A contribuição da Gestalt-terapia na gestão da saúde psicossocial no contexto organizacional
Dra. Márcia Skibick Araújo e Dra. Daniele Cajaseiras Matos

A Gestalt-Terapia, fundamentada em referenciais humanistas, fenomenológicos e existenciais, apresenta-se, no contexto organizacional, como uma abordagem potente para a compreensão e intervenção nos processos de saúde e adoecimento no ambiente laboral. Uma abordagem gestáltica das organizações as compreende como organismos vivos, em constante relação de reciprocidade e interdependência com o ambiente. Com base em uma perspectiva dialógica e interativa, enfatiza o diálogo como encontro autêntico entre sujeitos, conforme proposto por Martin Buber, e entende o indivíduo em permanente interação com seu campo relacional.

O presente estudo tem como objetivo analisar a contribuição da Gestalt-Terapia na gestão da saúde psicossocial no contexto organizacional, articulando seus fundamentos conceituais com práticas institucionais voltadas à prevenção de riscos e à promoção do bem-estar no trabalho. Trata-se de um estudo teórico qualitativo, de caráter exploratório, fundamentado na Gestalt-Terapia e em sua interface com a gestão da saúde psicossocial. O procedimento metodológico consistiu na realização de duas rodas de conversa, com a participação de 15 colaboradores em cada grupo. A escuta qualificada, conduzida a partir do tema “Saúde mental no trabalho: quando o estresse vira risco”, favoreceu a expressão de afetos e a identificação de comportamentos insatisfatórios no ambiente laboral.

As narrativas produzidas foram analisadas por aproximação temática e posteriormente agrupadas, possibilitando a identificação de elementos recorrentes relacionados às dificuldades psicossociais presentes no cotidiano de trabalho. A análise foi realizada segundo conceitos gestálticos, como contato, autorregulação, ajustamento criativo e figura-fundo, em diálogo com referenciais clássicos da abordagem, especialmente as contribuições de Jorge Ponciano Ribeiro e Martin Buber.

Os resultados evidenciam que as insatisfações e os riscos associados aos fatores psicossociais no trabalho estão fortemente relacionados à qualidade das relações interpessoais, à comunicação organizacional e à clareza das normas e dos processos institucionais. As falas dos participantes revelaram ambivalência (polaridade) na percepção do trabalho, da convivência e do sentido de coletividade, compreendidos simultaneamente como fonte de realização e de desgaste.

Destaca-se que as experiências laborais se apresentam como possíveis gêneses de diferentes níveis de ansiedade no coletivo. Observa-se uma ansiedade de caráter adaptativo, relacionada ao ajustamento dos afetos, que pode evoluir para níveis mais disfuncionais quando há fragilização das condições de contato. Nesse contexto, a Gestalt-Terapia oferece uma leitura do campo organizacional como espaço de relações por vezes adoecidas, marcadas pela ausência de diálogos autênticos e integradores. O desenvolvimento psicossocial nas organizações, compreendido como um campo relacional vivo, criativo e transformador, demanda que sujeitos e coletivos se constituam e amadureçam por meio das relações cotidianas e do autoconhecimento. Essa perspectiva se ancora em um modelo processual da interação humana, entendido como a interface saudável entre organismo e ambiente.

Conclui-se que a Gestalt-Terapia oferece fundamentos consistentes para uma gestão preventiva e proativa da saúde mental frente aos riscos psicossociais. Ao integrar as dimensões técnica e relacional nas intervenções organizacionais, a atitude dialógica, a escuta ativa e a presença favorecem a construção de ambientes mais saudáveis, nos quais o ajustamento criativo e a autorregulação contribuem para o equilíbrio do campo na realização do contato diante das demandas do trabalho. Por fim, no caso da análise figura-fundo, esta possibilita identificar elementos que emergem como prioritários na experiência dos colaboradores, contribuindo para diagnósticos mais precisos e contextualizados.

Palavras-chave: Diálogo; Gestalt-Terapia; Riscos psicossociais; Saúde mental; Trabalho.