cumpre o que ela solicita. O estudo deste baralho revelou que das vinte cartas existentes, 50% (dez cartas) refletem situações positivas e, portanto, reforçam a ação realizada, sendo que as outras dez reprovam a ação realizada. Nesse sentido, apresentam-se como elementos comportamentais que reforçam ou reprovam (punem) o comportamento realizado.

⁵² Para maiores detalhes veja o anexo sobre o Jogo da Transformação.

Embora tais situações envolvam um nível probabilístico claramente definido, no contexto do jogo, elas podem ser interpretadas como vinculadas ao "acaso⁵³ significativo", o que remete ao conceito de sincronicidade.

Segundo Jung (1985), o conceito de sincronicidade reflete uma percepção holística da realidade, própria do raciocínio oriental. Trata-se de uma atribuição de sentido imediato, de forma não-analítica, e busca-se o entendimento do significado e não das razões a ele implícitas. Pressupõe uma relação de vinculação não-causal, e sim de casualidade significativa, algo que na dimensão do Jogo ocorre num outro Nível de Realidade.

Ao mobilizar intensamente a energia psíquica que circula entre os Eus, a situação de jogo cria, por meio das experiências de pico – sinal de desbloqueio energético - um Vórtex Sagrado-Profano (BERNI, 2002) guando o jogo assume um matiz hierofânico, portanto, Sagrado. As restrições impostas pela realidade cotidiana são afastadas, assim como o controle do Ego, possibilitando que o participante acesse diretamente seus potenciais e sonde o Campo da Potencialidade Pura. O processo possibilita mudanças semelhantes às decorrentes de um salto quântico, mudanças essas que, advindas diretamente do Eu Exterior para o Eu Interior transcendendo momentaneamente os bloqueios da energia psíquica.

Aqui as Experiências de Pico assumem um caráter muito importante também, pois podem ser entendidas como um indicador de experiências transpessoais

⁵³ A palavra acaso vem do árabe *az-zahr* que significa *jogo de dados*.

que possibilitam esse acesso direto ao Eu Interior. Ver figura 20 onde todos os elementos da dinâmica psíquica na situação do jogo acham-se representados.

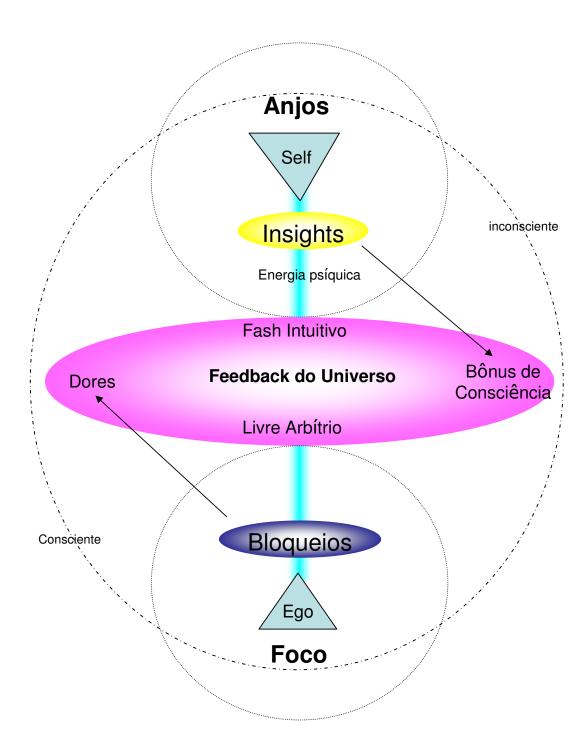


Fig. 20 – Mobilização Psíquica durante o Jogo da Transformação

PARTE V

PLANEJAMENTO, MUDANÇA,
POSSIBILIDADES E LIMITAÇÕES DE
UM MÉTODO DE PERSONAL COACH

"Uma vida sem objetivo é uma vida sem alegria. Tenham todos um objetivo. Mas não se esqueçam de que da qualidade de seu objetivo vai depender a qualidade de sua vida. Que seu objetivo seja elevado e vasto, generoso e desinteressado; assim, sua vida se tornará preciosa para vocês mesmos e para os outros. No entanto, qualquer que seja o ideal a que vocês se proponham atingir, vocês só poderão realizá-lo perfeitamente se realizarem a perfeição em vocês mesmos. O primeiro neste trabalho de autoaperfeiçoamento é tornar-se consciente de si, das diferentes partes de seu ser e de suas respectivas atividades." (MÃE, 1977, p.17)

Muitas são as possibilidades do Processo *Self-Empowerment*, mas também há limitações, como, aliás, não poderia deixar de ser. Utilizar o planejamento como uma ferramenta de promoção de mudanças pessoais tem sido um modo útil de transformar a vida. Este são os aspectos abordados nesta seção em dois capítulos:

Capítulo 12 – Planejamento e Estruturação de Mudanças

Capítulo 13 – Possibilidades e Limitações do Método Self-E.

Capítulo.12

PLANEJAMENTO E ESTRUTURAÇÃO DE MUDANÇAS

Neste capítulo apresento os fundamentos do planejamento no contexto do processo *Self-Empowerment*.

12. 1 – Contextualizando o Planejamento

Planejar é uma das formas de transcendência do momento presente, próprias do humano, ligadas a sua capacidade de antecipação. Todos nós somos capazes de planejar, quando antevemos o que fazer. Um pensamento do tipo: "Amanhã vou acordar cedo e vou para a praia" demonstra essa forma de transcendência. É claro que um plano como esse não se realiza necessariamente, mas é construído considerando-se as possibilidades. Por exemplo, no dia seguinte amanhece chovendo e não faz sentido ir à praia, o

que determina mudanças, nos planos e, ao invés da praia opta-se pela academia. É importante notar que, nesse exemplo, a ação pode ter mudado, da praia para a academia, mas o cerne do planejamento, foi preservado. Esta parece ser uma das vantagens do planejamento. Situação distinta dessa é a do não planejamento, do tipo: "Amanhã vejo o que vou fazer" (embora isso também seja planejar). Então, acorda-se tarde, pois é feriado, e então fica-se na frente da televisão devaneando enquanto o tempo passa. Num dado momento do dia tem-se o seguinte pensamento: "Puxa, não fiz nada hoje, podia ter ido à praia...".

É um equivoco achar que o planejar diz respeito exclusivamente ao futuro. Na verdade, diz respeito a uma priorização de ações, realizadas no presente, cujas implicações serão sentidas no futuro. É preciso, entretanto, saber onde se quer chegar para poder planejar, do contrário não há possibilidade de planejamento. Essa foi a pergunta fundamental feita pelo Gato a Alice, na fábula de Lewis Carroll: "Para onde você quer ir?" A menina não soube dizer para onde queria ir e quando não se sabe para onde se quer ir, qualquer caminho é o caminho.

O planejamento sempre esteve muito associado à guerra, pois nessa situação é sempre preciso planejar. Nos dias atuais, entretanto, está presente em quase todas as atividades humanas. Em tempos de globalização, em que as tecnologias ampliam cada vez mais a capacidade de exploração dos diversos recursos do planeta, é cada vez mais premente a necessidade de planejar para que se possa garantir a sustentabilidade. Assim, hoje falamos em planejamento ambiental, urbano, financeiro, de negócio etc.

A palavra planejamento não é nova, estando totalmente integrada ao corpo de conhecimentos da Administração de Empresas, principalmente depois das grandes guerras, quando o planejamento expandiu-se do o campo de batalha para adentrar definitivamente o meio organizacional (LACOMBE, 2003).

Planejar é ação consciente: envolve raciocínio e reflete estratégia. A dimensão estratégica implícita no planejamento passou a integrar o contexto da administração empresarial nos anos 1960/70, frente ao quadro de incertezas da economia mundial daquela época (BRAGA, MONTEIRO, 2005). Desde então, é cada vez mais comum encontrar-se essa dimensão do raciocínio envolvida no planejamento das organizações. Portanto, não se trata apenas de saber onde se quer chegar, mas também de saber como se quer chegar. E esse "como" normalmente está vinculado ao custo-benefício da ação planejada. O custo, entendido não apenas como vinculado ao aspecto financeiro que ele conota, mas também uma avaliação do empreendimento como um todo, pois uma ação pode demandar tanto custo que se seu benefício venha a tornar-se reduzido. Por exemplo, enfrentar cinco horas de trânsito para realizar uma viagem que normalmente duraria uma hora, por mais que se tenha recursos financeiros, inviabiliza o benefício de uma à praia, considerando-se o desgaste físico e psicológico produzido.

A ação de planejar demanda conhecimento do presente, do contexto em que se está inserido e possibilidade de visualização de formas de deslocamento para o futuro. Implica ainda, na capacidade para estabelecer objetivos e metas.

Planejar é, portanto, uma ação complexa, que contempla uma série de articulações. Pode-se planejar os fins traçando objetivos e metas a serem atingidos, bem como os meios, a estratégia, os caminhos, para a consecução desses. Pode-se, ainda, realizar uma avaliação das pessoas disponíveis, dos recursos financeiros demandados, bem como as formas de implementação, envolvem ações de curto, médio e longo prazo. Atualmente, por exemplo, temos vivido uma crise no sistema aeroviário do país, entre outros motivos, pela falta de um planejamento de longo prazo.

Numa sociedade globalizada, onde muitas empresas e pessoas fazem coisas parecidas o planejamento assume cada vez mais importância. O planejamento leva as empresas a assumirem um posicionamento no mercado, a partir de uma revisão de sua história e da manifestação pública de sua intenção estratégica, formalizada em termos de missão, visão e valores, que explicitam o posicionamento estratégico da organização na guerra travada pela conquista dos mercados.

Num planejamento estratégico a Missão é entendida como sendo o propósito básico de uma organização e relaciona-se diretamente com o mercado onde ela atua e com os produtos que produz ou comercializa. A Visão, por sua vez, implica numa projeção da organização no futuro, ou seja, implica em explicitar os objetivos que a organização pretende atingir a longo prazo, antevendo um determinado posicionamento. Os Valores referem-se à postura ética adotada que norteia a escolha de meios para consecução da missão e visão, ou seja,

refletem-se no comportamento da organização rumo aos fins propostos. Infelizmente, nem sempre os valores declarados por uma organização são por ela praticados.

12. 2 - Antecipação: Projeto, Jogo e Planejamento

Segundo Macedo (2006), vivemos na sociedade do projeto. Projetar significa lançar-se à frente. Implica em considerar pelo menos dois tempos, o tempo presente e o futuro. Envolve sempre, ainda que indiretamente, o passado, visto que este explica o presente e pode ser escrutinado na busca por informações. Assim como no planejamento, projetar demanda a capacidade intelectual de antecipação o que, neste caso, envolve o binômio ser e tornar-se. O mesmo pode acontecer na situação de jogo.

"No contexto do jogo e do projeto, o par ser/tornar-se está presente, ainda que de modo complementar, pois invertido. O jogo expressa um ser: bom jogador, vencedor (...) O projeto expressa o querer tornar-se aquilo que constitui seu objetivo ou meta, com a condição de ser ou estar no presente com este futuro almejado" (MACEDO, 2006 pág. 31)

O jogo enfatiza a imanência, enquanto o projeto salienta a transcendência. Em ambos, porém, a capacidade antecipatória torna-se fundamental, pois envolve o reconhecimento das metas a serem atingidas. A capacidade de antecipar, projetar, demanda a tomada de consciência das competências à disposição do

projetista e por isso é fundamental um bom conhecimento do contexto onde se está inserido.

