

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
FACULDADE DE FILOSOFIA, CIÊNCIAS E LETRAS DE RIBEIRÃO PRETO
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

DISCIPLINA: 5940640 - Teorias e Práticas em Psicologia Clínica:

Abordagem Cognitivo-Comportamental

DOCENTE: Prof^a Dr^a Carmem Beatriz Neufeld

MONITORAS: Dnda Juliana Maltoni, Dnda Myrian Silveira, Dnda Isabela Wada, Me Beatriz Lobo, Me Fernanda Esteves, Me Isabela Rebessi, Mnda Camila Amorim, Mnda Alessandra Rezende, Psic Mariana Risso, Psic Eloha Flória Lima Santos.

Caso Luciana

Luciana chega à sessão ofegante, atrasada poucos minutos. A psicóloga a recebe enquanto Luciana pede desculpas pelo atraso e bebe um gole de água em sua garrafinha: "Nossa, me desculpa a correria! Ufa... (suspira) eu até me organizei pra chegar um pouco antes das 14h sabe, mas acabei tendo que resolver um B.O. lá em casa... ufa, pronto, sentei (risada)". A psicóloga e Luciana se sentam nas poltronas, e a psicóloga diz que está tudo bem, foram poucos minutos e imprevistos acontecem. Luciana é uma mulher cisgênero, branca e de 24 anos de idade. Ela chega com um vestido de alcinha bem leve, pode-se perceber as marcas vermelhas de queimadura solar em seu ombro. Seus olhos são azuis, traços finos e seu cabelo loiro e comprido está bagunçado por conta da pressa. Luciana respira fundo, e começa a falar enquanto amarra seu cabelo em uma longa trança: "Muito que bem... acho que eu cheguei a comentar pelo whatsapp, quando conversamos um pouco por áudio na hora de marcar a sessão, né? Mas eu vou falar de novo, acho que dá pra explicar melhor do motivo de eu ter vindo procurar terapia agora... eu nunca cheguei a fazer, é minha primeira vez! Então se eu estiver falando muito... haha... pode me interromper! Bom... eu vim aqui pra terapia por alguns motivos na verdade... eu gostaria de falar sobre a minha relação com meu pai em algum momento, ele bebe bastante, sabe? Desde que eu sou criança... ele nunca foi violento nem nada, nunca bateu em mim, na minha mãe nem no meu irmão... mas já aconteceram algumas situações de ele demorar pra chegar em casa, chegar de madrugada bêbado e nós termos que dar banho nele...

enfim. Mas acho que eu não queria entrar taaaanto nisso hoje, porque essa semana aconteceram outras coisas, que é no meu trabalho principalmente, mas depois eu queria falar um pouco sobre a minha namorada também, acho que dá tempo, né?"

A psicóloga sorri e diz que sim, que podem dividir a sessão nesses dois tópicos: trabalho e namoro. E que caso não dê tempo de falar tudo hoje, podem continuar semana que vem. A psicóloga mostra seu bloquinho de notas e diz que poderá anotar caso parem em alguma parte importante. Luciana agradece e começa sua fala: "ai, que bom! A minha família não tem tantas questões na verdade, são mais essas do meu pai, e sobre minha mãe ser bem superprotetora, então tínhamos que sempre dizer onde estávamos, com quem estávamos, quando iríamos voltar, fazer tudo certinho para ela não se preocupar, sabe? Eu achava um pouco cansativo as vezes porque era meio chato, mas fazia... teve até uma vez que ela me pegou chorando porque tava passando o pessoal que perdeu as casas com umas enchentes no jornal... e nunca mais ela viu jornal comigo de medo de eu ficar doente (risada)... aiai, eu tinha muita dó, sabe? Tadinhas daquelas pessoas, alguém deveria ajudar..."

