


MARCOS LEMOS AFONSO



PNL,  
terapia familiar,  
hipnotismo e  
esquizofrenia:




**SATIR**

**ERICKSON**

**BATESON**

**uniatual**  
EDITORA

MARCOS LEMOS AFONSO



PNL,  
terapia familiar,  
hipnotismo e  
esquizofrenia:



**SATIR**

**ERICKSON**

**BATESON**

**uniatual**  
EDITORA

© 2024 – Uniatual Editora

[www.uniatual.com.br](http://www.uniatual.com.br)

universidadeatual@gmail.com

**Autor**

Marcos Lemos Afonso

**Editor Chefe:** Jader Luís da Silveira

**Editoração:** Resiane Paula da Silveira

**Capa e Arte:** Marcos Lemos Afonso

**Revisão:** Tatiana Silva Dunajew Lemos Afonso

**Conselho Editorial**

Ma. Heloisa Alves Braga, Secretaria de Estado de Educação de Minas Gerais, SEE-MG

Me. Ricardo Ferreira de Sousa, Universidade Federal do Tocantins, UFT

Me. Guilherme de Andrade Ruela, Universidade Federal de Juiz de Fora, UFJF

Esp. Ricael Spirandeli Rocha, Instituto Federal Minas Gerais, IFMG

Ma. Luana Ferreira dos Santos, Universidade Estadual de Santa Cruz, UESC

Ma. Ana Paula Cota Moreira, Fundação Comunitária Educacional e Cultural de João Monlevade, FUNCEC

Me. Camilla Mariane Menezes Souza, Universidade Federal do Paraná, UFPR

Ma. Jocilene dos Santos Pereira, Universidade Estadual de Santa Cruz, UESC

Ma. Tatiany Michelle Gonçalves da Silva, Secretaria de Estado do Distrito Federal, SEE-DF

Dra. Haiany Aparecida Ferreira, Universidade Federal de Lavras, UFLA

Me. Arthur Lima de Oliveira, Fundação Centro de Ciências e Educação Superior à Distância do Estado do RJ, CECIERJ

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

A257p	Afonso, Marcos Lemos PNL, terapia familiar, hipnotismo e esquizofrenia: Satir, Erickson e Bateson / Marcos Lemos Afonso. – Formiga (MG): Uniatual Editora, 2024. 116 p.: il.  Formato: PDF Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader Modo de acesso: World Wide Web Inclui bibliografia ISBN 978-65-86013-65-8 DOI: 10.5281/zenodo.10802144  1. PNL. 2. Satir. 3. Erickson. 4. Bateson. I. Afonso, Marcos Lemos. II. Título.  CDD: 153.2 CDU: 159.9
-------	--

*Todo o conteúdo apresentado neste livro é de responsabilidade de seu autor.*

Downloads podem ser feitos com créditos ao autor.

São proibidas as modificações e os fins comerciais.

Proibido plágio e todas as formas de cópias.

Uniatual Editora  
CNPJ: 35.335.163/0001-00  
Telefone: +55 (37) 99855-6001  
[www.uniatual.com.br](http://www.uniatual.com.br)  
[universidadeatual@gmail.com](mailto:universidadeatual@gmail.com)  
Formiga - MG  
Catálogo Geral: <https://editoras.grupomultiatual.com.br/>

Acesse a obra originalmente publicada em:  
<https://www.uniatual.com.br/2024/03/pnl-terapia-familiar-hipnotismo-e.html>



MARCOS LEMOS AFONSO

PNL,  
TERAPIA FAMILIAR,  
HIPNOTISMO E  
ESQUIZOFRENIA:  
SATIR,  
ERICKSON e  
BATESON

UNIATUAL EDITORA  
2024

## APRESENTAÇÃO

Necessário iniciar dizendo que o autor deste livro não está ligado ao mundo do “coaching”, sendo apenas de um professor, mas movido pela curiosidade em conhecer mais, decide empreender uma pesquisa para desvendar os fundamentos da Programação Neurolinguística (PNL).

Os resultados desta empreitada serão descritos neste ensaio, mas antecipo que foram surpreendentes, chegando perto do improvável.

Durante a trajetória desta pesquisa havia descobertas fantásticas, mas suas origens eram diversas, fato que havia a necessidade de montar um quebra-cabeça, pois havia citações em livros que remetiam a novos autores, sendo necessário realizar mais leituras, sendo que ao final era possível revelar o enigma.

Neste ensaio os leitores poderão encontrar aspectos fundamentais da PNL, hoje amplamente conhecida e utilizada, mas havendo ainda muito desconhecimento e/ou discriminação, que em parte podem ser atribuídos a sua própria origem, fruto da curiosidade de um estudante de graduação em uma universidade “sem relevância” no mundo da pesquisa.

Desejo que sua leitura possa estar igualmente contaminada pela curiosidade em conhecer “a estrutura da magia”, livro que lançou a PNL em 1975. Percebe-se que o próprio título provoca ainda mais críticas e/ou preconceitos na comunidade “científica”.

Neste ensaio existe a chance de você ficar descontaminado dos preconceitos contra a PNL, pois irá conhecer alguns personagens, destaque para o trio de pesquisadores com elevado reconhecimento da comunidade científica, SATIR, ERICKSON e BATESON.

Inclusive poderá ir além, acreditando que você é um elo importante para direcionar a humanidade para a paz, sendo a diferença (você) que faz diferença (mudança)!

Boa leitura!

## SUMÁRIO

<b>1- A ORIGEM DA PNL .....</b>	<b>8</b>
<b>2- VIRGINIA SATIR .....</b>	<b>18</b>
<b>3- MILTON ERICKSON .....</b>	<b>34</b>
<b>4- GREGORY BATESON .....</b>	<b>49</b>
<b>5- MAGIA OU REALIDADE .....</b>	<b>63</b>
<b>6- PRESSUPOSTOS DA PNL .....</b>	<b>69</b>
<b>7- CAUSA E EFEITO .....</b>	<b>80</b>
<b>8- ESTRATÉGIA E CRENÇAS .....</b>	<b>86</b>
<b>9- CAMINHOS DA PERSUASÃO .....</b>	<b>92</b>
<b>10- USE SUA MENTE .....</b>	<b>100</b>
<b>POSFÁCIO .....</b>	<b>106</b>
<b>BIBLIOGRAFIA .....</b>	<b>107</b>
<b>GLOSSÁRIO .....</b>	<b>109</b>
<b>MENTE E NATUREZA NA VISÃO DA SOPHIA .....</b>	<b>114</b>
<b>SOBRE O AUTOR .....</b>	<b>116</b>

# **CAPÍTULO 1**

---

## **A ORIGEM DA PNL**



**A** Programação Neurolinguística (PNL) foi criada na década de 1970, sendo uma iniciativa de Richard Wayne Bandler, um estudante de computação que depois mudaria para o curso de psicologia, na Universidade da Califórnia, situada no Condado de Santa Cruz, estado da Califórnia nos Estados Unidos da América do Norte, e pelo seu professor orientador, John Thomas Grinder.

John Grinder, psicólogo com doutorado em linguística, havia trabalhado na Força Especial do Exército Americano na Europa nos serviços de inteligência, fato que tinha grande interesse na relação da psicologia com a linguística, bem como no estudo da gramática. A “Gramática Transformacional” ocuparia ponto central, sendo uma criação de Noam Chomsky, linguista do MIT (Massachusetts Institute of Technology), cujo marco principal ocorreu com a publicação de seu livro “As estruturas sintáticas” em 1957.

Os dois (Bandler e Grinder) iniciaram 2 grupos de estudos com reuniões semanais, Bandler (com 22 anos) coordenava nas noites de terças-feiras, utilizando técnicas de hipnoterapia, Gestalt e terapia familiar sistêmica; e Grinder (com 32 anos) coordenava nas noites de quintas-feiras, usando os modelos verbais e não verbais do Dr. Perls. Após as reuniões buscavam analisar os resultados para identificar a essência, foi desta forma que iniciaram a disciplina de Modelagem da Excelência Humana.

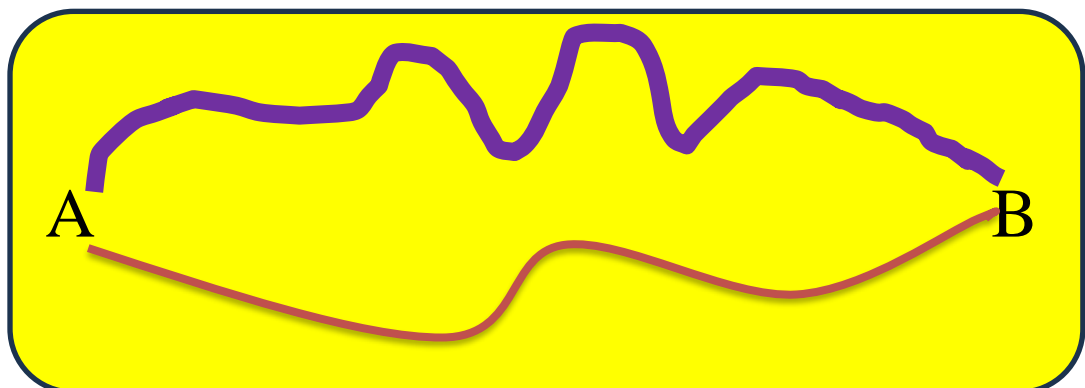


Mas Bandler relata no livro “A introdução definitiva à PNL: como construir uma vida de sucesso” como tudo começou na sua cabeça:

Minha formação foi primeiramente em matemática, lógica e ciência, e quando eu estava na faculdade, me mudei para a casa de um psiquiatra, que estava cheia de livros. Sendo um ávido leitor, comecei a lê-los, esperando encontrar o ponto onde eles diziam ser possível ajudar um paciente. Infelizmente o único livro que eu encontrei que dizia como fazer algo era o livro que lhe dizia como prescrever remédios. Se as pessoas estivessem deprimidas, você poderia prescrever antidepressivos para elas. A pior parte era que muitas das pessoas que tomavam antidepressivos ainda estavam deprimidas. [...] Sendo o cara prático que sou, eu não podia acreditar nisso, então comecei a investigar mais fundo. (BANDLER: 2019, 32).