"o jogo pode ser utilizado como principal recurso para a realização de um projeto (...) O centro de gravidade dos projetos encontra-se no futuro, enquanto o dos jogos situa-se no presente." (MACHADO, 2006, pág. 41,65).

Como já se afirmou, projeto implica em movimento (*pro jactum*) e, enquanto há movimento, há vida. Machado (2006) afirma que o projeto faz com que as pessoas permaneçam sempre jovens, pois o jovem está sempre envolvido em algum tipo de projeto.

O jogo sempre fez parte da vida dos seres humanos, porém o planejamento, assim como os projetos são aquisições mais recentes. O que há em comum entre jogo e planejamento é o desejo e o prazer da realização, dado que ambos definem metas a serem atingidas e situações problemas a serem administradas para sua concretização. No jogo, o prazer de atingir tais metas, ou administrar tais situações, está no presente, enquanto no projeto, está no futuro. O jogo atua apenas no campo simbólico, enquanto o projeto, além desse plano, deve realizar-se concretamente.

O jogo simula o presente, pois recria num plano simbólico, possibilitando, simultaneamente, vislumbrar o futuro. Os projetos expressam o desejo das realizações futuras e o planejamento viabiliza construção desse futuro, criando

fornecendo uma ponte entre o presente e o futuro. Portanto, o trinômio Jogo, Projeto e Planejamento, parecem se complementarem perfeitamente.

"Se é certo que todo projeto nasce de uma ilusão, também o é fato de que é preciso ir além dela. (...) Não vivemos sem projetos, mas sem tal racionalização podemos permanecer cheios de projetos e nunca vir a realizá-los completamente. A ação consciente exige um planejamento adequado, uma utilização racional dos meios e dos recursos, uma fixação de metas principais, bem como uma avaliação permanente da estratégia adotada e da eficácia das ações realizadas, tendo em vista eventuais correções de rumo." (MACHADO, 2006 pág. 66)

12.3 – O Planejamento no Processo Self-E

O Planejamento consiste na última atividade do processo *Self-Empowerment*, ocorrendo, portanto, a revisão biográfica e a sondagem do participante a seu eu mais profundo, por meio do Jogo da Transformação, realizado num momento em que o *coachee* dispõe de todos os elementos necessários para dar início a uma nova fase em sua vida.

A experiência com o Jogo é normalmente muito forte, como já se afirmou, e o participante encontra-se energizado ou empoderado, portanto, em contato com o seu poder pessoal. Na fase do jogo ele já é capaz de visualizar, confirmar e antever elementos importantes para a atualização de suas potencialidades e para o desbloqueio de sua energia psíquica. Seus desejos começam a se concentrar em projetos futuros.

A passagem do Módulo 2 para o Módulo 3 é suave, e inicia-se situando o participante frente ao poder que foi acessado, para que ele possa dimensionar sua capacidade de alterar determinados padrões em sua vida e dar novo impulso à mesma. Sua primeira tarefa é, pois, definir sua missão de vida, para a fase que ora se inicia.

12.3.1 – A Definição da Missão

O processo de definição da missão assemelha-se ao do estabelecimento do foco. A missão é a razão de ser do participante, delimita seu papel, sua forma de atuação, é a causa pela qual ele irá trabalhar para construir seu plano de ação. Deverá orientar sua ação no período que se inicia. Sua formulação deve necessariamente envolver os valores e as crenças do participante, pois será usada como um mantra⁵⁴ de orientação. O participante é orientado a formular uma frase curta, afirmativa e processual, que contenha os elementos de sua biografia já esclarecidos, ou que vieram à luz, durante a fase biográfica e, principalmente, durante o Jogo da Transformação. Essa frase pode estar relacionada aos Insights e/ou aos bônus de consciência e servirá de "instrumento" para combater ou eliminar bloqueios e dores. Ao construí-la o coachee não precisa mencionar esses elementos, pois o excesso de palavras tornaria essa formulação impossível, mas deve procurar sintetizar aqueles que lhe pareceram fundamentais. Usar uma o gerúndio na formulação da frase, confere um caráter processual e facilita a mudanca comportamental, como já

_

⁵⁴ Palavra do sânscrito, cuja raiz *man,* pensar, associada ao sufixo *tra*, instrumento, produz o significado de *instrumento de pensar*. Assim, *Mantras* são palavras de poder, normalmente dotadas de musicalidade.

se afirmou anteriormente. Esse enunciado verbal atua como uma semente a ser lançada no Campo da Potencialidade Pura.

12.3.2 - O Plano de Ação

Todo processo de *coaching* visa à implementação de mudanças comportamentais. A tarefa de se autoconhecer só tem sentido se possibilita mudanças que promovam correção de caminhos e atualização de potencialidades. O slogan do processo *Self-E - "Porque você é o líder de seu Caminho de Vida!" —* só ganha sentido se o participante empenhar-se no processo de mudanças previsto por seu Plano de Ação.

Neste ponto do processo, o *coachee* o *personal coach* retomam a queixa inicial que é ampliada à luz do processo biográfico e da sondagem realizada no Eu Interior. O *personal coach*, compreende o movimento do participante como resultante de sua necessidade de autotranscendência e autoatualização, como um reflexo de seu momento existencial, ou do modo pelo qual ele atualiza seu potencial.

a) Contextualizando os Desejos

Os seres humanos possuem muitos desejos, sonhos, esperanças ilusões. No final do ano, por exemplo, as praias brasileiras ficam repletas de pessoas que vão "pular sete ondas", para que seus desejos se realizem no ano que está entrando. Evidentemente, muitas dessas pessoas ficam frustradas, não vêem

seus desejos serem realizados porque, evidentemente, sem estabelecer um plano de ação coerente com os desejos, sem essa formulação, torna-se difícil, se não impossível, transformar desejos em realidade.

Durante o processo de *Self-Empowerment* o participante foi instado a tomar consciência de suas potencialidades (forças) e de suas fragilidades (fraquezas), para que na fase de planejamento possa definir caminhos por onde queira seguir de modo a reduzir as fraquezas e ampliar ou solidificar as forças: o Plano de Ação ajudará a direcionar tais mudanças.

O coachee inicia o Módulo 3 ainda muito centrado no âmbito dos desejos. Os desejos são compreendidos como fruto da movimentação da energia psíquica, que tem origem na tendência à autoatualização e transcendência. O Plano de Ação é, pois, um elemento chave do processo de empoderamento, pois deve permitir ao participante colocar em prática as mudanças que almeja para sua vida.

b) Objetivos e Metas

Um Plano de Ação é um conjunto articulado de objetivos e metas descritos de maneira objetiva, materializado em comportamentos concretos passíveis de serem atingidos e orientado a partir da missão que o participante estabeleceu para si. Demanda o uso de uma estratégia, ou forma de pensamento, para que as metas formuladas como comportamentos possam ser atingidas. Nesse sentido, será fundamental traçar objetivos que definam o projeto de futuro, que determinem onde o participante almeja chegar. Metas são ações concretas a

serem realizadas ou comportamentos que devem ser desenvolvidos para a consecução dos objetivos.

O *Self-E* Objetivo é o produto final, o comportamento mudado, o lugar conquistado, um estado de espírito atingido, um projeto que pode ser algo intangível. Os objetivos devem ser descritos de maneira afirmativa. Por exemplo: ser presidente da república, ser médico, tornar-se diretor de uma empresa, comprar uma casa, comprar um carro, namorar, casar, ter filhos, ser simpático, amigo, franco, equilibrado etc. Veja que nos primeiros exemplos (presidente e médico) temos um foco profissional, enquanto os dois seguintes (carro, casa) temos focos de ordem material. Em todos os demais temos focos comportamentais e, portanto, de caráter predominantemente processuais e de valor intangível. Quanto mais intangível for um objetivo, mais complexa será a formulação do Plano de a Ação.

Para atingir seu objetivo o participante deve estabelecer metas. Um objetivo pode visar várias metas. As metas, ao contrário dos objetivos, são todas tangíveis, ou seja, têm a forma de ações e comportamentos concretos, observáveis. Um Plano de Ação poderá ter vários objetivos e estes, por sua vez, várias metas. É bastante comum que seja assim, pois os objetivos são mais complexos que as metas.

Quando um objetivo é operacionalizado em metas, conquista concretude, ou seja, base para realização. Por refletirem-se em ações, as metas devem ser estabelecidas em função do tempo. Um objetivo pode também ser definido em

função do tempo. Na verdade, o tempo necessário para atingir um objetivo depende, obviamente, da duração das metas propostas.

Nesta operacionalização de termos é muito fácil confundir objetivo e meta, pois são bem parecidos e, poder-se até compreender as metas como um detalhamento concreto do objetivo. Os objetivos, por sua vez estão muito próximos dos projetos e dos desejos. É sempre importante lembrar que um desejo pode não se realizar por haver um plano de objetivos e metas para realização.

Por exemplo, uma pessoa pode ter o desejo (projeto) de ser presidente da república. Este seu desejo transformar-se em objetivo quando ela traça um caminho, um plano de ações. Assim, uma pessoa com tal objetivo deverá ter por metas: primeiro, enveredar no campo da política filiando-se a um partido político; depois, poderá militar no partido; assumir um cargo diretivo e tornar-se conhecida dos partidários; conseguir apoio dos correligionários; tornar-se candidata numa convenção partidária e vencer uma eleição para exercício de um cargo executivo, para prefeito, por exemplo. E assim por diante, até atingir seu objetivo. Evidentemente este exemplo é algo complexo e pode refletir um objetivo de vida, mas um Plano de Ação não precisa ser tão gigantesco assim. É importante lembrar que se diga que um Plano de Ação deve ser congruente com a Missão do participante.

c) Competências

James C. Hunter (2006) começa seu segundo livro sobre a Liderança Servidora, *Como Tornar-se um Líder Servidor*, com um dado estarrecedor. Ele afirma que nos EUA as empresas empregam 15 bilhões de dólares por ano em treinamento, desenvolvimento e consultoria para suas equipes de liderança. De cada 100 pessoas que passam por um processo de treinamento desses, apenas 10 conseguem realmente aplicar aquilo que foi ensinado. Essa é uma questão que também pode ser observada, de maneira geral, na educação formal, bem como, na vida das pessoas. É por isso que diversos sistemas educacionais, incluindo o brasileiro, têm se preocupado, cada vez mais, em focalizar os processos educativos pela ótica da construção ou desenvolvimento de competências.

Tomando a definição de competência como aquela capacidade de agir a partir da mobilização dos conhecimentos, habilidades e atitudes adequadas para realização de determinada ação (BERNI,2004, 2005c), vê-se que essa mobilização se articula entre os aspectos psicofilosóficos, que configuram a Visão de Mundo e os instrumentais habilidades, conhecimentos e atitudes. (Ver figura 21)



Fig. 21 – Conceito de Competência (BERNI, 2005c)

Nesse esquema é possível perceber que o ponto central de uma competência é algo absolutamente intangível, ou seja, a capacidade de mobilização.

No processo *Self-Empowerment* o participante tem oportunidade de tomar consciências de sua visão de mundo, ao longo do processo de reflexão biográfica ocorrida durante o Módulo 1, onde tais elementos devem ter se tornado evidentes.

A partir desses elementos de consciência, a questão que se coloca diz respeito ao fato de o participante estar apto, reunir as competências necessárias para realizar as mudanças reconhecidas como imprescindíveis pra a consecução de seus objetivos.