Luciana suspira e continua: "Ai, mas enfim, isso foi pra te dar o contexto só (risada)... acho que vou começar pelo trabalho que é mais rápido... bom, eu sou enfermeira, né. Me formei esse ano, inclusive! E ainda bem, comecei a trabalhar logo, mas eu me sinto muito desvalorizada no trabalho, pelo tempo que eu passo trabalhando, sabe? Bom... deixa eu contextualizar né. Eu não nasci aqui em Ribeirão Preto, nasci em Lages, é uma cidade de Santa Catarina. Mas eu me mudei pra Ribeirão quando tinha uns 17 anos, porque meu pai tinha sido demitido, daí viemos pra cá porque tínhamos uns parentes na cidade. Eu não moro mais com a minha família tem um tempinho... meu pai, minha mãe e meu irmão moram juntos ainda, mas eu sai de casa no meio da faculdade, acho que faz uns 2 anos... é, eu tinha 22 na época. Meus pais foram meio contra, porque eu mudei pra um assentamento aqui próximo de Ribeirão, por isso até eu atrasei hoje... eu sempre fui muito ligada ao movimento de moradia, né. Acho que isso veio da colônia que eu morava, como todos nos conhecíamos, a gente tinha um senso de comunidade muito grande... e isso sempre foi importante pra mim, assim. As pessoas poderem ter com quem contar. Lá em Lages mesmo, o movimento MST é bem forte no Sul, mais do que aqui em Ribeirão ou em São Paulo capital, pelo que percebi... e quando eu morava em Lages, eu já ajudava com as produções, eu e meu grupo fazíamos a horta pra contribuir com o sustento da galera, e um outro pessoal vendia... então, quando mudamos pra cá, a primeira coisa que eu fiz foi procurar onde os trabalhadores se organizavam né, se tinha

algum núcleo nos partidos, enfim. Eu encontrei um assentamento que fica fora da cidade, então eu moro uns 30 minutos aqui de Ribeirão. Me mudei pra lá porque vi que poderia ajudar mais se estivesse perto, a galera precisa de bastante ajuda.... e o pessoal foi gostando também, eles falam que eu sou bem ponta-firme... Eu sempre gostei muito de enfermagem, então eu atendo o pessoal do assentamento, ajudo a gerenciar o financiamento também... Enfim, tá tudo bem pra mim, sabe? Meus pais são de esquerda e tudo, mas eles tem medo que eu me coloque em risco, ah, mãe e pai, é aquilo né. Eu fico meio sobrecarregada às vezes, porque sou uma das cabeças lá do pessoal, eu, a Laura, o Chico... tem um pessoal também que eu não tenho tanto contato, mas que ajudam... às vezes sobra mais coisa pra mim, mas é que... (suspira) eu não vejo problema em fazer, até porque se eu não fizer, ninguém faz, ou vai demorar pra ficar pronto. Mas esse nem é meu ponto principal... o negócio é que desde que me formei, eu comecei a trabalhar como cuidadora em uma casa de permanência para idosos, sabe? A gente chamava de asilo, mas mudamos porque ficou meio pejorativo... enfim, eu ganho um salário mínimo lá e fico 8 horas por dia trabalhando. E não é um trabalho fácil, é bem cansativo... nossa, sem falar nas famílias que não valorizam, que desconfiam, acusam a gente... eu me sinto um lixo porque faço as coisas com o maior amor, e as vezes vem o filho de algum idoso dizer que nós estamos pegando aposentadoria do idoso pra gente, sabe? Nossa... é um absurdo, eu fico com tanta raiva, pensando que isso não é justo com a gente... e eu ainda tento ser gentil, explicar que usamos para a alimentação e higiene básica, mas nossa... e aí, eu vejo outras pessoas que se formaram comigo e também trabalham na mesma área ganhando bem mais, tendo melhores condições sabe. Até um cara tontão que se formou comigo, se formou carregado pelos outros... isso me faz sentir pior ainda, porque o cara é filhinho de papai, recebeu indicação num hospital aqui e foi. Aí sabe, e eu sinto que eu faço e faço um monte de coisa e morro na praia, sabe? Parece que nunca consigo sair do lugar, que tudo o que eu me dediquei não valeu de nada (começa a chorar). É igual a Valentina. Aí, desculpa, eu vou mudar de assunto mas é porque essa semana aconteceu uma coisa que tem a ver com isso também. Eu namoro uma menina, a Val, desde que comecei a faculdade, sabe? Ela faz med e a gente se conheceu nos jogos... e assim, a Valentina mora com os pais, ela paga uma faculdade particular de medicina com o dinheiro dos pais... eu fiz enfermagem mas tive bolsa ainda, se não, eu não iria conseguir fazer. E eu fiz mil correes, trampei durante a faculdade na biblioteca, fiz mil projetos extracurriculares pra melhorar o currículo, porque eu não dava conta de fazer tanto curso ou ir em congresso... isso só mudou quando eu comecei a ir no assentamento, porque o pessoal não achou justo