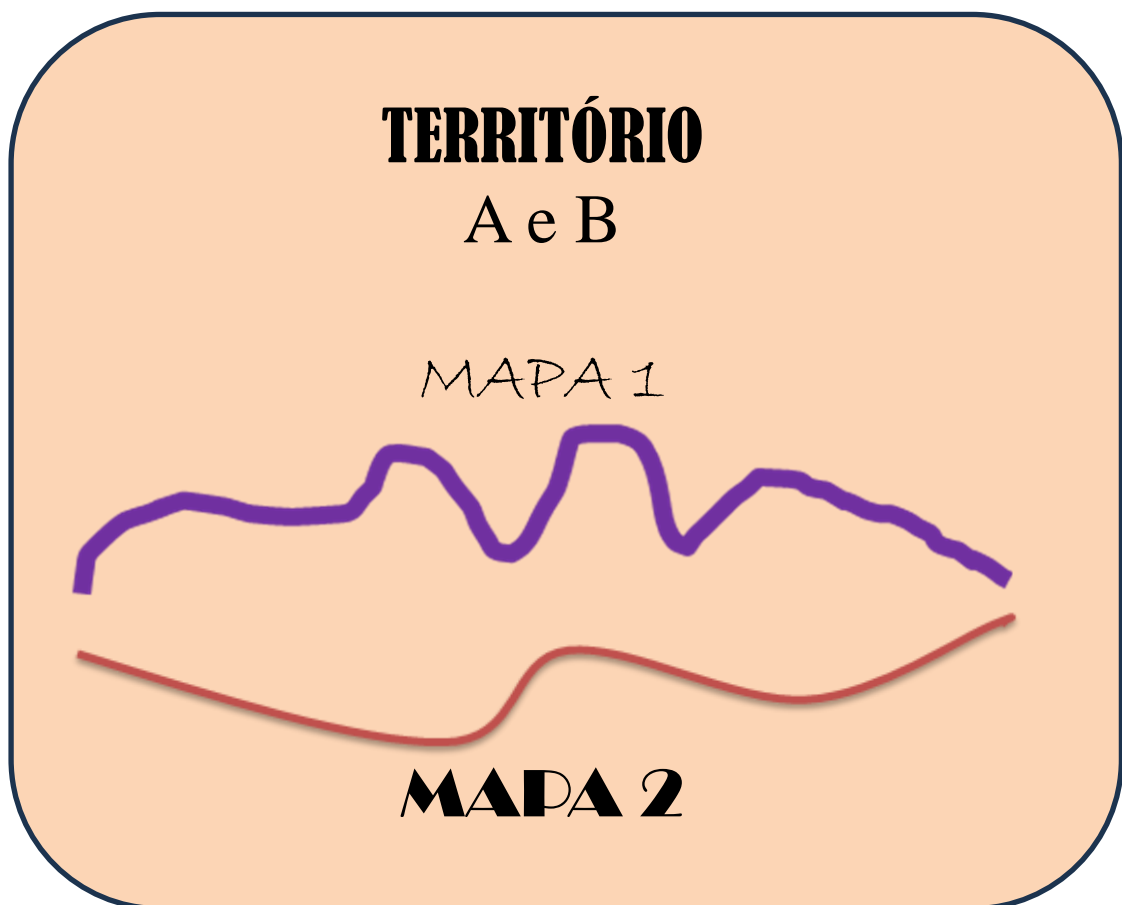
A curiosidade de Bandler o fez realizar muitas leituras, sendo que todo este trabalho de pesquisa era totalmente aleatório, sem nenhum objetivo concreto no contexto acadêmico, ou seja, a busca de respostas não era objeto de uma “tese de doutorado” ou algo que o valha, sendo realizado concomitante um profundo estudo da realidade, pois:

No começo, tudo que fiz foi sair e explorar como as pessoas se comportavam: eu estava convencido de que deveria haver um jeito melhor de organizar a informação sobre como seres humanos fazem coisas. Quando eu encontrei esquizofrênicos, eu achei que eles se pareciam muito com meus vizinhos – eu realmente não percebia a diferença. Eles simplesmente tinham modos de pensar diferentes das outras pessoas. Seus modelos de mapas não se equivaliam às experiências alheias. De fato, o conceito de que o mapa não é o território é uma das ideias que pavimentaram a fundação da Programação Neurolinguística. Isso significa que seu entendimento do mundo é baseado em como você o representa – seu mapa – e não no mundo em si. (BANDLER: 2019, 33).



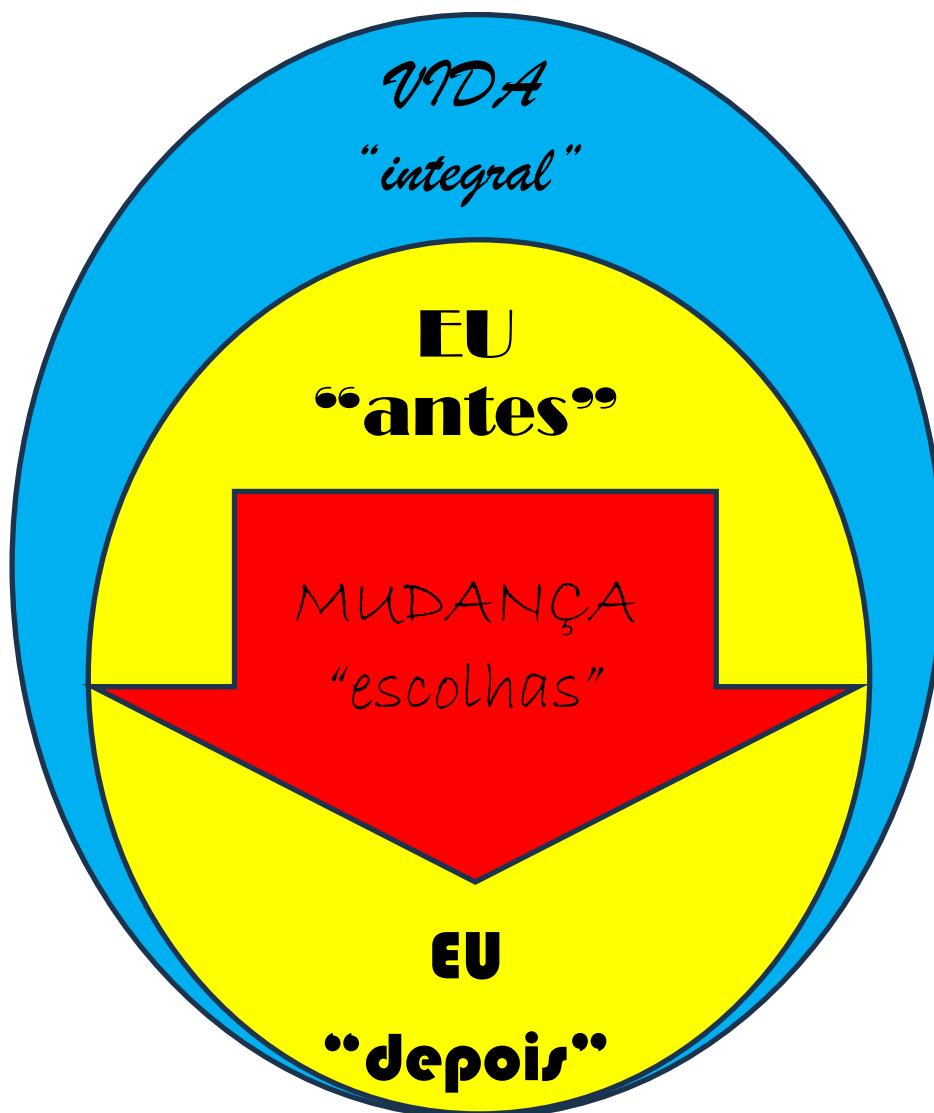
O mapa é um desenho que poderá apresentar e/ou representar um território, mas jamais será o mesmo, ou seja, poderá haver vários mapas para um único território, inclusive mapas que tenham alguns detalhes equivocados que foram criados pelo seu autor. A criação do mapa está totalmente centrada na capacidade de seu criador, além de seu conhecimento da realidade. A fim de:

entender o mundo, nós o mapeamos em nossos cérebros. Agora, para fazer um mapa, nós passamos por três processos básicos. Primeiro, você omite parte da informação. Num mapa de uma cidade, você não desenha os carros, você não vê como os telhados são, e assim por diante. E esse é um processo útil – até que você omite algo importante como bloco inteiro de edifícios. [...] Depois, quando você faz um mapa, você generaliza. Em um mapa, todas as estradas são representadas da mesma forma, a despeito de como elas realmente são, e quando você vê um desenho em azul você espera ser um lago ou o mar. Generalizações são parte do processo de aprendizado. [...] Por último, você distorce parte da informação. Um mapa de uma cidade é geralmente menor que a cidade em si, certo? E é plano: é uma impressão num pedaço de papel. Na vida, você distorce toda vez que toma as coisas desproporcionalmente, se você as faz maiores do que realmente são, ou se as faz menores. (BANDLER: 2019, 35).



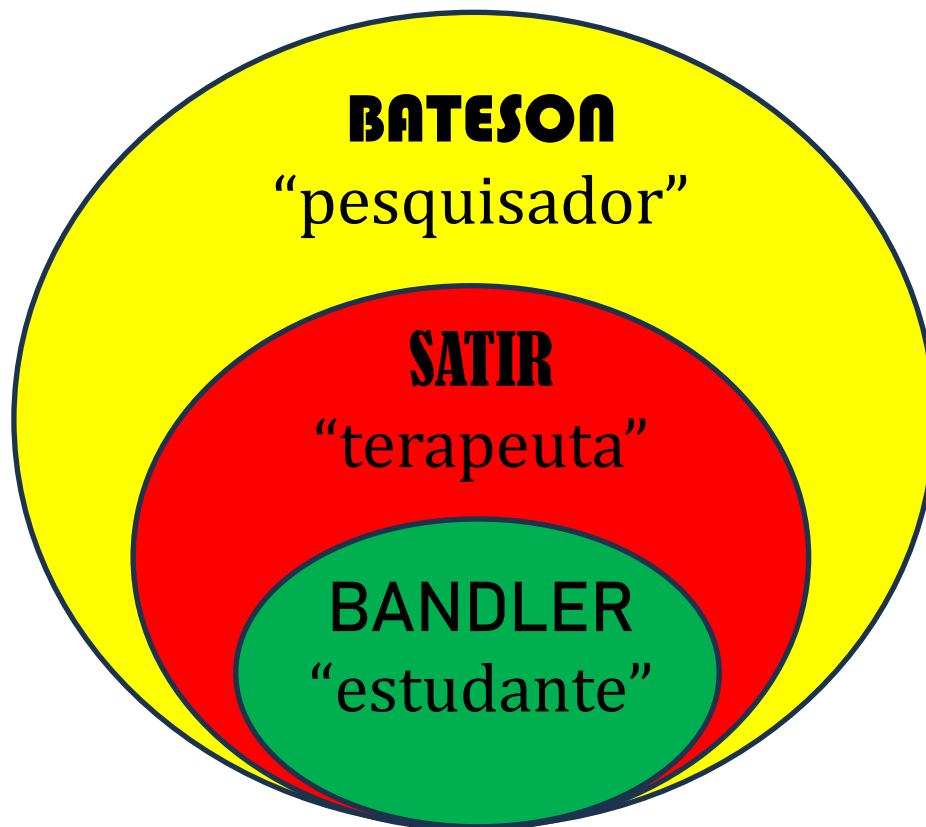
A PNL apesar de sua criação – na década de 1970 – dentro da Universidade da Califórnia, uma escola comunitária no condado de Santa Cruz com poucos recursos, vale destacar que tudo ocorria com o rigor de “projeto de pesquisa”, sendo coordenado por Bandler e supervisionado por Grinder:

E aqui vai outra dessas coisas que as pessoas ainda repetem: elas chegam para mim e dizem ‘Você tem que descobrir quem você realmente é e se aceitar.’ Bem, eu estou aqui para dizer que não. Você não tem que ser nada que não queira. Porque você agiu como uma pessoa tímida até agora não significa que você está condenado ao papel de tímido pelo resto da vida. O fato de você ter agido como um preguiçoso ou irresponsável não o faz ser como tal – é apenas um padrão comportamental, não quem você é. Você pode ser que quer que escolha ser. Mudanças ocorrem o tempo todo – é a única constante na vida. O ponto é, se você vai escolher a direção que sua vida tomará e o tipo de pessoa que se tornará, ou vai apenas se sentar e esperar a vida acontecer? (BANDLER: 2019, 50).