James Hunter aponta para uma falha comum a muitos processos educacionais, que, de maneira geral, atuam apenas no nível do conhecimento. É importante lembrar que a vida é, toda ela, um grande processo educacional e uma grande

Teia Cósmica, como afirma o Movimento *New Age*. Durante toda a vida as pessoas estão aprendendo. Ao rever sua biografia, o participante amplia o conhecimento sobre si mesmo e, torna-se capaz de reconhecer à necessidade de desenvolvimento de algumas competências, desenvolvimento esse que demanda um plano de ação.

Enfrentar essas questões é a chave para implementar mudanças. É fundamental que o participante esteja disponível e aberto para enfrentar um processo de desenvolvimento de habilidades e atitudes, que tornam possível a integração de conhecimentos que ele já possui, mas que demandam adequada mobilização, para tornar produtiva a situação.

d) Plano de Ação e Competências

A noção de competência parece ser muito útil ao propósito de mudar comportamentos em função de um Plano de Ação. Um objetivo, por exemplo, pode ser entendido como o reflexo de uma necessidade de construção de determinada competência.

Conhecimentos são geralmente abstrações realizadas sobre processos. Num plano de ação a aquisição de conhecimentos pode estar materializada em metas intelectuais, como por exemplo, realizar leituras e cursos. Atividades dessa natureza atuam sobre as pessoas prioritariamente através da razão. As habilidades demandam vivência, prática, o fazer, enquanto as atitudes associam-se às crenças mais profundas, sendo pois, mais associadas ao

emocional. Essa tríade – metas intelectuais, habilidades e atitudes é composta de elementos que retroalimentam-se e isso precisa ser cuidadosamente considerado para a consecução das mudanças pretendidas.

Por exemplo, uma pessoa que almeja perder peso. Ela pode ter por meta estudar o assunto: ler livros conhecer diferentes dietas, entender o processo de metabolismo etc. Essa meta situa-se prioritariamente no nível do conhecimento. Pode, também, estabelecer um regime alimentar, e então, sua meta comportamental, e atitudinal. Pode, ainda, iniciar uma atividade física uma meta situada prioritariamente ao nível da habilidade: caminhar, correr, fazer ginástica, praticar yoga etc.

e) Fluxo de um Plano de Ação

Já se afirmou que um Plano de Ação pode ter vários objetivos e metas ou pode ter apenas um objetivo e diversas metas, dependendo das necessidades individuais dos participantes. (Ver figura 22)

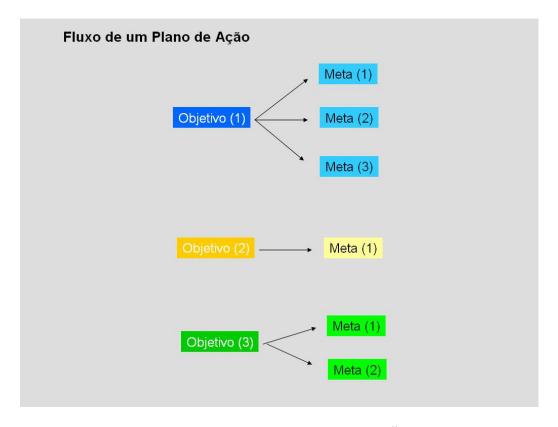


Fig. 22- Fluxo de um Plano de Ação

O Objetivo é formula a materialização de um desejo e a meta, a de um comportamento passível de ser realizado. Os objetivos podem ser Profissionais, Materiais, Atitudinais etc. No processo *Self-E* evita-se qualquer tipo de classificação prévia, de modo que o participante possa estabelecer livremente as classificações que lhe parecem mais adequadas. (Ver figura 23)

Objetivo (1): TORNAR-ME DIRETOR COMERCIAL

Área: Profissional

Meta 1: Melhorar o inglês, fazer curso intensivo de segunda a sexta-

feira, das 19h30 às 22hs.

Investimento Previsto: R\$ 1.500,00 (mês)

Tempo: de março a novembro

Meta 2: Melhorar o relacionamento com os colegas de trabalho, dentro e fora da empresa. Para isso vou marcar pelo menos um happy-hour e um almoco por mês com colegas de dentro e de fora da

empresa

Investimento Previsto: R\$ 150,00 (mês)

Tempo: 1º Semestre

Meta 3: Fazer uma revisão de Currículo e cadastrá-lo em sites

<u>especializados</u>

Investimento Previsto: R\$ 50,00 (mês) /nenhum

Tempo: 1 ano

Fig. 23 - Exemplo de Plano de Ação

Este participante estava terminando seu MBA Executivo. Seu objetivo, "Tornarse Diretor" refletia um avanço necessário em sua carreira. A meta "curso de inglês", atua mais ao nível do conhecimento; o *happy-hour* e os almoços visam a ampliação do *network* (rede de relacionamentos) e, por fim, o cadastramento do currículo em sites especializados caraceteríza-se como meta operacional. Observe-se que para esta meta foi lançado um custo baixo, com o complemento "nenhum", pois existem sites onde os currículos podem ser cadastrados sem custo algum.

Capítulo 13

POSSIBILIDADES E CONTRIBUIÇÕES DO MÉTODO SELF-E

13.1 – Análise da Trajetória da Operação do Processo

O Processo Self-Empowerment, como se viu, ocorre basicamente via Internet. Hoje conto com um suporte profissional para divulgação, hospedagem, bem como para a aprendizagem - AVA (Ambiente Virtual Aprendizagem), o que impõe um custo fixo para o processo.

No início tudo era realizado em sites públicos. A publicação de conteúdo informativo de divulgação foi originariamente alocada no Geosites do Yahoo, que fornecia a hospedagem gratuita das páginas na web, a partir de modelos padronizados. Esta ferramenta mostrou-se útil para iniciar o projeto on-line, porém a padronização oferecida acabou limitando a possibilidade de adequar o

conteúdo às necessidades mais específicas de divulgação e assim, optei por um sistema privado.

Como AVA, utilizei inicialmente as Salas de Aula Virtuais, também gratuitas, oferecidas pela UNIVERSIA. A mudança para um sistema privado ocorreu em função da necessidade de garantir maior privacidade ao cliente, possibilitando acessos individualizados aos participantes, mediante senhas e logins específicos, procedimento nem sempre possível nos sites abertos.

Uma idéia inicial, que se mantém até o presente, é a de que é possível encontrar conteúdos de qualidade na Internet, bastando para isso apenas tempo e um bom critério de seleção. Esta é uma rotina contínua do *personal coach* no processo *Self-E* e dela vai se formando uma *Webteca* rica e abrangente. Continuo cada vez mais agradavelmente surpreso com a abundância e riqueza de material que pode ser encontrada em vídeos, textos e material de áudio na Internet, além de sites instrutivos. A Aldeia Global livre e democrática é, sem dúvida, uma realidade no espaço virtual.

A divulgação e a captação de clientes se deu a princípio pelo oferecimento de bolsas a amigos, ex-clientes. Essa situação foi rapidamente revertida, a partir das indicações feitas por essas pessoas fruto da satisfação obtida e os benefícios recebidos ao longo de seus processos. A veiculação de depoimentos tem sido um importante elemento para ajudar pessoas que têm receio de processos on-line, visto que tais relatos ajudam a conferir confiabilidade ao processo. O mesmo pode se dizer do oferecimento de um

período de sete dias para teste sem ônus. Todos os que iniciaram nesta condição continuaram até o final do processo.

A questão temporal é, sem dúvida um dilema contínuo. O Jogo da Transformação, com data pré-definida, imprime um ritmo ao trabalho. Todavia, cada participante individualmente desconhece esse fato, o que exige do personal coach uma presença constante no sentido de ajudá-los no controle do tempo, garantindo um tônus adequado à realização do trabalho. Trata-se, porém de uma habilidade que demanda sutileza e que foi por mim desenvolvida durante o processo de coaching. Essa habilidade acha-se diretamente relacionada ao contrato de cooperação.

A comparação de processos individuais, nos quais o Jogo não tem uma data pré-estabelecida para acontecer, com os processos grupais, de pessoas que iniciaram num grupo e tiveram que ser alocadas em outro, em função de suas dificuldades para acompanhar o ritmo de seu grupo de origem, fez com que a duração fosse alterada: o tempo foi dilatado de trinta para quarenta dias ou seis semanas, o que tem se mostrado bastante adequado. Assim, temos 20/25 dias para a reflexão biográfica, 5/10 dias para a eleboração do foco e sondagem do Eu Interior e 15/20 dias para a formulação do Plano de Ação.

13. 2 – Contribuições do Processo aos Participantes

Realizei uma sondagem junto aos participantes a fim de aferir as contribuições que o processo teria trazido para suas vidas. Todas as pessoas que se submeteram ao Self-E foram contatadas⁵⁵.

O Instrumento de Avaliação do Processo (Anexo I) foi enviado via E-Marketing, uma ferramenta que permite monitorar o fluxo de recebimento e abertura de mensagens. O e-mail foi encaminhado sob o título "SELF-E: Pesquisa de doutoramento", vinte pessoas abriram a mensagem e dessas treze responderam à solicitação. O grupo que compôs a amostra foi classificado em quatro faixas etárias: 30-39 anos; 40-49 anos; 50-59 anos e 60-69 anos. A média de tempo transcorrido entre a finalização do processo até a data da sondagem foi de 9 meses, variando num intervalo entre 2 a 17 meses, ou seja, desde o participante que concluíra o seu processo 17 meses antes da sondagem até outro que o concluíra há apenas 2 meses. Foram nove mulheres e quatro homens.

O Instrumento de Avaliação apresenta cinco perguntas abertas. As respostas foram tabuladas em sua forma integral (Anexo II). Foi realizada uma análise das respostas a partir da qual o conteúdo foi sintetizado (Anexo III) conduzindose às seguintes considerações:

⁵⁵ Na verdade quase todas pessoas foram contatadas. Na ocasião dessa pesquisa dois dos primeiros participantes, após um ano e sete meses do término de seu primeiro processo, estavam realizando o trabalho por uma segunda vez e, como estavam no meio desse

processo, não foram solicitadas.

_

Há uma certa homogeneidade nas razões declaradas pelos participantes para participação no processo, concentrando-se em questões de relacionamento profissional e pessoal, além as de ordem financeira, denotando todas uma necessidade de revisão do projeto de vida, em função de crise em alguma dessas áreas.

Os participantes afirmam-se satisfeitos quanto aos resultados obtidos, sendo bastante freqüentes os comentários sobre o aumento da percepção de si mesmos, ou sobre ganhos de consciência quanto às próprias potencialidades e dificuldades, além de valorizarem possibilidade de da instrumentalizarem-se para a resolução da problemática em que estavam envolvidos. Relatam, também, a vivência de sentimentos de paz, centramento, equilíbrio e conexão consigo mesmos, além da percepção de novas formas de agir.

Declaram que percebem a si mesmos em processo de crescimento, a partir de uma sensação de integridade, congruência e foco que a vida parece haver adquirido graças ao processo. Identificam em si próprias uma aspiração pela continuidade do crescimento, seja a partir de psicoterapia, ou da consulta ao material produzido durante o processo, sem excluírem a importância de manterem a conexão com o Campo da Potencialidade Pura.

No que diz respeita às transformações, houve uma grande variedade de respostas, que apontam para as particularidades da busca inicial de cada participante. De maneira geral, denotam alegria de viver: equilíbrio emocional

centrado em *valores universais*; melhoria na habilidade de comunicação e na capacidade de definir focos para o próprio desenvolvimento.

Os conteúdos e encaminhamentos do Módulo I – Biográfico, e do Módulo II – Sondagem ao Eu Interior foram destacados como muito relevantes, por parte de alguns participantes porém, de maneira geral, pode-se perceber uma grande valorização do processo como um todo, acompanhada do desejo de continuidade ou realização de novo processo.