eu fazer tanto sem remuneração. Mas assim, é um assentamento do Movimento Sem Terra, sabe? Eles não tem rios de dinheiro, eles me davam uma ajuda de custo de 600 reais, e nossa, eu já fui tão grata, sabe? (chora mais) eu consegui parar de tramar na biblioteca na época, tive mais tempo até pra própria faculdade. E a Valentina não vê nada disso... ai, me desculpa viu"

A psicóloga entrega um lenço para Luciana e diz que ela pode continuar chorando, que aquele espaço é pra isso mesmo. A psicóloga pergunta quanto tempo faz que ambas namoram, e o que Valentina fala sobre essas questões para Luciana. Luciana diz: "ah, namoramos vai dar 3 anos agora... era bem gostoso no começo sabe, ainda é na verdade, mas no começo era mais. A Val e eu nos conhecemos nos jogos do TUSCA, a gente ficou lá e pegamos contato, ai saímos depois algumas vezes e sempre era tão leve, sabe? Eu amo a Val, sei disso... não sei se ela faz por mal, mas ela tem feito uns comentários meio idiotas, sabe? Ela fazia isso desde o começo... eu relevava porque estava gostando dela, mas eu sentia que ela dava uma diminuída em mim, ainda mais na frente dos amigos dela, sabe? Me chamava de sapapaty, eu ficava meio mal... ah, essa é uma palavra que a gente usa pra falar de sapatão que é patricinha, sabe? (risada)." A psicóloga ri junto de Luciana. "Enfim... mas porra, a Valentina é toda trajada em coisa de marca, Prada e sei lá o que, a menina vai no salão toda semana, recebe ME-SA-DA dos pais pra gastar com o que quiser e me chama de patricinha?! Ai, eu sei que pode ser *white people problem*, mas sei lá. Eu sei que sou loira e tal, e que é bem o estereótipo mesmo, mas... ah!! Nossa, é verdade. Ela deu pra ficar me chamando de Barbie estereotipada, por causa do filme da Barbie, sabe? E meu, eu fico TÃO puta, porque a Valentina é toda cheia de pulseira, maquiagem... eu, olha (enfia a mão na bolsa e pega um batom) esse batom eu uso até acabar, ta vendo? E ele eu comprei na farmácia! Eu gosto dessas coisas também de pulseira, brinco... mas eu uso coisas mais artesanais, lá no assentamento as senhoras vendem pra juntar dinheiro pra comunidade também, eu compro muito delas. É tudo feito com semente de melancia costurada, sabe? Tem alguns de madeirinha... e eu gosto mesmo dessas coisas, eu gosto de usar vestido, de fazer babyliss no cabelo... tanto que quando me assumi lésbica meus pais vieram com aquele papo de “nunca esperava”... mas foi tranquilo, meus pais são de boa hoje. Mas quanto a Val... pô, olha o nome dela sabe, ela chama Valentina!!! Tem 20 anos nas costas e já poderia se aposentar se quisesse... e eu sei que assim, a Val é morena, o cabelo dela é comprido igual o meu, mas ela tem algumas questões de autoestima, ela se acha gordinha pra altura dela, vive falando que queria roubar meu olho pra ela... as meninas lá do assentamento falam que eu não deveria ficar