As escolhas de Bandler eram desafiantes em todos os sentidos, pois estavam além dos padrões da época, fato que geravam conflitos com os defensores do contexto vigente, notadamente os que tinha “mais conhecimento”, mas havia raras exceções:

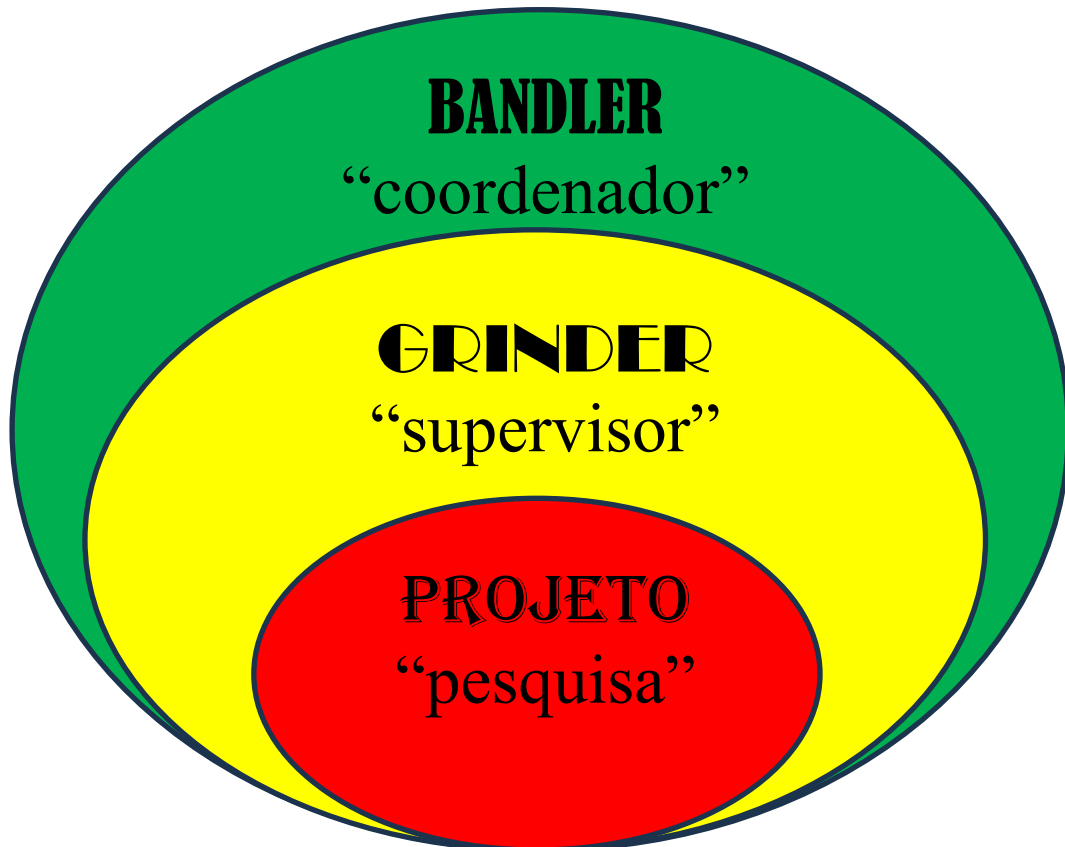
Um dia, o dono da casa onde eu morava me chamou e me disse que Virginia Satir estaria na área, então eu poderia ficar de olho nela e ter certeza de que ela estaria confortável com isso. Agora, Virginia foi a razão pela qual eu fui desviado da matemática e das ciências e acabei cocriando a PNL: ela era uma psicoterapeuta muito talentosa que poderia realmente produzir resultados consistentes. [...] eu disse ‘Então você é Virginia. Todos dizem que você é uma grande psicoterapeuta. O que exatamente você faz?’ ‘Bem,’ ela disse, ‘Eu realmente não faço o que outras pessoas fazem. Eu tento tornar meus clientes felizes.’ Aquilo fez muito sentido para mim, então eu perguntei, ‘E funciona?’ E ela disse, ‘Eu tenho tido sucesso, porque tenho sido capaz de ajudar muitas pessoas que ninguém mais podia.’ ‘Quem, por exemplo?’ eu perguntei. ‘Bem, eu trabalho com muitos esquizofrênicos que são internados, e eu descobri que se você trazer toda a família, alguns deles não parecem mais tão loucos.’ Sendo alguém que estudava sistemas, eu achei aquilo bem interessante. (BANDLER: 2019, 55).



O dono da casa onde Richard Bandler morava, era Gregory Bateson, simplesmente um dos maiores pesquisadores do século XX, o qual investigava a integralidade entre o corpo, a mente e a natureza, sendo autor de vários livros com destaque para “Ecologia da Mente” e “Mente e Natureza”, ou seja, Bandler era locatário (alugava moradia) de um locador (proprietário do imóvel) que figurava em os seres humanos mais raros, proporcionando abrigo para o corpo e, estímulos para a mente, sendo a “diferença que fez diferença”, termo com profundo cunho filosófico.

Normalmente, locador e locatário vivem um clima de amor ou ódio, preponderando o ódio, mas a PNL poderá auxiliar a transformar ódio em amor, imagine o quanto poderá haver de ganhos individuais e/ou coletivos, bastando apenas você escolher!

O trabalho realizado pela dupla, Bandler (com 22 anos) e Grinder (com 32 anos), juntou o interesse – atitude – do estudante em “coordenar um projeto” de pesquisa, com a obrigatoriedade – competência – do professor “novato” que estava disponível, formando uma dupla inusitada e improvável, movidos pela curiosidade, essência no trabalho de pesquisa.



Na PNL, existem alguns princípios considerados fundamentais, possibilitando que os resultados possam ser alcançados, sendo denominados “pressupostos”, a saber: o mapa não é o território; as experiências possuem uma estrutura; se uma pessoa pode fazer algo, todos podem aprender a fazê-lo também; corpo e mente são partes do mesmo sistema; as pessoas já possuem todos os recursos de que necessitam; é impossível não se comunicar; o significado da sua comunicação é a reação que você obtém; todo comportamento tem uma intenção positiva; as pessoas sempre fazem a melhor escolha disponível para elas; se o que você está fazendo não está funcionando, faça outra coisa.

MAPA NÃO É O TERRITÓRIO.

EXPERIÊNCIAS POSSUEM UMA ESTRUTURA.

TUDO PODERÁ SER REPLICADO.

CORPO E MENTE SÃO INSEPARÁVEIS.

TUDO ESTÁ DISPONÍVEL INTERIORMENTE.

IMPOSSÍVEL NÃO SE COMUNICAR.

O SIGNIFICADO DA COMUNICAÇÃO É SUA REAÇÃO.

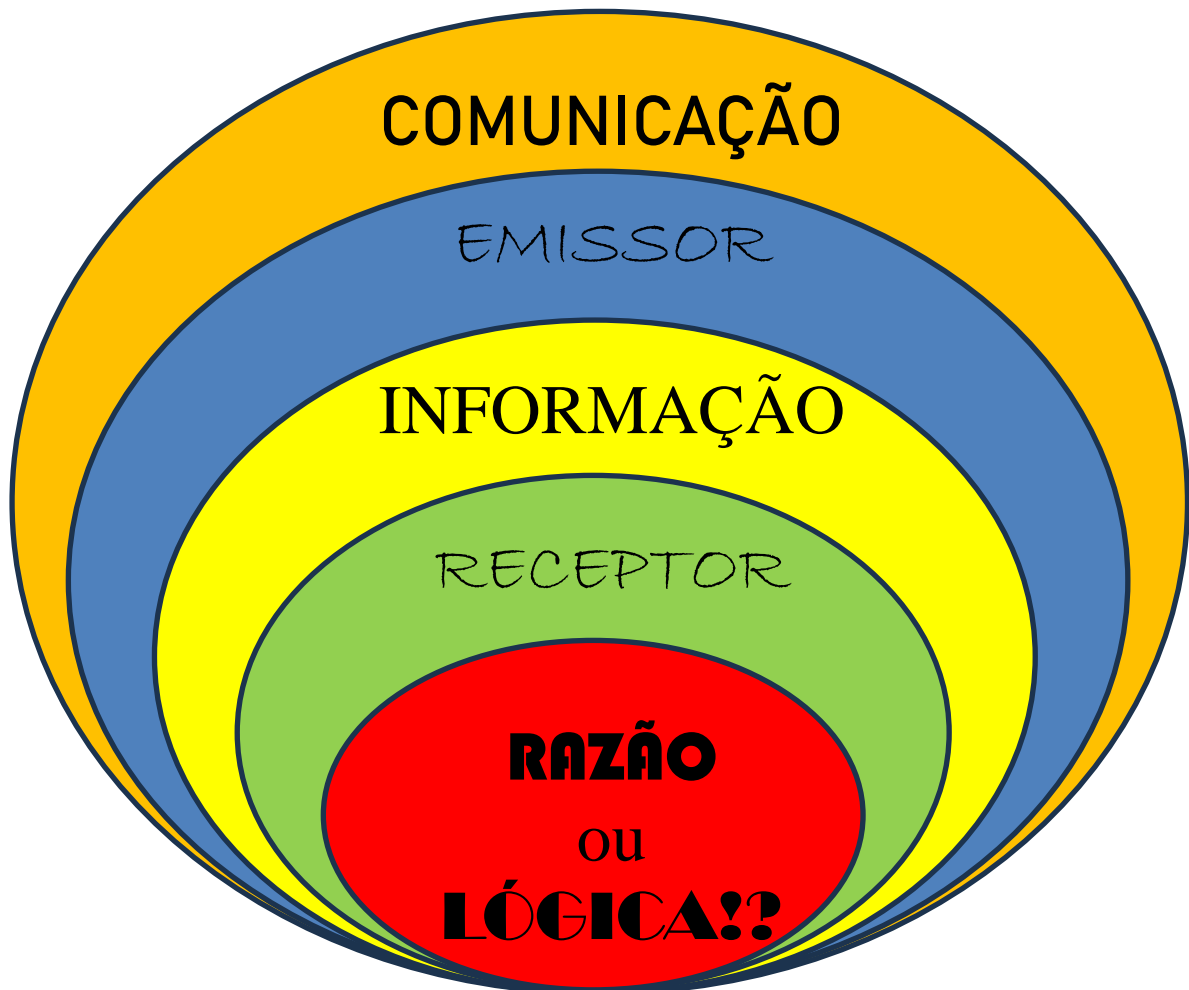
TUDO COMPORTAMENTO TEM INTENÇÃO POSITIVA.