As menções referentes à qualidade da condução do processo, ou tutoria, reforçam as características descritas no Contrato de Cooperação entre personal coach e o coachee, e indicam que as atitudes fundamentais da ajuda - Consideração Positiva Incondicional, Compreensão Empática e Congruência - preconizadas pela Abordagem Centrada na Pessoa, podem efetivar-se numa interação a distância de modo a contribuir para o Desenvolvimento Humano.

13.3 – Limitações e Possibilidades do Processo

Analisando as razões de interrupção do processo por parte de algumas pessoas, concluo que o principal fator de limitação tenha sido a fluência digital, sobretudo para a escrita eletrônica, ou seja, a digitação. Este é um aspecto para o qual não há possibilidade de se oferecer suporte, pois se a pessoa não tiver a mínima fluência na digitação será muito penoso para ela elaborar sua história por escrito.

É de extrema importância que o *personal coach* domine os instrumentos que utiliza a fim de poder oferecer ao participante a segurança necessária para que ele possa se lançar no ciberespaço para exploração de si mesmo. Isto parece contribuir expressivamente para o estabelecimento do vínculo de confiança. Pude ajudar uma pessoa que não sabia usar os recursos de acentuação de seu laptop; outra recebeu uma mensagem e, como usava o Word no modo de exibição "normal", não conseguia ler os comentários feitos através da ferramenta "inserir comentário" e foi preciso instruí-la a mudar o modo de exibição para o "layout de impressão"; outro participante queria enviar e-mails diretamente do Word, então, ofereci suporte para que ele conseguisse fazê-lo.

A principal limitação, entretanto parece ter sido de ordem pessoal, ou seja, ocorreu que uma pessoa dotada da necessária fluência digital, porém desprovida de disposição interna necessária colocar-se em reflexão não deu continuidade ao processo. Houve uma participante que construiu uma grande expectativa, em função de haver observado a alegria e as mudanças favoráveis ocorridas com uma amiga que havia se submetido ao processo. Depois de inúmeros e-mails e tentativas de iniciar o processo, em função de limitações de tempo e local para reflexão, finalmente iniciou. Todavia, por mais que eu tentasse, não consegui motivá-la para o trabalho exigido por uma reflexão em profundidade. Cheguei a elaborar um questionário com mais de cinqüenta questões, tentando convidá-la, motivá-la a refletir, mas o efeito foi muito restrito. Conclusão: essa pessoa terminou o processo manifestando sua satisfação.

_

⁵⁶ Em todos os processos é solicitado ao participante que faça uma avaliação da tutoria e do material utilizado fazendo críticas e oferecendo sugestões para aprimoramento. Essa foi uma

todavia, tanto ela quanto eu sabíamos que o processo não respondeu a suas expectativas. Desde então, todos os participantes são advertidos de que o processo responderá a suas expectativas na medida exata de sua dedicação, como ocorre, aliás, com qualquer processo de aprendizagem ou terapêutico. Todavia, levando-se em conta as exigências do ambiente virtual e o perfil do aluno on-line, conforme descrito no capitulo cinco, tais questões tornam-se mais relevantes. Uma vez mais enfatizo aqui a importância do tutor como elemento catalisador do processo, pois a mediação torna-se fundamental em casos semelhantes a esse que, a partir dessa interação, reagiram muito satisfatoriamente.

A sincronicidade descrita por Jung (1985) como um princípio de conexão casual, que confere integralidade às relações, ou uma percepção holística da realidade, é um fator que tem chamado atenção no processo. Seja pelo caráter complementar, como mencionou um dos participantes em sua avaliação, ou pela semelhança de questões, reflexões e sentimentos que muitas vezes são vivenciados pelos participantes durante a sondagem ao Eu Interior no Jogo da Transformação.

Com a popularização da Internet e a crescente ampliação do acesso à rede, um número cada vez maior de pessoas têm mostrado interesse pela proposta, o que indica tratar-se de uma área em expansão. A análise das estatísticas de acesso ao site informativo, revela altos índices de procura advinda dos Estados Unidos e da Europa, onde é sabido a existência de mais usuários de Internet.

das pessoas que não atendeu ao chamado de avaliação do processo para a presente pesquisa.

Seriam eles brasileiros? Não tenho resposta para esta questão. Há uma campanha de divulgação do processo para brasileiros residentes fora do país, mas não tenho, ainda, nenhuma informação de sua efetividade. Tenho recebido solicitação de informações por parte de pessoas residentes em outros estados, entre os quais Roraima e em outros países entre os quais Moçambique e Canadá. Isso me levou ao desenvolvimento de uma modalidade de atendimento totalmente on-line, sendo que nessa modalidade, o Jogo da Transformação acontece, numa adaptação em modo síncrono, via *Skype* ou *MSN*. Já houve mediação de processos nesta modalidade, com pessoas residentes no Canadá e no estado do Rio de Janeiro. Os resultados mostraram-se tão satisfatórios quanto os obtidos por participantes que realizaram um encontro presencial.

O trabalho assíncrono parece oferecer grande flexibilidade à atuação do profissional. É possível conciliar uma rotina de trabalho e atendimentos presenciais no horário comercial, com atendimentos on-line, sem que haja interferência mútua. Isso exige do *personal coach*, entretanto, organização e agilidade, além de recursos tecnológicos adequados e bom domínio dos mesmos.

O uso de um espaço virtual com memória para arquivo de documentos, como acontece num AVA, tem se mostrado extremamente útil. Já tive oportunidade de estar em viagem de férias ou profissional, sem que os processos tenham sofrido qualquer solução de continuidade.

Do ponto de vista tecnológico, o uso do laptop tem se mostrado muito útil, por garantir ao *personal coach* flexibilidade para deslocamento. Porém a atualização do hardware requer ainda um investimento substancial e, não raro, a troca de todo o equipamento em períodos relativamente curtos (1 ano) se faz necessária.

CONCLUSÃO

A pesquisa aqui descrita foi realizada com o objetivo de buscar a compreensão, do ponto de vista teórico e prático, do Processo *Self-Empowerment*, um método de *Personal Coach* via Internet, e de suas possíveis contribuições para o desenvolvimento humano. Os dados de pesquisa possibilitaram situar esse processo no contexto do Aconselhamento Psicológico, sendo que, nesse contexto, o *Self-Empowerment* apresenta as seguintes peculiaridades: utiliza uma abordagem teórico-prática transdisciplinar; caracteriza-se como pertencente ao campo da Psicologia Transpessoal e sua ênfase teórico-prática recai na Abordagem Centrada na Pessoa, proposta por Carl Rogers.

Pôde-se constatar que o método *Self-Empowerment* favorece de modo bastante expressivo os processos de auto-conhecimento e de auto-realização, na medida que possibilita ao participante uma ampliação do nível de consciência de si mesmo, o que inclui melhor compreensão das próprias forças

e fraquezas e ampliação de conhecimentos relativos à estrutura e dinâmica psíquicas que lhe são próprias.

No que diz respeito ao processo de auto-atualização, mostrou-se bastante favorável a utilização do recurso de conduzir o participante ao estabelecimento de um plano de ação. Tal método possibilita a definição de metas para o desenvolvimento de novas habilidades, para o fortalecimento de atitudes favoráveis à consecução dessas metas e, simultaneamente, para o enfraquecimento ou mesmo neutralização de outras que, ao contrário, dificultam ou bloqueiam o desenvolvimento pessoal.

O impulso para a auto-atualização, dinamizado por esse método e o interesse pelo desenvolvimento de novas habilidades, ou aprimoramento de habilidades já existentes, não raro levou participantes a investirem na continuidade de seus processos de auto-conhecimento, a partir da psicoterapia, por exemplo.

Considerando-se aspectos relativos ao âmbito da pesquisa sobre novos métodos de auto-conhecimento via Internet, esta investigação demonstrou que as atitudes de ajuda, conforme preconizadas na Abordagem Centrada na Pessoa, são passíveis de serem vivenciadas no ciberespaço, e podem contribuir significativamente nos processos de desenvolvimento humano. Desta forma, a prática do aconselhamento psicológico no espaço virtual e da própria psicoterapia on-line, que integram uma nova realidade, em franco desenvolvimento, constitui um novo campo de atuação para o psicólogo.

As limitações observadas para o desenvolvimento de um trabalho desta natureza, situam-se no mesmo nível das limitações observadas em outras abordagens presenciais, ou seja, acham-se condicionadas à disponibilidade pessoal do participante. Acrescenta-se a isso, nos atendimentos realizados no ciberespaço, todavia, uma observação relativa à necessidade do profissional estar muito bem versado no aparato tecnológico utilizado, para que processos desta natureza sejam produtivos.

No âmbito do Movimento *New Age*, a pesquisa contribuiu também para a sistematização de conhecimentos, tanto do ponto de vista da Abordagem Transdisciplinar, quanto do ponto de vista da Psicologia Transpessoal, sobretudo no que diz respeito à elucidação do Jogo da Transformação à luz dessas abordagens.

O Jogo da Transformação demonstrou ser um eficiente instrumento psicoespiritual de sondagem da psique humana, além de mostrar-se bastante útil para fomentar processos de autoconhecimento,

REFERÊNCIAS BIBLIOGRAFIAS

ABRAHAM, R., McKENNA, T. e SHELDRAKE, R. *Caos, Criatividade e o Retorno do Sagrado.* São Paulo: Pensamento/Cultrix, 1992. 228p.

AMERICAN HERITAGE DICTIONARY. 18.ed., New York: Dell Publishing Co. Insc.

AUGRAS, M. Dimensão Simbólica. 2.ed., Petrópolis: Vozes, 1980. 276p.

ARANTES, V. A. (org). *Jogo e Projeto: Pontos e Contrapontos.* São Paulo: Summus, 2006.136p.

ARDUÍNO, A. M. A Era de Aquarius. Curitiba: GLP-AMORC, 1987. 140p.

ARENDT, H. A condição Humana. Rio de Janeiro: Forense, 2003. 352p.

BEGER, P. e LUCKMANN. *A Construção Social da Realidade.* 6. ed., Petrópolis: Vozes, 1973. 247p.

BENJAMIN, A. *A Entrevista de Ajuda.* São Paulo: Martins Fontes, 4. ed., 1986. 190p.

BENSON, H. Medicina Espiritual. 11.ed., Rio de Janeiro: Campus, 1998. 334p.

BERNI, L. E. V. Treinamento e Desenvolvimento em Ensino Superior. In BOOG G. e M. *Manual de Treinamento e Desenvolvimento*. São Paulo: Person Editorial, 2006. 189-202p.

O Vortex Sagrado-Profano: Uma Zona de Não-resistência entre N	líveis
de Realidade. In; FRIAÇA, A. et al., Educação E Transdisciplinaridade.	São
Paulo: Triom, 2005. 452-476p.	

- _____. O Ensino Centrado no Aluno e na Aprendizagem. Rev. Mom. do Professor, (São Paulo) 2005; 4 (primavera): 5-11.
- _____.O Desafio da Avaliação por Competência. Rev. Mom. do Professor, (São Paulo), 2005; 1(verão) 12-17.
- _____. Cursos Seqüenciais: O Futuro da Educação Superior. Rev. Mom. do Professor, (São Paulo), 2005; 2(outono): 56-63.
- _____. Projeto Ampliando Fronteiras. Rev. Mom. do Professor, (São Paulo), 2005; 2(inverno):18-20.