com ela mais porque ela me deu um *glow down*... mas assim, eu tenho esperança que a Val entenda mais sobre classe, sabe? Eu tento falar sobre com ela, mas de fininho... porque se eu começo a falar muito de Marx, materialismo-histórico... ela fica brava e fala que eu to vindo me vitimizar. Mas cara... isso é real. Classe é tão importante quanto raça e gênero, sabe? E até com isso... a Val tem umas homofobias internalizadas que me sobe o sangue às vezes...”

A psicóloga pergunta para Luciana o que Valentina e a situação do trabalho a fazem sentir, e Luciana responde, enchendo os olhos de água novamente: “olha, eu me sinto uma merda. É isso. Tá vendo, é só você perguntar que eu choro de novo... porque eu me sinto muito desvalorizada, minha autoestima fica no chão com isso, é só pensar que começo a chorar, na maior parte das vezes eu engulo, mas fica um aperto no peito e na garganta... porque parece que no trabalho eu faço, faço, faço e não consigo ter mais qualidade de vida... no meu namoro, que era pra ser leve e refúgio, eu me sinto super inconveniente, como se a Val estivesse fazendo um favor pra mim por namorarmos... tudo que eu faço, o trampo com os velhinhos, quando tem feira no assentamento e eu faço as entregas das produções, tudo ela coloca defeito, fala que o assentamento não dá dinheiro, que não vai me levar a lugar nenhum... e até agora na minha aparência, sabe?! Fica dizendo que eu não entendo algumas coisas que ela passa porque eu sou loira, porque sou branca, porque meu olho é azul. A Valentina também é branca, pelo amor de Deus!!! Mas ela vive bronzeada porque fica na piscina do condomínio dela a manha inteira. Eu vivo queimada porque eu não posso pegar bronze, minha pele é mais clara e com qualquer Solzinho fica vermelha, mas porque eu fico de regata colhendo alface, cenoura, pra ir vender na cidade (chora mais). Parece que nada que eu faço tem valor, que eu fico correndo em círculos sabe? Tô muito esgotada... eu comecei a achar que podia estar surtando, sei lá, e que eu não tô percebendo alguma coisa errada que to fazendo mesmo... eu tenho um tio que tem bipolaridade, não sei se tô numa depressão, não sei (chorando) eu tô conseguindo fazer as coisas, eu fico feliz no assentamento, na verdade tem sido o lugar em que eu mais fico feliz recentemente... mas me sinto perdida, não sei mais se tem jeito não... de uns tempos pra cá eu tenho até me desmotivado no trabalho, tem uns meses já que eu vou mais de corpo, mas fico avoada... porque é isso aí mesmo, não vai mudar, sabe? Eu vou, faço o que tenho que fazer e vou pra casa, eu não vou me sentir bem lá no trabalho mesmo... outro dia tava até chegando no trabalho e quando eu cheguei na calçada, lembrei que tinha esquecido a chave do portão da casa em cima da mesa... e isso

só fez eu me sentir um lixo maior ainda, só não chorei ali porque tinha que entrar pra trabalhar...”

A psicóloga estende mais lençinhos e um copo de água para Luciana, que funga e bebe a água. Ao final da sessão, Luciana diz que foi bom ter falado e desabafado, que se sente aliviada, mas triste ao mesmo tempo, por não saber como se sentir mais útil. A psicóloga agenda com Luciana para a próxima semana e diz que irão cuidar das dores que Luciana vem sentindo nos últimos tempos.