A MELHOR ESCOLHA DEPENDE DA DISPONIBILIDADE.

ERROU, BUSQUE FAZER DIFERENTE.

As relações humanas utilizam o ambiente da comunicação para mediar seus interesses e/ou desejos, sempre haverá mensagens sendo trocadas, proferida por um emissor e recebida por um receptor, ou seja, um fala e o outro ouve. Neste ambiente é dado extrema relevância ao dito, em detrimento do ouvido, fato que a “mensagem” poderá utilizar como base o mapa A (cultura, educação e etc.), mas a mesma “mensagem” poderá ser interpretada com base no mapa B (outra cultura, outra educação e etc.). Este “ruído” é extremamente comum, mas na maior parte jamais será revelado, pois seria necessário humildade para perguntar e/ou revelar o desconhecimento.

Sempre haverá a possibilidade de uma pessoa influenciar outra, sendo que – historicamente – encontraremos situações absurdas, ocorridas simplesmente pelo fato de uma única pessoa persuadir multidões. O ambiente social oferece inúmeras oportunidades para a realização de ações que possam ser geradoras de persuasão, sendo destaque: reciprocidade; compromisso e consistência; prova social; autoridade; gostar. Necessário chamar a atenção que os seres humanos tomam decisões que desafiam a lógica, mas são totalmente explicadas no contexto da razão.



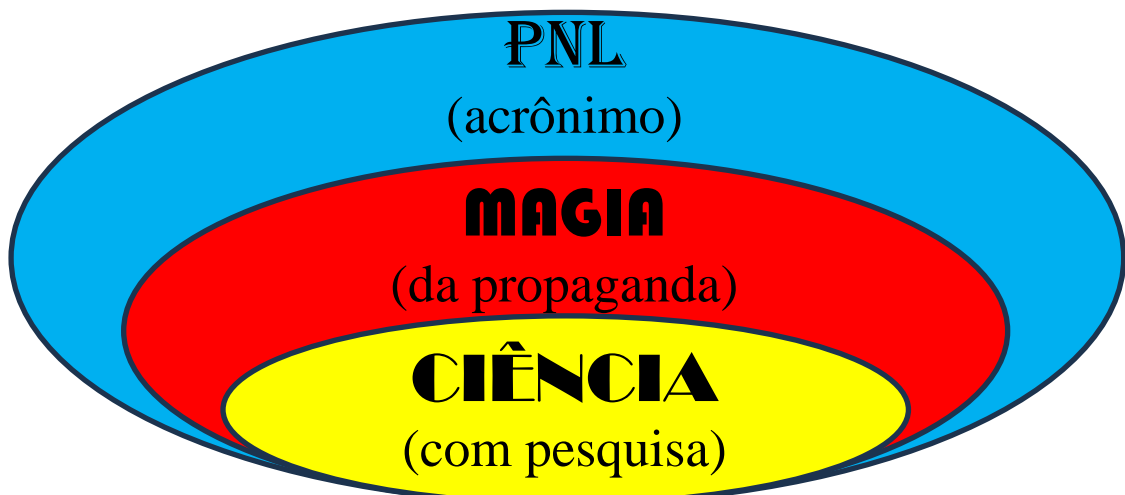


A PNL foi desenvolvida dentro do ambiente científico, sendo testada por dois anos (1973 e 1974) em reuniões semanais coordenadas por Bandler nas terças-feiras e Grinder nas quintas-feiras. Estas reuniões precederam o lançamento do livro “A estrutura da magia” – cujo lançamento ocorrera em 1975, sendo que a palavra “magia” estava associada aos resultados “milagrosos” alcançados por Erickson e Satir.

Podemos dizer que este livro “A estrutura da magia” é um marco no início da aplicação e divulgação da PNL, mas é fundamentalmente uma obra científica, desenvolvida num prisma de laboratório, utilizando fundamentos de pesquisa-ação, pesquisa-participante e experimental, pois os aspectos linguísticos e psicológicos eram testados continuamente.

O brilhantismo da dupla Bandler e Grinder na decodificação da linguagem utilizada entre os seres humanos, compreendendo-a no contexto de “estrutura”, e depois replicando-a, associada aos fatores psicológicos, possibilitou criar algo inédito. O texto apresentado no livro “A estrutura da magia” permite, aos leitores, diferenciar aspectos superficiais, ocultos e profundos utilizando nas mensagens, sendo o grande impulsionador na continuação da pesquisa e alcançando enorme reconhecimento, fato que abriu caminho para o lançamento de vários novos livros sobre a Programação Neurolinguística, sem que a palavra “magia” fosse utilizada nos mesmos.

Hoje, após 50 anos na formulação da técnica de Programação Neurolinguística, Richard Bandler é o nome mais referenciado, sendo destaque sua insaciável curiosidade e elevada capacidade de modelagem diante das mudanças, contudo, a parceria extraordinária com John Grinder jamais poderá ser negligenciada, pois a “magia” estava no método e não nas pessoas. PNL é ciência, mas sua associação a palavra “magia” foi capaz de despertar mais atenção no público leigo.



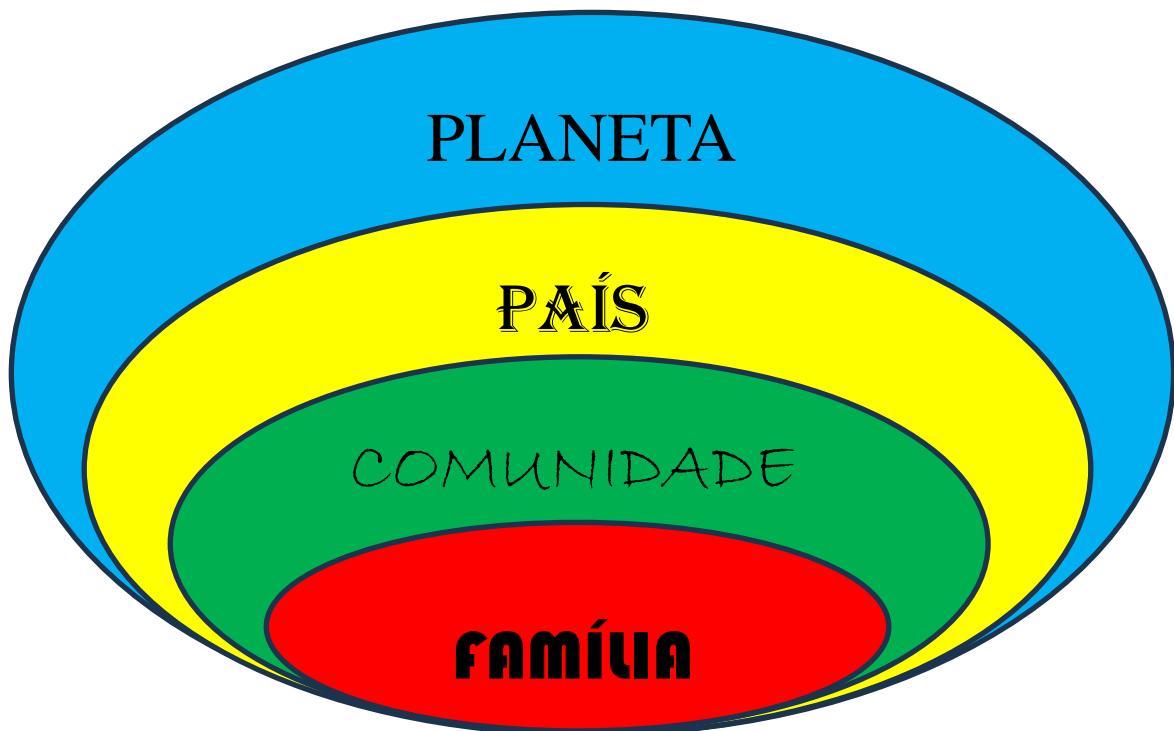
# **CAPÍTULO 2**

---

## **VIRGINIA SATIR**

**V**irginia Satir (1916 – 1988) é uma das fontes teóricas na criação da PNL, sendo que em 1948 concluiu sua graduação em Serviço Social, percebendo na realização do seu trabalho, que os problemas psicológicos estavam além do próprio indivíduo, ou seja, no contexto da família. Em 1959 mudou-se para a Califórnia, integrando a equipe do Mental Research Institute (MRI) em Palo Alto, que recebeu em 1962 uma concessão do National Institute of Mental Health para ofertar o primeiro programa formal de treinamento em terapia de família. Em 1964 lançaria seu primeiro livro com o título “Terapia Familiar Conjunta”, passando a ser uma referência além dos muros da psicologia e psiquiatria, primeiramente nos Estados Unidos da América do Norte, depois em várias partes do mundo.

Criar a paz mundial é muito parecido com criar a paz na família. Estados aprendendo a curar famílias, e podemos usar esse aprendizado para curar o mundo. A nossa família global é disfuncional e, na verdade, trabalha com os mesmos problemas que afetam qualquer outra família disfuncional. Em muitos governos, o poder concentra-se em uma pessoa ou função; a identidade é percebida em termos de conformidade e obediência, e a autonomia está sujeita à aprovação de outra pessoa. (SATIR: 1976, 385).



A paz é um efeito percebido nas relações humanas, fato que é necessário identificar suas causas, ou seja, a paz é resultado – um produto – de diversas ações realizadas de forma individual e/ou coletiva no presente, mas também como reflexos do passado ou até da intencionalidade de realizações futuras.

Temos a inteligência e a capacidade de criar tecnologias fabulosas e às vezes surpreendentes, mas ainda assim devemos encontrar os meios mais confiáveis para que todos as pessoas do mundo possam viver e trabalhar em comunhão; é agora quando devemos usar nossa inteligência para conseguir este objetivo. Quando chegamos à conclusão íntima de que chegou a hora de agir, que é necessário fazê-lo, teremos sucesso. (SATIR: 1976, 386).

Viver e trabalhar em comunhão é o maior desafio da humanidade no Planeta Terra, sendo um efeito plenamente possível de ser alcançado, bastando o ser humano elevar sua consciência para a necessidade de agir, primeiramente de forma individual, pois até o menor e mais rápido pensamento irá afetar seu entorno, fazendo parte do “inconsciente coletivo” na visão de Jung.

Na nossa sociedade urbana e industrial, as instituições com as quais convivemos foram projetadas para serem práticas, eficazes, produtivas e lucrativas, mas raramente protegem e servem ao aspecto humano das pessoas. Quase todos nós temos sentimentos de pobreza, discriminação, pressões ou outras consequências negativas das nossas instituições sociais desumanas. Para os elementos das famílias em conflito, que quando se deparam com condições desumanas em casa, estas dificuldades são muitas vezes mais difíceis de aceitar. Ninguém escolheria deliberadamente esse estilo de vida perturbador. As famílias só aceitam porque não sabem outra forma de convivência. (SATIR: 1976, 26).