______. A Questão das Competências e o Ensino. Rev. Mom. do Professor, (São Paulo), 2004; 1(primavera): 8-13.
______.Reconciliação pelo Acolhimento: Uma Introdução à Abordagem Centrada na Pessoa para Ciências da Religião. Rev Ultimo Andar (São Paulo) 2003; 8 (jun): 65-86.
_____. A Dança Circular Sagrada e o Sagrado: Um estudo exploratório das relações históricas e práticas de um movimento New Age, em busca de seus aspectos numinosos e hierofânicos. Dissertação de Mestrado em Ciências da Religião, São Paulo, PUC-SÃO PAULO, 2002. 208p.

BERTOLUCCI, E. *Psicologia do Sagrado.* São Paulo: Agora, 1991.183p.

BIRCH, D. Competências necessárias para um aluno bem-sucedido no ambiente de e-learning. (acessado em maio de 2005) Disponível em: www.elearning.com/elearning.

BLANCHARD, K. H. *Três Chaves do Empowerment*. Rio de Janeiro: Record, 2001.285p.

BOAINAIN JUNIOR., E. *Tornar-se Transpessoal.* São Paulo: Summus, 1998. 284p.

BOFF, L. A Águia e a Galinha. Petrópolis: Vozes, 38., ed., 2002. 140p.

_____. O Despertar da Águia. Petrópolis: Vozes,15., ed, 2002. 174p.

. Tempo de Transcendência. Rio de Janeiro: Sextante. 2. ed, 2000. 96p.

BOHN, David. *On Dialogue*. London: Routledge, 1996. 99p.

BOOG, G. Faça a Diferença. São Paulo: Gente, 2000. 215p.

BOWEN, M. C. V. B. *Quando Fala o Coração*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1987. 122p.

BRAGA, R. e MONTEIRO, C. *Planejamento Estratégico Sistêmico para Instituições de Ensino.* Vila Velha: Hoper, 2005. 243P.

BRENNAM, T. e PIECHOWSKI, M., A. Developmental Framekork for Self-Actualization. *Journal of Humanistic Psychology*. 1991. 31(3): 43-63.

BRENNER, Joseph E. The Psychology Of Transdisciplinarity. Observatoire pour l'Etude de l'Université du Futur, Lausanne, s.d.

BRIZENDINE, L. Como as Mulheres Pensam. São Paulo: Campus, 2006. 288p.

BROTO, F.O. *Jogos Cooperativos.* 3.ed., Santos: Renovada, 1999. 170p.

BROWN, G. *Jogos Cooperativos: Teoria e Prática*. 3.ed., Pelotas: Sinodal, 2001. 105p.

BUCKE, R. M. Consciência Cósmica. Curitiba: AMORC, 1996. 453p.

CADDY, E. Abrindo Portas Interiores. 3. ed., São Paulo: Triom, 1995. sn.p.

CAILLOIS, R. Os Jogos e os Homens. Edições Cotovia: Lisboa, 1990. 228p.

CAMPBELL, J. O Poder do Mito. 21. ed. São Paulo: Palas Athena, 2003. 242p.

CAMPOS, F., BORGES, M. SANTORO, F., SANTOS, N. *Cooperação e Aprendizagem On-line*. Rio de Janeiro: DP e A, 2003. 168p.

CARROZI, M. J. (org). A Nova Era no Mercosul. Petrópolis: Vozes, 1999. 188p.

CAPRA, F. O Tao da Física. SÃO PAULO: Pensamento, 1983. 260p.

CENPEC - CENTRO DE ESTUDOS E PESQUISAS EM EDUCAÇÃO, CULTURA E AÇÃO COMUNITÁRIA. Coleção Educarede. Internet na Escola. São Paulo: CENPEC, (5) 2006.

CREMA, R. *Introdução à Visão Holística*. São Paulo: Summus, 1989. 133p.

CHARDIN, P.T. O Fenômeno Humano. 14,ed., São Paulo: Cultrix, 1995. 386p.

CHOPRA, Deepack. As Sete Leis Espirituais do Sucesso. São Paulo: Best-Seller, 1994. 103p.

_____. A Cura Quântica. 16.ed., São Paulo: Best-Seller, 1989. 302p.

CHURCHILL, Wi. S. *Grandes Homens do Meu Tempo*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2004. 313p.

CONNER, M. L. How Adults Learn. (acessado em 12/04/05). Disponível em: http://agelesslearner.com/intros/adultlearning.html

CORTELLA, M. S. *A Escola e o Conhecimento.* 7.ed., São Paulo: Cortez, 2003. 166p.

COVEY, S. R. *O 8º Hábito. Da Eficácia à Grandeza.* São Paulo: Elsevier, 2005. 410p.

CORRY, M. e Chih-Hsiung Tu. Estratégias e Táticas para elaboração, moderação e gerenciamento de Fóruns de Discussão online em ambientes assíncronos. The Quarterly Revivew of Distance Education. 2003; 4: 303-315.

DAVID, S. N. Freud e a Religião. Rio de Janeiro: Zahar, 2003. 68p.

D'AMBRÓSIO, U. Transdisciplinaridade. São Paulo: Palas Athena, 1997. 174p.

. A Era da Consciência. São Paulo: Fundação Peirópolis, 1997. 64p. . WEIL, P. e CREMA, R. Rumo à Nova Transdisciplinaridade. São Paulo: Summus, 1993. 173p. DOLABELA, F. Oficina do Empreendedor. São Paulo: Editora de Cultura, 1999. 275p. Pedagogia Empreendedora. São Paulo: Editora de Cultura, 2003.140p. DRAKE, J. & TYLER, K. Manual de Instruções do Jogo da Transformação -Versão Caixa. São Paulo: Taygeta, 2005. 57p. DUMAS, A. Napoleão. Rio de Janeiro: Zahar. 2005. 240p. EHRENFELD, D. Arrogância do Humanismo. Rio de Janeiro: Campus, 1992. 211p. ELIADE, M. O Sagrado e o Profano. São Paulo: Martins Fontes, 1999. 191p. FADIMAN, J. e FRAGER, R. Teorias da Personalidade. São Paulo: Habra, 1979. 393p. FIGUEIREDO, L. C. M. Revisitando as Psicologías. 2.ed., São Paulo - Rio de Janeiro: Educ-Vozes, 1996.135p. . Matrizes do Pensamento Psicológico. 8. ed., Rio de Janeiro: Vozes, 2000. 207p. FORD, J. R. "Self-Actualization: A Clarification of Meaning". Journal of Humanistic Psychology. 1991; 31(2): 101-11. "Inherent Potentialities of Actualization: An Initial Exploration." In: Journal of Humanistic Psychology. 1991; 31(3): 65-89. FRANCISCO, D. J. Ciberidentidades. (acessado em 12.04.2005) Disponível: http://empresa.portoweb.com.br:pierrelevy/ciberidentidades.html FREIRE, P.. A pedagogia do oprimido. 46.ed., São Paulo: Paz e Terra, 2006. 213p. . Educação e mudança. 30.ed., São Paulo: Paz e Terra, 2007. 79p. FRIAÇA, A., ALONSO, L.; LACOMBE, M; BARROS, V. M.(org.) Educação e

GABRIEL, M. C. C. O papel do professor na era da interface. Mom. do Professor : Rev de Edu. Continuada (São Paulo).2005 (2), 2(outono) 43-48.

Transdisciplinaridade III. São Paulo: Triom, 2005. 535p.

GANDHI, M. K. *Minha Vida e Minhas Experiências com a Verdade.* São Paulo: Palas Athena, 1999. 435p.

GARRY, N. Be Kind to Yourself: Exploration into Self-empowerment. 4.ed. New York: Carrol & Graf. Publishers, 1999. 274p.

GENTILE, P. e BENCINI, R. Para aprender e desenvolver Competências. (acessado em 09.08.04). Disponível em: www.novaescola.abril.com.br/ed/135-set00/html/repcapa.htm

GERSON, D. & STRAUB, G. *Empowerment: The Art of Creating Your Life as You Want It.* New York: Hight Point, 1989. 268p.

GROF, S. Além do Cérebro. São Paulo: Mcgraw Hill, 1988. 327p.
_____. Emergência Espiritual. São Paulo: Cultrix, 1992. 272p.
_____. A Aventura da Autodescoberta. São Paulo: Summus, 1997. 285p.
GONZALEZ, M. Fundamentos da Tutoria em Educação a Distância. São Paulo: Avecamp, 2005. 94p.

HANLEY, S. J. & ABELL, S. C. Maslow and Relatedness: Creating an Interpersonal Model of Self-Actualization. Journal of Humanistic Psychology, 2002(Fall);42: 37-57.

HALPERN, S. Spectrum Suite. (CD) BMI-INNER PEACE: San Anselmo; 1988.

HASE, S. Heutagogy and Developing Capable People and Capable Workplace: Stragies for Dealing with Complexity. Southern Cross University, Lismore, Australia; 2000 (acessado em 12.04.2005). Disponível em:
. www.wln.uaberta.ca/papers/pdf.17.pdf

HOUTEN, C. A Formação de Adultos como Despertar da Vontade. 2. ed., Stuttgart: Verlag Freies Geistestlebrn, 1996. 140p.

HUBERMAN, I. *História da Riqueza do Homem.* 21.ed., Rio de Janeiro: LTC, 1987. 286p.

HUIZINGA, J. Homo Ludens. São Paulo: Perspectiva, 4.ed., 1999. 244p.

HUNTER, J. Como se Tornar um Líder Servidor. Rio de Janeiro: Sextante, 2006. 136p.

_____. O Monge e o Executivo. Rio de Janeiro: Sextante, 2004. 144p.

JENKINS, R. *Roosevelt.* São Paulo: Nova Fronteira, 2005. 206p.

JOHNSON, W. Do Xamanismo à Ciência. São Paulo: Cultrix, 1995. 263p.

JUNG, C. G. Estudos sobre Psicologia Analítica. Petrópolis: Vozes, 1981. 310p.
Fundamentos de Psicologia Analítica. Petrópolis: Vozes, 1985. 177p.
KALMITHOUT, M. The Religious Dimension of Roger's Work. <i>Journal of Humanistic Psychology</i> , vol. 35 no4, 1995.
KATO, M. A. <i>No Mundo da Escrita: Uma Perspectiva psicolingüística.</i> 2. ed., São Paulo: Ática, 1987. 144p.
KEEGAN, D. <i>Theoretical Principles of Distance Education</i> , Londo: Routledge, 1993. 294p.
KUHN, T. <i>A Estrutura das Revoluções Científicas.</i> 5. ed.,São Paulo: Perspectiva, 1998. 257p.
LACOMBE, F.J.M.; Heilborn, G.L.J. <i>Administração: princípios e tendências</i> . São Paulo: Saraiva, 2003. 580p.
LASS, I. Self-Actualization and Society: A New Application for an Old Theory. Journal of Humanistic Psychology, 2006;46: 77 - 91.
LEITE, G. "A Releitura do Poder por Hannah Arendt" (2005) acessado em 25.10.2006. Disponível em http://www.mundojuridico.adv.br/sis artigos/artigos.asp?codigo=605
LEADBEATER, W. C. Os Chakras. São Paulo: Pensamento, 1960. 135p.
LÉVY, P. Cibercultura. Rio de Janeiro: Editora 34, 1999. 264p.
A inteligência coletiva. Por uma antropologia do ciberespaço. São Paulo, Edições Loyola, 1998. 214p.
O que é o virtual? Rio de Janeiro, Editora 34, 1996. 160p.
Tecnologias da Inteligência. Rio de Janeiro, Editora 34, 1993. 204p.
LEWIS. H. S. Manual Rosacruz. 17. ed., Rio de Janeiro: Renes, 1941. 271p.
<i>Autodomínio e o Destino com os Ciclos da Vida.</i> 8. ed. Rio de Janeiro: Renes, 1981. 219p.
LIBANO, J. B. "Teoria e Interdisciplinariade: Problemas Epistemológicos, Questões Metodológicas no Diálogo com as Ciências". In: <i>Myterium Creation,</i> Susin, Luiz, 1999.
LIEVEGOED, B. Fases da Vida. 4. ed. São Paulo: Antroposófica, 1997. 171p.
Desvendando o Crescimento. 2. ed. São Paulo: Antroposófica,

1996. 147p.