Nesta citação podemos identificar o inconformismo de Satir diante de uma realidade social que privilegia o lucro em detrimento da vida humana, sendo fundamental identificar as esferas de condicionamento social imposta pela comunicação e/ou ciclo vicioso das esferas de poder, fato que gera impotência em grande parte das pessoas, tornando-as reféns do sistema. Na PNL isto será trabalhado na construção de novos mapas, ou seja, criando novos caminhos para percorrer o mesmo território que permanece igual.

Para facilitar a compreensão deste conceito, tome como exemplo: a) território - o local (X) onde você mora e o local (Y) onde você trabalha e/ou estuda e/ou etc; b) mapa em uso - sair de X passando nos pontos 1, 2, 3, 4, 5 e 6 para chegar em Y; c) mapa novo - sair de X passando nos pontos 1, 7, 8 e 6 para chegar em Y. Perceba que “a” irá continuar inalterado, sendo que “b” era o único mapa conhecido (revelado na citação de SATIR), mas há uma opção em “c” que jamais haviam pensado, ou seja, muitas pessoas apegam-se ao já conhecido, sem jamais conhecerem o todo (alegoria da caverna de PLATÃO).

Ampliando nossa compreensão do termo “o mapa não é o território” tome como exemplo: a) território - o pai (X) e o filho (Y); b) mapa em uso - o pai (X) utiliza de gritos, dinheiro e castigos para educar o filho (Y); c) mapa novo - o pai (X) utiliza o diálogo e passeios para educar o filho (Y). Perceba que “a” irá continuar inalterado, sendo que “b” era o único mapa conhecido, mas há uma opção em “c” que jamais haviam pensado, ou seja, ou seja, a mudança começaria com o pai. Este fato - o “problema” na criança é apenas um efeito - foi o maior achado de SATIR que sempre desejava incluir toda a família na busca da solução, ou seja, de forma inovadora (brilhante) ataca as causas.



É pertinente destacar o trabalho de pesquisa empírica de Anna FREUD (1895 – 1982) que já havia jogado luz neste tema ao trabalhar com adolescentes, mas recebendo pouco crédito, igualmente como Virginia SATIR (1916 – 1988) que passa despercebida – ou rejeitada – no mundo da psicologia, apesar de já ter recebido títulos de “*honoris causa*”. Lembrando que SATIR é formada em Serviço Social, portanto não está filiada ao Conselho Profissional de Psicologia, que dentre suas obrigações está em representar e/ou defender a categoria, ou seja, apenas quem formou no curso de psicologia. Cabendo completar que Anna FREUD também não era formada em psicologia, e nem medicina.

Apesar de SATIR representar – em parte – uma ampliação da pesquisa empírica desenvolvida por Anna FREUD, especialmente com crianças, torna-se evidente que recebeu muito mais influência de Carl Gustav Jung, inclusive utilizando a mandala de sânscrito da psicologia junguiana, onde cada pessoa possui 8 camadas, ou seja, sendo possível serem percebidas em 8 lentes:

Através da primeira lente você verá o corpo físico com todas as suas partes e sistemas. Se você nunca viu o interior de um corpo humano, procure um bom livro de anatomia que mostre desenhos ou fotografias de ossos, músculos, órgãos internos, bem como todos os diferentes sistemas e dispositivos (respiratórios, circulatórios, etc). Surpreenda-se e surpreenda-se ao contemplar a maravilhosa engenharia de seus corpos e observe os muitos recursos que contém. (SATIR: 1976, 57).

A 1ª lente apresenta o corpo físico, revelando toda a complexidade de sua estrutura e funcionamento.



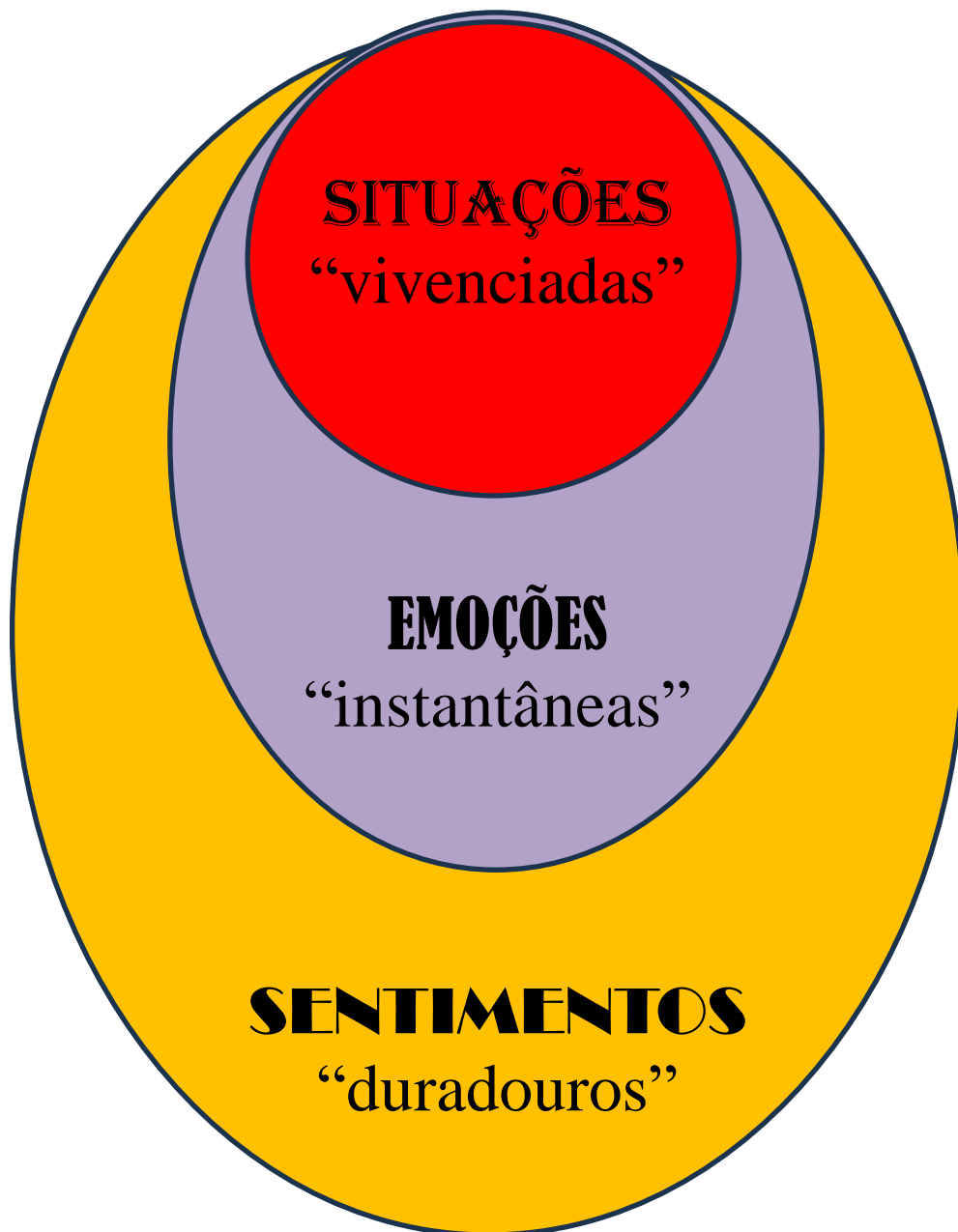
A segunda lente mostra o seu intelecto, a parte cognitiva do seu cérebro. Esta lente revela as informações do que você recebe, os pensamentos que você tem e o significado que você atribui a eles. A partir desta parte cognitiva e racional, eles podem encontrar respostas para perguntas como; “O que eu entendo? Como posso aprender coisas novas? Como analiso situações e resolvo os problemas?”. (SATIR: 1976, 58).

A 2ª lente apresenta a inteligência, revelando as ações racionais que o cérebro realiza para encontrar respostas.



A terceira lente é das suas emoções, dos seus sentimentos. Você é livre para reconhecê-los e aceita-los? Como você restringe? Como você os expressa? Você pode ser amigável com seus sentimentos, sabendo que a maneira como você lida com eles pode fazer uma grande diferença? Todos os sentimentos são humanos; dão textura, cor e sensibilidade à vida. Sem sentimentos seríamos como máquinas. Seus sentimentos mostram onde está sua autoestima. (SATIR: 1976, 58).

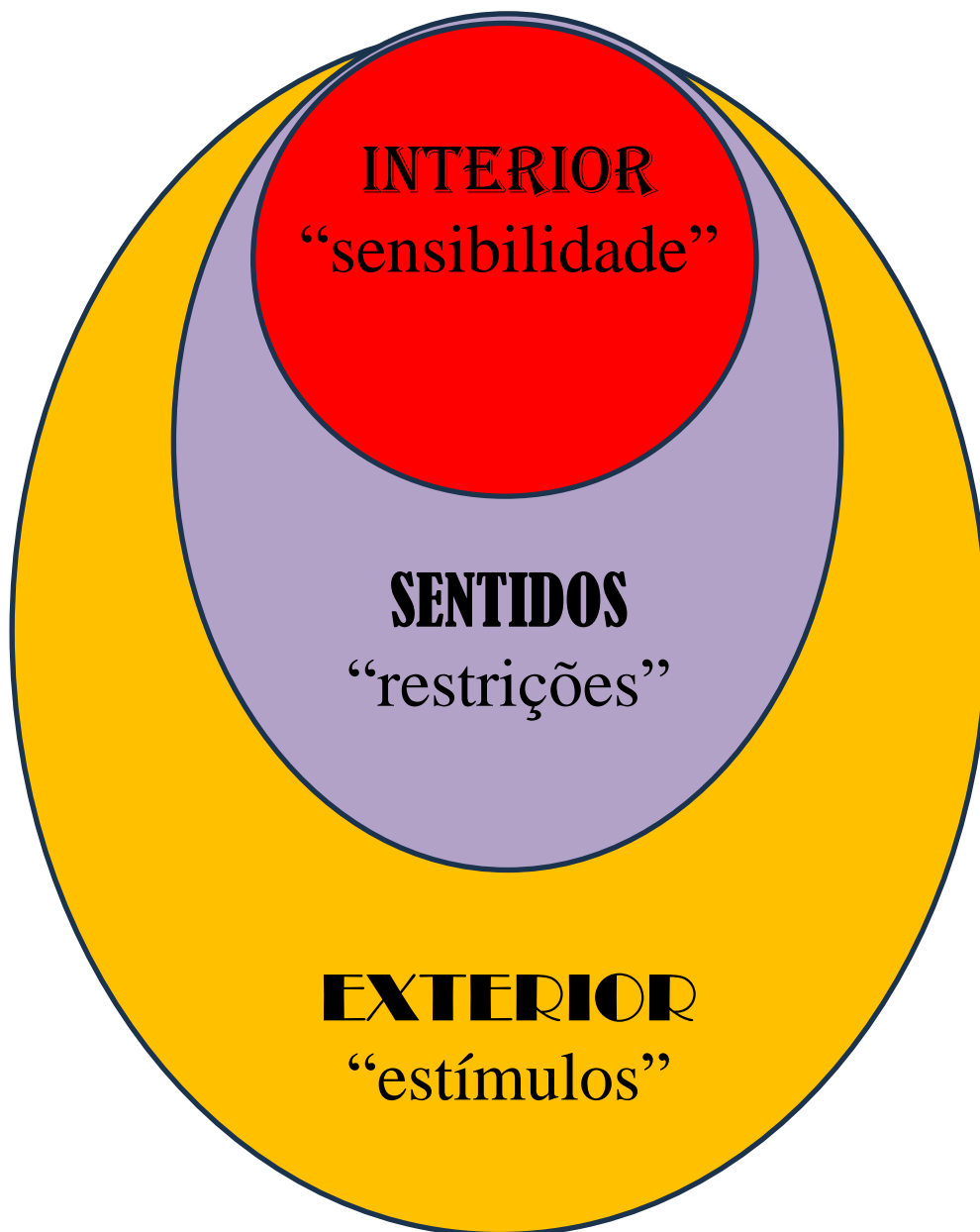
A 3ª lente apresenta a emoção, revelando as ações irracionais que o sentimento oferece como respostas diante das situações.





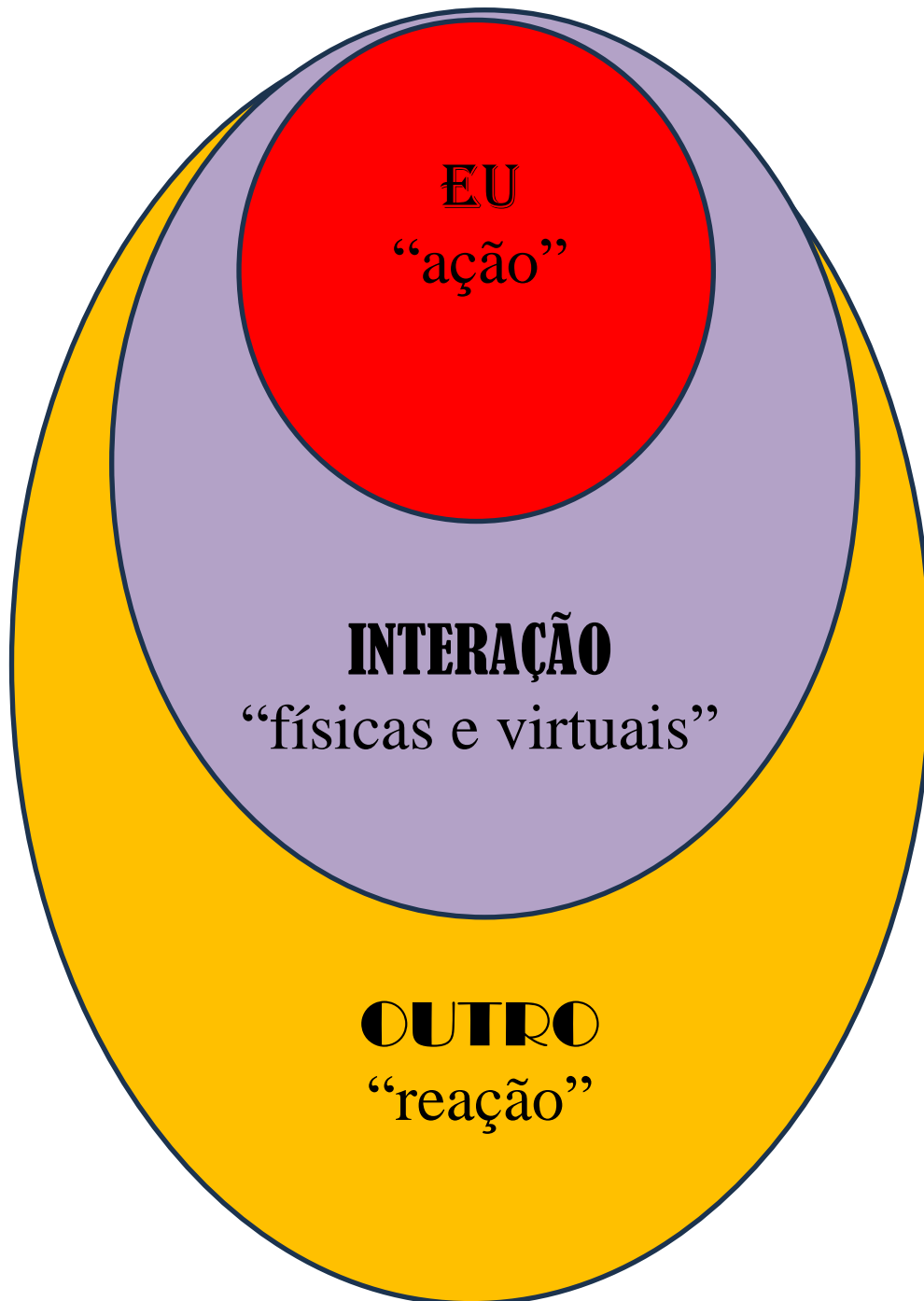
A quarta lente permite que você saiba como você se percebe. Qual é o estado físico dos seus órgãos? Que liberdade você tem? Você gosta de olhar, ouvir, tocar, saborear e cheirar? Quais são as restrições que você apresenta a essas partes maravilhosas do seu corpo? Reconhecer, respeitar e usar a plenitude e liberdade dos nossos sentidos é a melhor maneira de interagir com o mundo exterior e estimular o nosso interior. Precisamos de alimento sensorial abundante para despertar o interesse dos nossos sentidos; Por sua vez, isso estimula o ego psicológico. (SATIR: 1976, 59).

A 4ª lente apresenta a sensibilidade, revelando reações físicas e/ou mentais diante das situações.



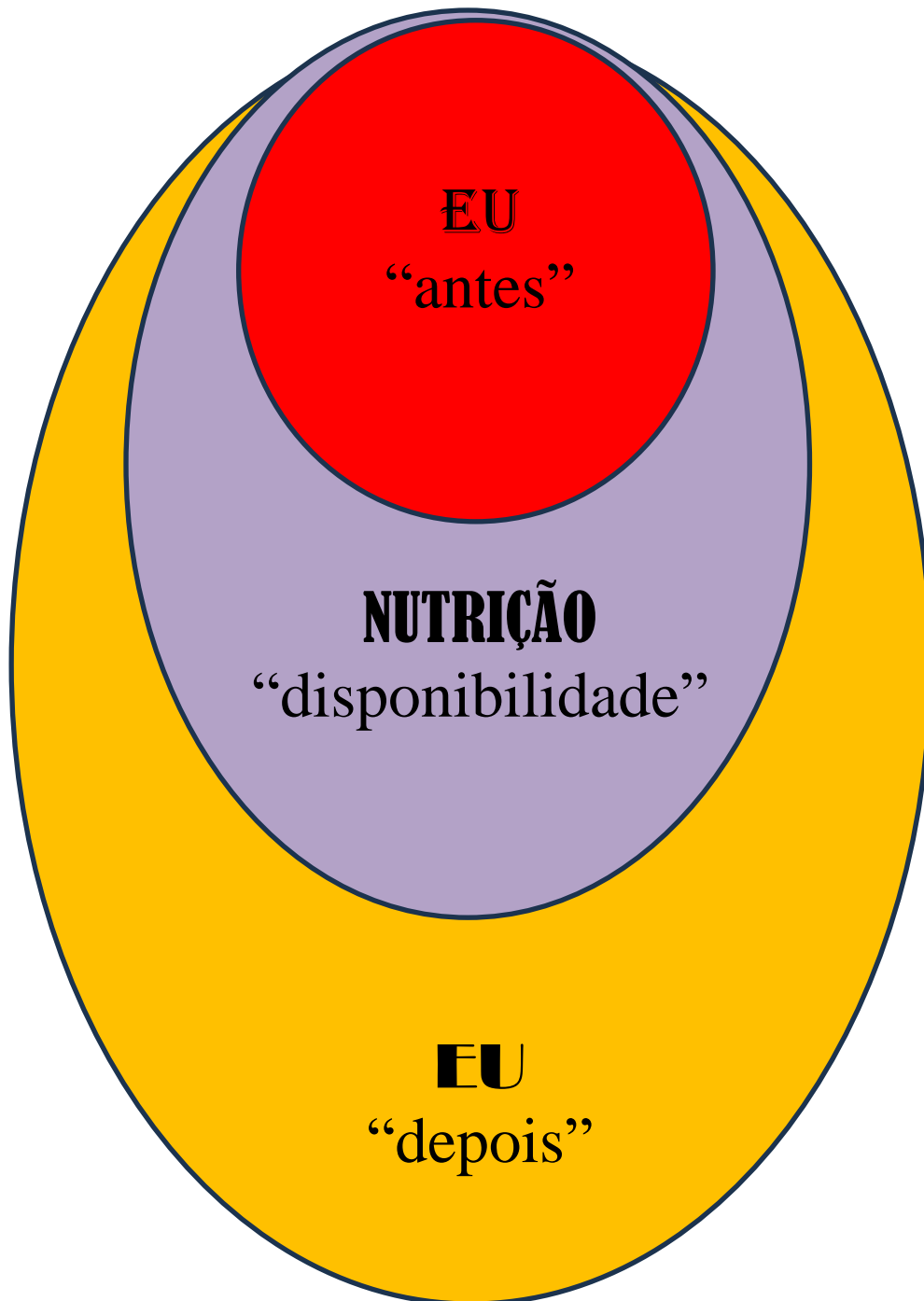
A quinta lente mostra como interagimos com as pessoas que povoam nosso mundo. A interação molda a natureza das relações. Como avaliamos a qualidade das distintas relações? Como usamos o poder? Será que escolhemos tornar-nos vítimas? Lembre-se que o amor e o humor são duas forças curativas muito poderosas. (SATIR: 1976, 59).

A 5ª lente apresenta a interação, revelando quem somos diante das situações.