LISBOA, L. C. Nova Era. São Paulo: Livraria Cultura Editora, 1988. 190p.

LLEWELLYN, R., LUCA, A. e ABRAMS, B. *Psicologia Transpessoal*. São Paulo: Totalidade, 1993. 72p.

LIPP, R. e SIMANTOB, M. *Guia Valor Econômico de Inovação nas Empresas.* São Paulo: Globo, 2003. 150p.

LOPES, S. C. M. "A Formação em Aconselhamento e o Papel do Serviço Social" (acessado em 23\11\2007). Disponível em http://www.psicologia.org.br/internacional/pscl8.htm
LOSIER, M. J. *A Lei da Atração*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2007. 190p.

LOVELOCK, J. The Revange of Gaia Earth's Climate Crisis and the Fate of Humanity New York: Basic Books, 2006. 210p.

LUKOWIECKI, A. L. S. Aprendizagem Baseada na WEB: A perspective do Aluno. (acessado em 14.09.2004) Disponível em: www.aded.org.br/antiga/htdocs/paper-visem/adelaide-leticia-saad-lukowiecki.htm

LUKACS, J. *O duelo Churchill X Hitler*. Rio de Janeiro: Zahar, 2002. 241p.

_____. Churchill. Rio de Janeiro: Zahar, 2003. 177p.

MACEDO, L., Jogo e Projeto: Irredutíveis, Complementares e Indissociáveis. In ARANTES, V. A. (org). *Jogo e Projeto: Pontos e Contrapontos.* São Paulo: Summus, 2006.15-48p.

MACEY, R. I. Fisiologia Humana. São Paulo: Edgard Blücher, 1983. 155p.

MACLEAN, P. D. *The triune brain in evolution : role in paleocerebral functions.* New York: Plenum Press, 1990. 704p.

MACHADO, N. J. A Vida, o Jogo o Projeto. In ARANTES, V. A. (org). *Jogo e Projeto: Pontos e Contrapontos.* São Paulo: Summus, 2006. 49-86p.

MÃE, A. Educação. Ananda Rev Edu-espiritual. (Salvador) 1977; 8: 17-60.

MASLOW, A. H. *Religions Values*, and *Peack-Experiencess*. 7th Printing. NY, The Viking Press, 1973. 123p.

_____. Introdução à Psicologia do Ser, 2. ed.,Rio de Janeiro: Eldorado, 1968. 279p.

____. *Motivation and Personality.* 2th, Harper & Row Publishers, New York, 1970. 411p.

_____. *The Further Reaches of Human Nature.* New York, 7th Printing. 1976. 407p.

MARCONDES, J. M. *As Novas Formas de Religião*. Lisboa: Coimbra Editorial, Verbo Divino, 1996. 193p.

MAY, P. G. Os Mitos Celtas. São Paulo:Angra, 2002. 125p.

MAY, R. *O Homem a Procura de Si Mesmo.* 16.ed., Petrópolis: Vozes, 1990. 230p.

MCLUHAN,M. *O meio são as Massa-gens*. Rio de Janeiro: Ed. Record,1969. 188p.

MOGILKA, M. Autonomia e formação humana em situações pedagógicas. Educação e Pesquisa, São Paulo, v.25: 57-68, jul./dez. 1999.

MORALES, P. R. Ritmos Básicos da Vida. Curitiba: AMORC, 1996. 113p.

MARTINELLI, D. P. & ALMEIDA, A. P. *Negociação*. São Paulo: Atlas, 1997. 219p.

MILLMAN, D. *O Caminho do Guerreiro Pacífico*. São Paulo: Pensamento, 2006. 224p.

_____. *A Jornada Sagrada do Guerreiro Pacífico.* São Paulo: Pensamento, 1997. 223p.

MORIN, E. *A Religação dos Saberes.* RIO DE JANEIRO, Bertrand Brasil, 2001. 583p.

_____. *Os Sete Saberes Necessários para a Educação do Futuro*.São Paulo: Cortez, UNESCO, 2000. 118p.

_____. Complexidade e Transdisciplinaridade. Natal: EDUFRIN, 1999. 52p.

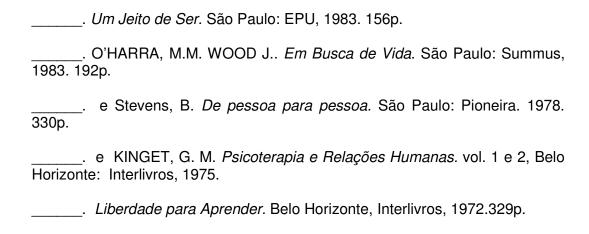
MOSCONVICI, F. *Desenvolvimento Interpessoal*. Rio de Janeiro: José Olímpio, 2001. 300p.

MOORE, T. *A Emoção de Viver a Cada Dia .*2.ed., Rio de Janeiro: Ediouro, 1996. 495p.

NICOLACI-DA-COSTA, A.M. Daily life in the multiple contemporary Spaces. Psic.: Teor. e Pesq. (Brasília) 2005; 21(3) 2005.(acessado em 30/11/2006) Disponível em: ">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722005000300014&lng=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php.nrm=iso>">http://www.scielo.php.nrm=iso>">http://www.scielo.php.nrm=iso>">http://www.scielo.php.nrm=iso>">http://www.scielo.php.nrm=iso>">http://www.scielo.php.nrm=iso>">http://www.scielo.php.nrm=iso>">http://www.scielo.php.nrm=iso>">http://w

- NICOLESCU, B. *O Manifesto da Transdisciplinaridade*. São Paulo: Triom, 1999. 153p.
- ______., PINAU, G., MATURANA, Humberto, Et All. *Educação e Transdisciplinaridade*. São Paulo: Triom 2000. 185p.
- ____. " Fundamentos Metodológicos para o Estudo Transcultural e Transreligioso". In Coll, A.; Nicolescu, B.; Rosemberg, W. et al *Educação e Transdisciplinaridade II.* São Paulo: Triom. 2002. 216p.
- NUNES, F. O. O Ciberespaço e a Virtualidade, 2000. (acessado em 30.11.2006) Disponível em http://www.fabiofon.com/webartenobrasil/texto-cibereSão-pauloaco.html.
- NYE, R. B. Três Psicologias. São Paulo: Pioneira, 2002. 195p.
- O'CONNOR, J. *Manual de Programação Neurolingüística*. Rio de Janeiro: Qualitymark, 2004. 329p.
- ORTOLANI, L.F. B. *Masculino e Feminino nas Organizações.*(acessado em 26.11.2006) Disponível em: http://www.pr.gov.br/batebyte/edicoes/1993/bb25/masculino.htm
- OTTO, R. *O Sagrado*. São Bernardo do Campo: Imprensa Metodista, 1985. 172p.
- PALLOFF, R.; PRATT, K. Construindo Comunidades de Aprendizagem no Ciberespaço, Poro Alegre: Artmed, 2002. 248p.
- _____. O Aluno Virtual. Porto Alegre: Artmed, 2005. 216p.
- PASSERINI, S. P. *Poética no Desvelamento do Mito Pessoal.* Tese de doutorado. São Paulo: IPUSP, 2004. 226p.
- PEARSON, C. S. *O Despertar do Herói Interior.* São Paulo: Pensamento, 1991. 360p.
- PARRY, D. *Warriors of the Heart.* Earthstewards Network Publishing, Bainbridge Island, 1991. 200p.
- PRADO, M. E., VALENTE, J.A., ALMEIDA, M. El. *Educação a Distância Via Internet*.São Paulo: Avercamp, 2003.
- PELLANDA, N. M. C.. Conversations: a cybernetic model of the constitution of knowledge/reality. Educ. Soc., (Campinas). 2003; 24(85). (acessado em: 23.10.2006) ">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302003000400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302003000400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302003000400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302003000400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302003000400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302003000400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302003000400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302003000400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302003000400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-7330200300400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-7330200300400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-7330200300400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-7330200300400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-7330200300400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-7330200300400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-7330200300400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-7330200300400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-7330200300400014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-7330200014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-7330200014&Ing=en&nrm=iso>">http://www.scielo.php?sc
- PENINICK, N. Jogos dos Deuses. São Paulo: Mercuryo, 1992. 273p.

PETERS, O. <i>A Educação a Distância em Transição.</i> São Leopoldo: UNISINOS, 2004. 400p.
Didática do Ensino a Distância. São Leopoldo: UNISINOS, 2001. 402p.
Duas Mudanças Estruturais na Educação a Distância: Industrialização e Digitalização. In: Aula Magistral, UNISINOS; 2001.
PICONEZ, S. C. B. O Aluno Virtual. Disciplina. In: Disciplina Ambientes Virtuais de Aprendizagem Cooperativa Apoiada por Recursos da Internet; 2005, São Paulo, Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo (FE-USP).
A Construção do Conhecimento por Mapas Conceituais. (acessado em maio de 2005). Disponível em: www.nea.fe.usp.br
Ambientes de Aprendizagem Cooperativa Apoiados por Recursos da Internet: Novos Desafios. 2002 (acessada 22.08.2005) Disponível em: www.faced.ufba.br/~dept02/sala-interativa/texto grupo.html
POCHMANN. M. Economia solidária no Brasil: possibilidades e limites. Ipea, 2004.(acessado em 30.11.2007) Disponível em http://www.ipea.gov.br/pub/bcmt/mt 24g.pdf
PU YI. <i>Autobiografia O último Imperador da China</i> . 2. ed., São Paulo: Marco Zero, 1988. 390p.
QUADROS, P. S. Os desafios da virtualidade no campo pedagógico. Momento do Professor: Rev. de Edu. Cont. (São Paulo) 2005;2((primavera): 28-32.
REISS, S. HAVERCAMP, S. M. Motivation in Developmental Context: A New Method for Studying Self-Actualization. Journal of Humanistic Psychology. 2005; 45 (Winter): 41 - 53.
Conselho Federal de Psicologia. Resolução n.12/2005 (acessado em 27.11.2007) Disponível em <u>www.cfp.br</u>
RIBEIRO, R. Alma Africana no Brasil. São Paulo: Oduduwa, 1996. 279p.
RICHARDSON, C. "Entrevista: a personal coach Cheryl Richardson fala à ÉPOCA" Revista Época. 2002; 234, (acessado em 16/04/2004) Disponível em: (http://revistaepoca.globo.com/EditoraGlobo/componente/article/edg article pri http://revistaepoca.globo/componente/article/edg article pri http://revistaepoca.globo/componente/article/edg article pri http://revistaepoca.globo/componente/article/edg article pri http://revistaepoca.globo/compon
ROGERS, C. R. <i>Tornar-se Pessoa</i> , 3. ed., São Paulo: Martins Fontes, 1990. 360p.
Grupos de Encontro. 5. ed., São Paulo: Martins Fontes, 1987. 165p.
Sobre o Poder Pessoal. 2. ed., São Paulo: Martins Fontes, 1986. 273p.



ROHDEN, H. A Voz do Silêncio. São Paulo: Freitas Bastos, 1963. 152p.