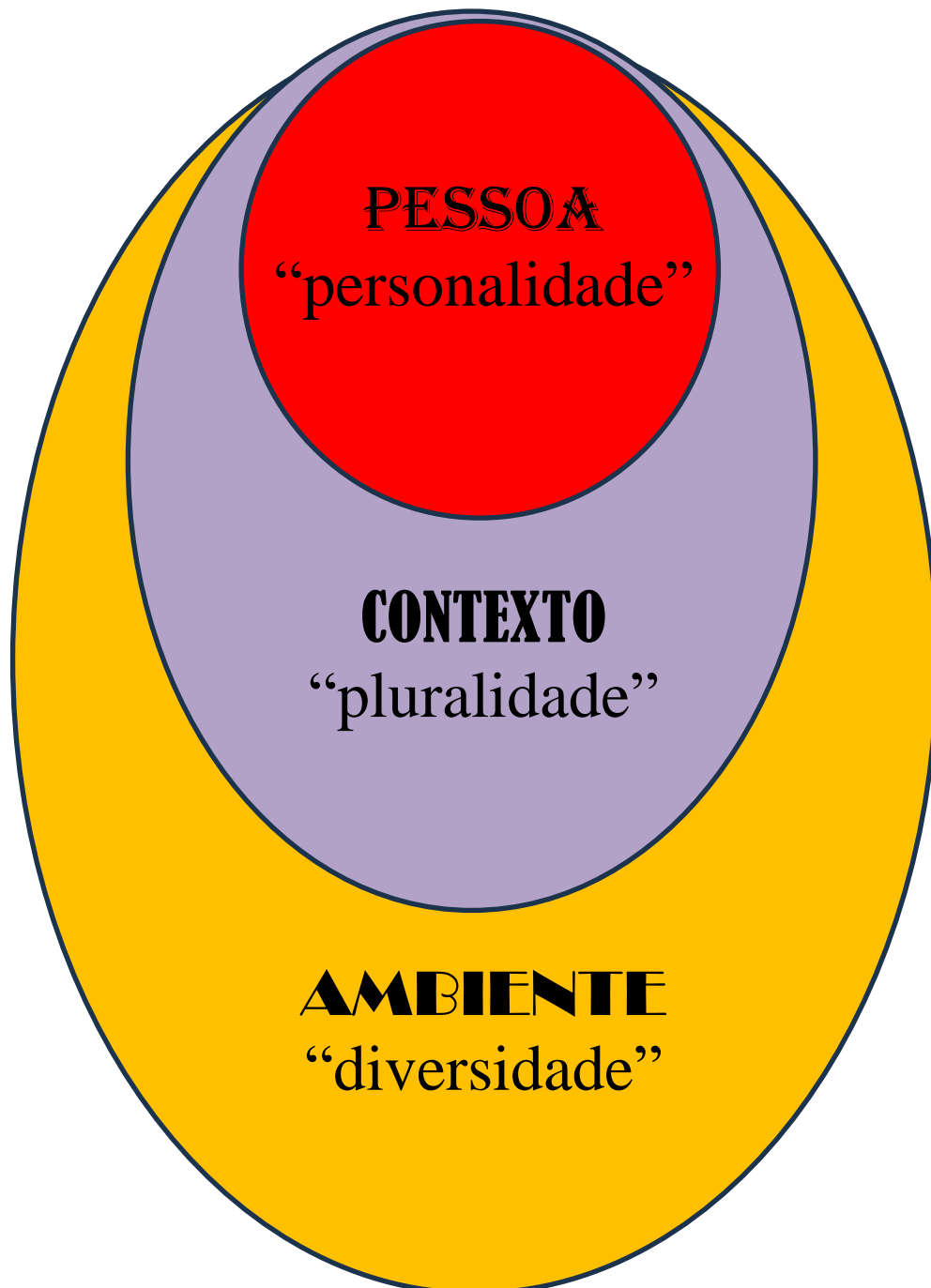
A sexta lente tem a ver com a nutrição. Que tipo de comida e bebida você coloca em seu corpo? Você sabe o que você precisa para abastecer seu corpo? As investigações recentes mostram que existe uma relação entre o que o indivíduo come e bebe, e a maneira como ele se sente e age. (SATIR: 1976, 59).

A 6ª lente apresenta a nutrição, revelando que os alimentos ingeridos influenciam em nossos sentimentos e ações.



A sétima lente está relacionada ao seu contexto. Os imãs e sons, até a sensação de objetos, a temperatura, luz, cor, qualidade do ar e o espaço onde você mora e trabalha. Cada um desses fatores tem uma influência importante na sua vida. Nós também começamos a perceber uma relação entre cor, som e música, e o que ocorre dentro do corpo humano. (SATIR: 1976, 60).

A 7ª lente apresenta o contexto, revelando que o ambiente - nos seus mais diferentes aspectos - influenciam em nossos sentimentos e ações.



A oitava lente tem a ver com sua espiritualidade. Sua relação com a força vital. Como você considera sua vida? Você a respeita? Você percebe sua espiritualidade diariamente? (SATIR: 1976, 60).

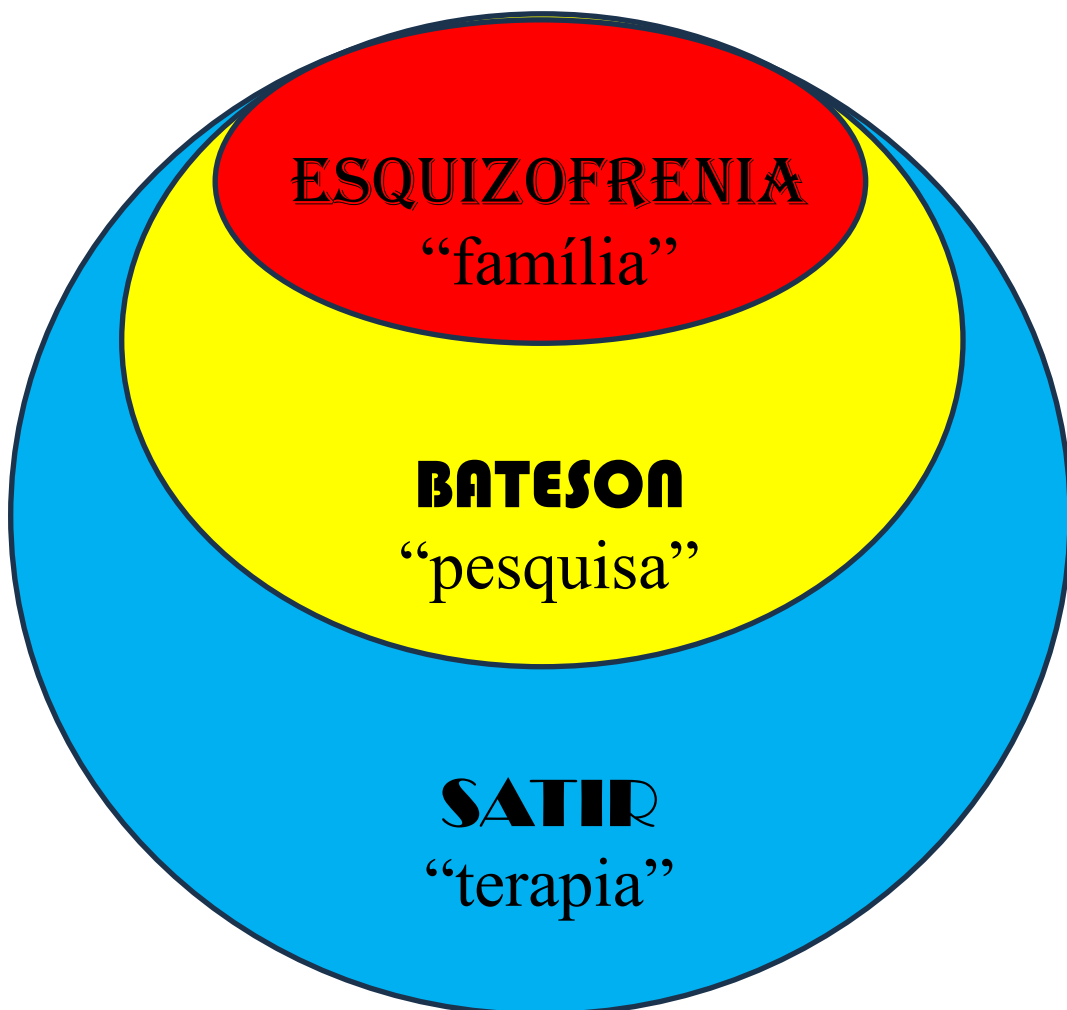
A 8ª lente apresenta a espiritualidade, despertando para compreender onde está sua força vital.



Cada uma dessas oito partes desempenha uma função diferente e pode ser estudada de forma independente. No entanto, nenhuma delas pode funcionar por conta própria dentro do indivíduo. Todas as partes interagem entre si ao longo de cada momento; Em outras palavras, o que acontece com uma afetará as demais. (SATIR: 1976, 60).

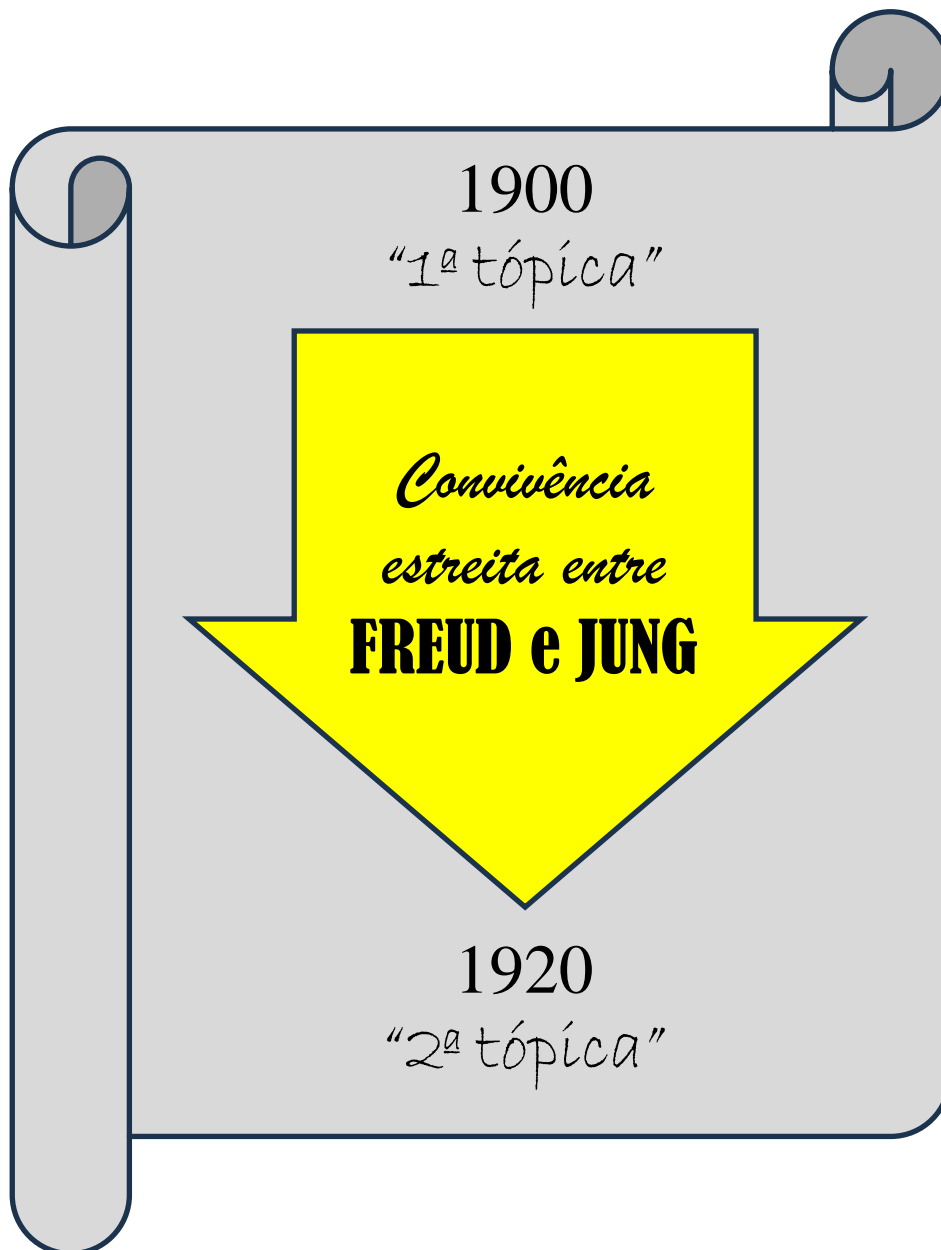
Virginia SATIR foi amplamente reconhecida, recebendo títulos de *honoris causa*, tanto na psicologia como nas ciências sociais pela sua contribuição significativa no trabalho terapêutico, realizado de forma integral no contexto da família e da sociedade.