ROSEMBERG, R. Aconselhamento Psicológico Centrado na Pessoa. São Paulo: EPU, 1987. 88p.

ROWAN, J. The Real Self and Mysthical Experiences. In: Journal of Humanistic Psychology. 1983; 23.(2): 9-27.

RUSSEL, P. O Buraco Branco no Tempo. São Paulo: Aquariana, 1992. 300p.

SABBATINI, R. M. E. "Existem diferenças cerebrais entre homens e mulheres?" (acessado em 26.10.2006) disponível em: http://www.cerebromente.org.br/n11/mente/eisntein/cerebro-homens-p.html

SAGAN, C. Cosmos. 5.ed., Rio de Janeiro: Francisco Alves. 1984. 364p.

SANCHES, F. O E-Learning nolimite entre a pegagogia e o commoditie. (acessado em 31.03.2005) Disponível em: www.aprenderonline.com.br/ver notícia.php?codigo=103

SAKAMOTO, C. K. O Gênio Criador São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004. 53p.

SELTZ, C.; JAHOA, M.; DEUTCH, M. e COOK, S. W. *Métodos de Pesquisa nas Relações Sociais.* São Paulo: EPU, 1987. 687p.

SHEERY, G. Passagens. 10.ed., Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1985. 490p.

SIBILIA, P. "Cartas e Diários, do Manuscrito à Internet: Reconfigurações da Intimidade e da Privacidade" (acessado em 06.05.2007) Disponível em: http://www.pos.eco.ufRio de Janeiro.br/revista/modules/wfsection/article.php?articleid=46

SMART, N. Dimensions of the Sacred. London: FontanaPress, 1997. 331p.

SMITH, C. M. Psychoterapy and The Sacred: religious experience and religious resources in psychotherapy. Chicago: CSSR, 1995.199p.

SOARES, M. "Novas Práticas de Leitura e Escrita: Letramento na Cibercultura" *Educ. Soc.*, (Campinas) 2002; 23(81): 143-160. (acessado em 10.05.2007) Disponível em http://www.cedes.unicamp.br

SOMMERMAN, A. Inter ou Transdisciplinaridade. São Paulo: Paulus, 2006. 76p.

SILVA, J. L. Desenvolver Competências de Problematização da Aprendizagem. In: Currículo sem Fronteiras. 2005;5(1): 28-48.

SCHEEFFER, R. *Teorias de Aconselhamento*. São Paulo: Atlas, 1976. 133p.

STEFFLRE, R. e GRANT, W. H. *Teorias de Aconselhamento.* São Paulo: Atlas, 1991. 127p.

TABONE, M. *Psicologia TranSão Pauloessoal.* 2. ed., São Paulo: Cultrix, 2001. 170p.

TREICHLER, R. *Biografia e Psique*. São Paulo: Antroposófica, 1988. 323p.

TRACY, D. *Dez passos para o Empowerment.* Rio de Janeiro: Campus, 1994. 180p.

URY, W. Chegando à Paz. Rio de Janeiro: Campus, 2000. 222p.

VAUGHAN, F. Discovering Transpersonal Identity. Journal of Humanistic Psychology.1985;25(3): 13-39.

VIANNA, M. A. F. Universidade Corporativa: Uma visão de hoje. (acessado em 25.04.05) Disponível em www.instituomvc.com.br/univcorp.htm.

VIEIRA, A.; ALMEIDA, E. B., ALONSO, M. (Org). *Gestão Educacional e Tecnologia*. SÃO PAULO, Avercamp, 2003. 164p.

VIEIRA, E. F. A Sociedade Cibernética. In: Cadernos EBAPE.BR .2006; IV(2)

WILBER, K. Psicologia Integral. São Paulo: Cultrix, 2000. 312p.

 . A União da Alma	e dos Sentidos.	São Paulo	o: Cultrix,	1998.	166p.
					-
 . O Projeto Atman.	São Paulo: Culti	rix, 1996.	219p.		

WILHELM, R. O I Ching: O Livro das Mutações. São Paulo: Pensamento, 1995.527p.

WEIL, P. Holística: Uma nova visão e abordagem do Real. São Paulo: Palas Athena, 1990. 122p.

WHITE, I. Essências Florais Australianas. São Paulo: Triom, 2. ed., 1994. 234p.

ZANDER, R. S. e ZANDER, Benjamin. *A Arte da Possibilidade.* Rio de Janeiro: Campus, 2001. 208p.

ZOHAR, D., MARSHALL, Ian. *QS - Inteligência Espiritual*. Rio de Janeiro: Records, 2000. 349p.

ANEXO I – Instrumento de Avaliação do Processo Self-Empowerment

Olá,

O Processo de *Personal Coaching - Self-Empowerment* do qual você se submeteu há algum tempo atrás, está sendo objeto de minha pesquisa de doutorado. Nenhum elemento de seu processo está sendo, nem será usado nesta pesquisa que trata exclusivamente um procedimento descritivo, cujos fundamentos teóricos e metodológicos estão sendo descrito em detalhes. O que estou fazendo, portanto, é contar como a Psicologia Transpessoal fundamenta teoricamente o processo, quais os critérios para a realização do trabalho biográfico, e outras coisas dessa natureza.

Essa pesquisa que já vem sendo realizada há bastante tempo, aproxima-se de seu final. Talvez eu tenha tido oportunidade de comentar isso com você. Na verdade estou finalizando esse trabalho, e agora que já decorreu um certo tempo da finalização de seu processo, gostaria que você pudesse fazer uma avaliação desse processo. Trata-se de algo simples, mas muito importante para mim, portanto se você se dispuser a colaborar fico-lhe muito grato. Caso não possa não é preciso dar nenhum tipo de justificativa, eu compreenderei perfeitamente.

A seguir apresento um breve formulário de avaliação. Por favor, responda e me retorne o mais brevemente possível.

Muito obrigado,

Luiz

Por favor responda:

- 1) Por que você procurou o Processo Self-Empowerment?
- 2) Quando seu processo foi finalizado você ficou satisfeito(a) com o resultado? Por favor explique as razões:
- 3) Você acha que o processo contribuiu de alguma forma para seu crescimento pessoal? Em caso afirmativo, por favor explique como.
- 4) A quais transformações ocorridas em tua jornada existencial você atribui a ação do Processo Self-Empowerment?
- 5) Gostaria de acrescentar algum comentário?

ANEXO II – QUADRO COMPARATIVO DE AVALIAÇÃO DOS PARTICIPANTES SOBRE O PROCESSO SELF-E

ID Numero de ordem M – Masculino F Feminino Idade aproximada	Por que Self-E?	Satisfação	Contribuição Crescimento	Transformações	Comentários
1 RR (f) (60)	Buscar formas para libertar-me de bloqueios de personalidade que me impedem de ter um relacionamento afetivo significativo e duradouro.	Percebi questões de relacionamento familiar que demandavam ação urgente, uma questão central que foi revitalizada	Sem a menor sombra de dúvida: Durante o processo pude identificar que antes de me dedicar às relações afetivas ou familiares, eu deveria cuidar de minha casa-corpo. Tenho procurado fazer isso.	Maiores cuidados com o corpo, maior preocupação com a reivindicação de meus direitos nas relações afetivas e nas econômicas.	Fiquei impressionada com a ocorrência de muitas sincronicidades importantes e favoráveis durante o processo, e logo depois de seu término. Atribuo a ocorrência de tais sincronicidades ao poder pessoal de Berni, à força de seu Eu Superior e à boa sintonia estabelecida entre nossos Eus Superiores.
2 MC (m) (40)	Fui indicado por uma grande amiga, S. Estava a procura de respostas no meu relacionamento conjugal e profissional e encarei a oportunidade.	Havia tentado outras formas de enfrentar a minha realidade de relacionamento, no Self me foi dada a oportunidade de reviver momentos muito importantes em minha vida e acabei por ter um grande desafio (durante o processo) e de certa forma consegui muitas respostas para melhorar o que não estava bem	Sim. Porque hoje vivo uma vida de verdades e estou livre de qualquer ameaça, sou feliz assim e estou com energias muito mais positivas.	No momento do curso, à minha vida pessoal com o meu relacionamento afetivo.	foi um processo muito bom e gostei muito de ter participado. O Luiz é realmente uma excelente pessoa como havia dito a pessoa que me indicou.

ID H homem M mulher	Por que Self-E?	Satisfação	Contribuição Crescimento	Transformações	Comentários
3 CR (m) (40)	Procurei porque a minha amiga me falou sobre este processo que muito havia ajudado a ela. Então, eu liguei e senti uma coragem forte dentro de mim de me enfrentar este desafio comigo mesmo. Eu realmente precisava de uma ajuda. Fiz duas vezes, uma para o profissional outra para os relacionamentos. Mesmo, passando por uma fase difícil financeira eu paguei os dois e me senti realizado e pleno. A minha vida estava totalmente desajustada e sem limites, eu mesmo me perdi dentro do meu destino. Precisava alguém espiritual e firme na convicção no que fazia e encontrei você Berni.	Fiquei satisfeito, sim. Primeira razão, encontrei uma paz interior e um amor por mim mesmo incrível, sendo assim comecei a trabalhar bem e focado no meu objetivo. Os clientes ficarão felizes também com minha nova postura e nos trabalhos sociais também. Segunda razão, a qualquer momento recorro a minha pasta preta e leio tudo do começo ao fim, me sinto fortalecido. Leio as frases antes de dormir. Acabou com muita energia dispersa em minha vida, o segredo está na atenção e realmente na convicção do que é pra você. Consegui realizar alguns planos financeiros e materiais. Estou com quase todos concluídos, ainda falta.	Sim. Como falei estou calmo e centrado nos objetivos e comecei a ter limites claros em minha vida. Hoje, estou bem confiante em mim mesmo e é difícil falar do crescimento pessoal porque não há divisão, sou feliz no momento, mesmo tendo algumas dificuldades sei enfrentá las. Sinto muita saudade do Berni e do processo em si eu fiquei totalmente absorvido, foi mágico e incrível como eu me dediquei e me senti tão bem.	Dedicação, libertação e descanso, e atenção no processo, enfim, preciso haver uma entrega nos braços do mestre e discutir com ele em diálogo sincero.	Vamos fazer o terceiro a qualquer dia, que tal se tivéssemos a oportunidade fazer o jogo dos anjos novamente após um tempo do processo.

ID H homem M mulher	Por que Self-E?	Satisfação	Contribuição Crescimento	Transformações	Comentários
4 ML (f) (40)					Querido Luiz, vou responder com muito carinho. Sua ajuda foi preciosa. Porquê me auxiliou a ver o valor de tudo que eu sou e aprofundar o conhecimento de mim mesma. Vou escrever com calma,
5 MCD (f) (40)	Para aparar algumas arestas emocionais que estavam fora da minha capacidade de compreensão e portanto atrapalhando o meu equilíbrio interior.	Sim, consegui compreender a situação e interiorizar a solução.	Sim. Na medida em que me ajudou a solucionar um obstáculo bastante difícil para mim, com o qual hoje convivo de forma tranqüila, o processo me permitiu ser mais inteira e portanto melhor	Atribuo ao Self-Empowerment a melhora imediata das minhas relações sociais (família e amigos), bem como a energia necessária para retomada do meu desenvolvimento profissional na forma de cursos para abertura de nova frente de trabalho.	O processo, embora curto foi completo, desde a sintetização do problema até a mudança de postura consciente que me permitiu resolver meu problema.Foi para mim extremamente eficiente e prático. Acredito que equilíbrio e energia interior são atributos fundamentais para uma vida plena e o Processo do Self-Empowerment excelente caminho para chegar a eles.

ID H homem	Por que Self-E?	Satisfação	Contribuição Crescimento	Transformações	Comentários
7 EK (f) (30)	Na ocasião uma das matérias do meu curso universitário era DPP-Desenvolvimento Pessoal e Profissional. O Processo Self-Empowerment atendia minhas necessidades pessoais e conciliavase com o material desenvolvido para estu do da DPP, apenas uni o útil ao agradável e obtive um resultado plausível e de imensa consideração.	Sim, muito. Consegui me observar de forma que nunca havia feito antes, pude ver a transparência da minha imagem através das máscaras que utilizo para me defender e pro conta disso pude buscar a instrumentação adequada para superar as deficiências e aprimorar as qualidades.	Sim, imensamente. Tanto eu mesma quanto os amigos que me rodeiam puderam perceber as transformações durante a trajetória que percorri através do curso. Estou consideravelmente menos antenada e paranóica. Não me considero outra pessoa, mas uma pessoa em fase de lapidagem.	Tenho desenvolvido cada vez mais as qualidades: paciência, prudência, auto-domínio e moderação.	Ainda há muito o que trabalhar, mas a recompensa que obtive através do curso é impagável. Antes da matrícula no curso eu estava prestes a enlouquecer ou a abandonar todo o esforço de uma vida inteira, agora estou aprendendo a conduzi-la racional e emocionalmente de forma producente.

ID H homem	Por que Self-E?	Satisfação	Contribuição	Transformações	Comentários
M mulher			Crescimento		
9 EO (f) (50)	Rever vida pessoal e profissional,para empreender uma renovação funcional.	Fiquei plenamente satisfeita , pois, conseguir voltar ao meu equilibrio com serenidade e tranquilidade, depois de conversar e ouvir muito sobre minha vida pessoal e profissional, durante todo o processo.	Esse processo me auxiliou a lidar com a ansiedade de um momento difícil de vida e passar para um momento de reflexão, buscando direções de vida.	Numa devolutiva, me foi apontado que eu precisava trabalhar para me perdoar, pq eu não estava me perdoando por algumas opções (escolhas) que fiz, ou tive que fazer na vida - isso calou fundo nesse momento de vida. Então resolvi rever todas as vezes em que eu não tinha me perdoado e estou conseguindo "purgar" uma a uma, em terapia (alías, participar desse processo acelerou minha compreensão de vida, a ponto de estar em processo de alta).	Creio que a assertividade e sensibilidade do tutor foram fundamentais no acompanhamento do meu processo de crescimento. É isso, Luiz! Agradeço "de coração" seu acompanhamento.
		com serenidade e tranquilidade, depois de conversar e ouvir muito sobre minha vida pessoal e profissional, durante	e passar para um momento de reflexão, buscando	me perdoar, pq eu não estava me perdoando por algumas opções (escolhas) que fiz, ou tive que fazer na vida - isso calou fundo nesse momento de vida. Então resolvi rever todas as vezes em que eu não tinha me perdoado e estou conseguindo "purgar" uma a uma, em terapia (alías, participar desse processo acelerou minha compreensão de vida, a ponto de estar	foram fundament no acompanhame do meu processo crescimento. É is: Luiz! Agradeço "d coração" seu

ID H homem	Por que Self-E?	Satisfação	Contribuição	Transformações	Comentários
M mulher			Crescimento		
10 HC (f) (50)	Confiança no trabalho do Berni, elaborar em tempo justo e cobrar preço justo nos mapas astrais e sérios problemas financeiros.	Fiquei satisfeita, mas ficou um gostinho de quero mais (rs). A autobiografia foi um aspecto fundamental neste processo, pois mobilizou os aspectos inconscientes reprimidos. O Luiz fez apontamentos primorosos, levando-me a perceber aspectos que eu desconhecia, além de pesquisar e enviar sites que me ajudaram sobremaneira. Na verdade, o processo superou as minhas expectativas, pois apesar de não haver o contato próximo ao longo do processo, o encontro no Jogo da transformação, com o Luiz e um outro cliente, foi muito mágico, pois os nossos problemas se complementavam, além de que, o encontro se revestiu de um aspecto sagrado, pois estávamos lidando com o nosso Self individual e grupal.	Contribuiu sim, por várias razões. Conheci mais um pouco a meu respeito, Aluguei um consultório próximo de casa, estou sendo mais rápida para fazer os mapas e cobrando um preço mais justo pelo meu trabalho. E agora, estimulada pelo processo, voltei a fazer terapia.	A paz interior que alcancei referente à perda do meu filho Rafael, deve-se à intuição iluminada do Luiz, que elaborou junto comigo este assunto de uma forma sensível, com muito sentimento e senti que sofremos juntos neste processo.	Agradeço ao Cósmico e ao Berni a possibilidade de ter feito este processo, pois significou a construção de mais uma ponte para eu continuar o caminho da minha vida.

ID H homem	Por que Self-E?	Satisfação	Contribuição Crescimento	Transformações	Comentários
M mulher 11 SF (f) 50	Eu estava em um momento de muitas mudanças na minha vida e precisava me conhecer melhor. Como eu dispunha de pouco tempo para encontros presenciais, o fato de ser um processo individual e com acompanhamento a distancia contribuiu para que eu participasse do processo.	Sim, eu fiquei satisfeita porque tive a oportunidade de rever a minha trajetória e entender algumas coisas na minha vida relacionadas a esta trajetória. Eu senti muito por nao ter tido tempo para aproveitar melhor as atividades e me aprofundar nas mesmas. Eu penso que ficaria mais satisfeita se tivesse mais tempo para me dedicar as atividades.	Eu penso que o processo contribuiu para que eu me conhecesse melhor e impulsionou algumas reflexões sobre a minha vida e meus planos futuros. Foi uma sensibilização inicial para o meu crescimento pessoal.	Visão melhor de meus processos internos e direcionamento de minhas ações para o refinamento de minhas relações interpessoais.	Eu penso que este é um processo muito rico e que depende muito da disponibilidade, do envolvimento e do aprofundamento do participante. Todas as pessoas podem participar, mas só é possível uma mudança se houver um esforço grande de dedicação e envolvimento nas tarefas propostas. Sugiro que o encontro do grupo seja repetido um tempo após a finalização das atividades, para avaliacao e reflexao sobre o processo.

ID H homem	Por que Self-E?	Satisfação	Contribuição Crescimento	Transformações	Comentários
M mulher 12 LGM (m) 30	Busquei o processo em um momento que não estava satisfeito com a minha vida e, ao mesmo tempo, pela primeira vez, tinha dificuldades de visualizar um foco, definir uma ação, metas, prioridades, ou mesmo o quê gostaria que acontecesse para que esse sentimento pudesse ser mudado.	Saí do processo com a visão de qual eram os meus principais problemas, com um traçado de caminho a ser tomado e, conhecimento, força e motivação para resolvê-los.	Ajudou-me a reconhecer mais profundamente as minhas potencialidades e fraquezas e, descobrir, preparar e traçar rumos, buscando em mim a certeza e vontade de segui-los.	O processo foi o "gatilho" e catalisador inicial para uma série de mudanças e crescimentos que passaram acorrer e que ainda estão em andamento. Voltei a fazer terapia, o que me permitiu (e ainda permite) rever (e mudar) uma série de padrões, desfazer nós, e vícios que me prendiam à situação em que estava. Iniciei uma busca de crescimento profissional que culminou em uma ótima oportunidade, grande crescimento, e na mudança para uma nova empresa, depois de estar há dez anos no mesmo lugar.	Pretendo fazer o processo novamente, toda a vez que sentir precisar novamente me orientar, achar um foco, força e/ou rumo para a minha vida.

ID	Por que Self-E?	Satisfação	Contribuição	Transformações	Comentários
H homem M mulher			Crescimento		
13 LC (f) 50	Estava num momento de crise, questionando alguns caminhos e/ou atitudes, sem saber qual era meu caminho real e minha direção a seguir	Muito satisfeita. Antes de iniciar o processo estava colocando fora as dificuldades. Apesar de saber que todas as causas estão dentro de mim, naquele momento é como se tivesse desconectado de minha sabedoria	O processo fez olhar novamente para minhas potencialidades, reconectar meu coração, perceber meu caminho real. E flexibilizar a auto-critica, que sempre foi forte em mim, olhando para minha humanidade.	Muitas coisas e partes que foram ficando no decorrer da vida, sem terem sido avaliadas com profundidade ou que foram distorcidas, foram reconectadas, harmonizadas, incorporadas. A maneira como rejeitava meu nome de batismo, pelo que ele representava. Retornar à Ordem. Não depender do julgamento externo para validar minhas escolhas. Confiar em mim, me manter sempre em minha missão. A reconexão mais forte com minha espiritualidade. A percepção mais profunda e sutil de lidar corretamente com o poder.	Senti que esse processo é importante não apenas nos momentos de crise. Nesses momentos ele é nececessário e imprescindível, mas é algo que as pessoas devem fazer em alguns momentos da vida,independentemen te de "crises": rever sua jornada, reavaliar as escolhar, a conexão com a missão pessoal,alinhar os propósitos com o coração. Acho esse processo tão importante que estou fazendo formação em coaching para melhorar minhas habilidades nesse foco.

ANEXO III – Síntese das Respostas de Avaliação do Processo Self-E

1.Razões para o *Self-E*:

- Relacionamentos pessoal (afetivo) e profissional
- Revisão do Projeto de Vida
- Conflitos, crise pessoa, I profissional e financeira

2.Satisfação:

- Reviver ou tornou claro pontos obscuros da vida
- Iluminou dificuldades e potencialidades
- Instrumentalizou para o aprimoramento e superação
- Paz interior e foco
- Compreender situação de forma como nunca foi feito antes e interiorizar solução, modificá-las
- Retornar ao equilíbrio
- Apontamentos precisos do tutor tornaram claros pontos obscuros
- Surpresa pela proximidade com tutor mesmo a distancia
- Principalmente na fase biográfica e de sondagem ao Eu Interior
- Reconexão interior
- Apontou um novo caminho a seguir

3. Crescimento:

- A vida ganhou foco, mais inteireza
- A vida tornou-se mais congruente
- Melhorou auto-estima, auto-imagem
- Centramento, calma
- Amadurecimento, responsabilidade
- Percepção do viver como um processo
- Desejo por continuar refletindo
- voltar à psicoterapia
- Contribuição e sensibilização para autoconhecimento

- Gatilho para uma série de mudanças pessoais e profissionais
- Reconexão interior
- Espiritualidade

4. Transformação:

- Cuidados com o corpo
- Colocação clara de limites
- Entrega em diálogo sincero
- Melhora no relacionamento
- Foco no trabalho
- Relaxamento
- Maturação
- Autonomia, Liberdade
- Moderação
- Prudência
- Equilíbrio (auto-domínio)
- Foco profissional
- Perdão (busca do perdão a si mesma)
- Elaboração de perda

5. Comentários:

- Impressionada com sincronicidades durante o processo
- Poder pessoal do tutor
- Gratidão pela mediação do tutor
- Desejo de continuar em contato com o tutor fazer o processo novamente
- Processo rápido e prático, eficiente
- Trouxe libertação
- Muito importantes a biografia e o Jogo
- Trouxe produtividade e equilíbrio
- Sistema a distancia é confortável e adequado
- Qualidades do tutor
- Injeção de ânimo

- Uso do material como fonte de consulta e orientação
- Processo que depende da disponibilidade do participante
- Fazer um novo encontro presencial após o término do processo
- Desejo de fazer o processo novamente
- Processo importante n\u00e3o apenas nos momentos de crise, mas de forma preventiva