O trabalho de SATIR jamais ocorria de forma isolada, merecendo destacar que utilizaria como base as pesquisas de BATESON com as famílias que possuíam algum de seus membros com sintomas de esquizofrenia, reforçando a compreensão – com dados clínicos – da confusão mental das crianças dentro deste contexto familiar, onde a comunicação utilizada (uma escolha dos adultos) influenciava (negativamente) no comportamento das crianças.



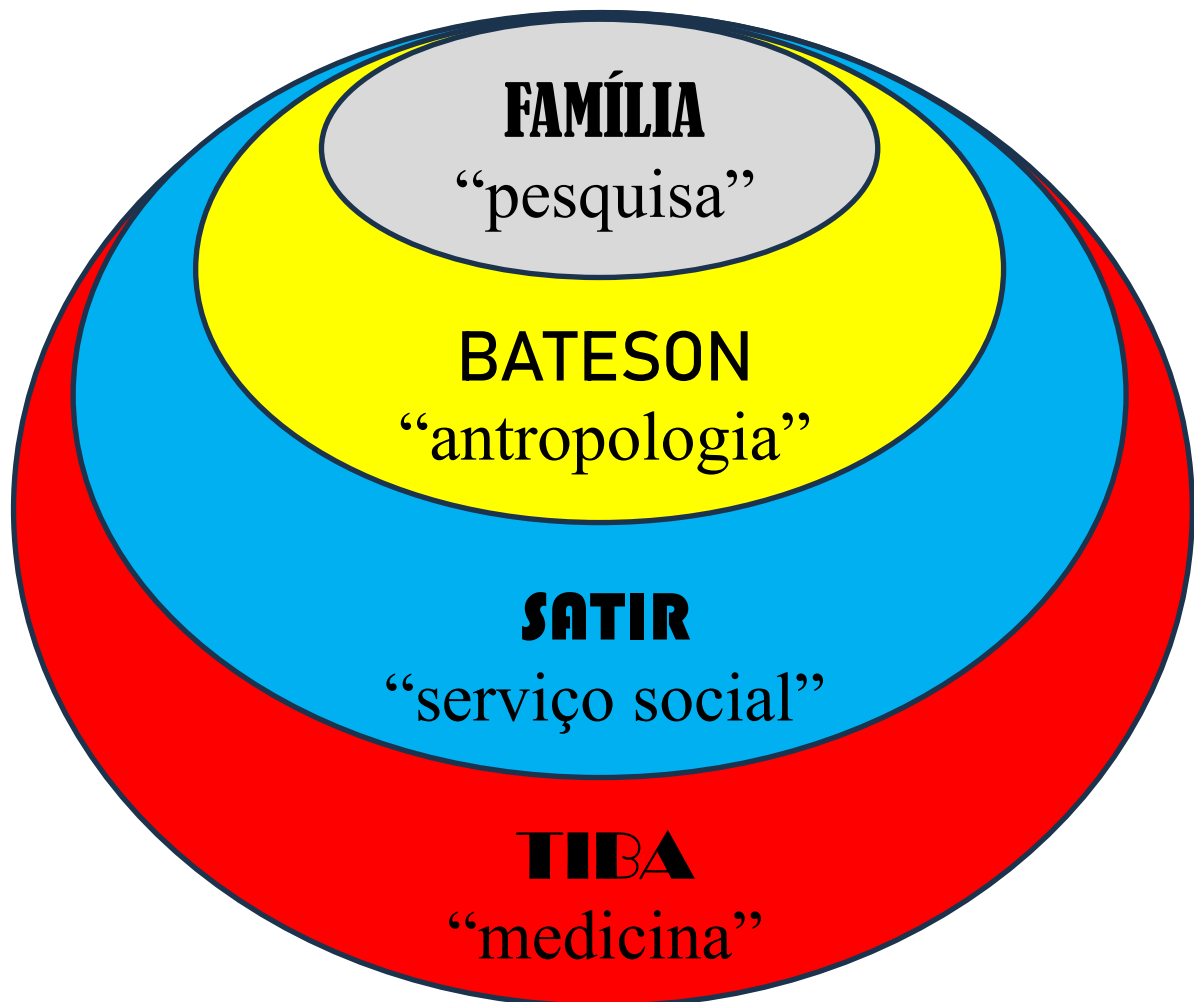
Eu posso (ego) fazer escolhas, sabendo que independentemente da alternativa escolhida haverá consequências, pois não escolher também é uma escolha. O ego foi delimitado por Freud na 1ª tópica (consciente, pré-consciente e inconsciente), mas a partir de 1920 é reformulado na 2ª tópica, onde o ego seria acompanhado do id (eu quero) e do superego (eu devo). (LEFON: 2023, 18).

A 1ª tópica foi apresentada por Freud em 1900, sendo um dos capítulos do livro “A interpretação dos sonhos”, mas em 1920 daria maior amplitude, reformulando-a na 2ª tópica. Considerando que neste intervalo conviveu estreitamente com Jung, “seria possível acreditar” que tenha aceitado, minimamente, algumas críticas.



A visão do “todo” é amplamente aceita hoje, mas é interessante chamar a atenção que Carl Gustav JUNG (1875 – 1961) divergiu de Sigmund FREUD (1856 – 1939), justamente por compreender o ser humano como parte de um todo, sendo Içami TIBA (1941 – 2015), médico psiquiatra brasileiro, após anos de pesquisa na USP (Universidade de São Paulo), publica o livro “Quem ama, educa!”, jogando luz na família como epicentro da educação.

O trabalho de pesquisa de TIBA guarda semelhanças ao trabalho desenvolvido, anteriormente, por BATESON e SATIR, que não receberiam nenhuma “defesa” do Conselho de Medicina, pois não eram formados em medicina.





Satir via os membros das famílias perturbadas como aprisionados em papéis familiares limitados, como vítima, conciliador, desafiador ou salvador, que coagiam os relacionamentos e enfraqueciam a auto-estima. Sua preocupação em identificar esses papéis limitadores da vida e liberar os membros da família de suas garras era consistente com seu principal foco, que sempre foi o indivíduo. Assim, Satir foi uma força humanizadora nos primeiros dias da terapia familiar, quando muitos estavam tão enamorados da metáfora sistêmica que negligenciavam a vida emocional das famílias. Satir concentrou-se em esclarecer a comunicação, expressar sentimentos e estimular um clima de mútua aceitação e afeição. Sua grande força foi se conectar com as famílias não em termos de raiva e ressentimento, mas em termos de esperanças e medos, anseios e desapontamentos. Um terapeuta capaz de revelar a solidão e os anseios por trás de uma explosão de raiva é um terapeuta capaz de aproximar as pessoas. Satir foi igualmente famosa por sua capacidade de transformar aspectos negativos em positivos. (NICHOLS & SCHWARTZ: 2007, 47)

Satir conseguia resultados superiores, pois sempre desejava saber o “como” diante das respostas dos pacientes, enquanto os demais profissionais buscavam o “por quê”. O acolhimento realizado por Satir promovia o despertar da confiança pelos pacientes, os quais na maior parte eram negligenciados, inferiorizados e/ou humilhados dentro do próprio contexto familiar.



# **CAPÍTULO 3**

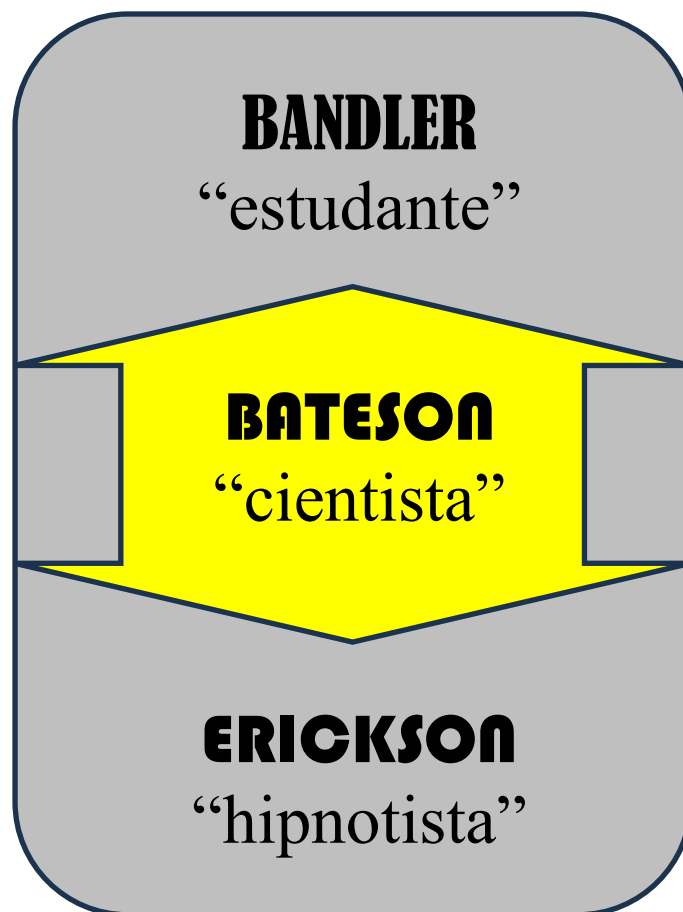
---

**MILTON ERICKSON**

O interesse de Bandler em buscar tudo que estava fora do padrão era conhecido por todos, fato que gerava distanciamento da maioria de seus pares, mas:

um de meus vizinhos era um inglês chamado Gregory Bateson. Um homem brilhante, tinha muito de intelectual, muito conhecido, Gregory tinha lido meu primeiro livro – na verdade, o achou tão interessante que acabou me escrevendo a introdução – e um dia me disse: ‘Richard, tem algo que você precisa fazer!’ ‘O quê, Gregory?’ ‘Você precisa ir ao Arizona conhecer Milton H. Erickson.’ ‘Quem é Milton Erickson?’ ‘Ah, ele é um médico e um terapeuta muito famoso! Eu já enviei várias pessoas para verem o que ele está fazendo e nenhuma sequer se lembrou de ir para lá.’ ‘Legal! Aí está algo que eu gostaria.’ (BANDLER: 2019, 67).

Milton Erickson é um médico psiquiatra, criador de um método de hipnose, posteriormente reconhecida “Hipnose Ericksoniana” utilizada na psicoterapia. Fundou e participou de diversas Associações, buscando fortalecer o desenvolvimento de estudos na compreensão da linguagem corporal associada aos aspectos mentais, tal proposta possibilita encontrar memórias e forças dentro de cada um, onde necessariamente ocorrerem as mudanças.



Novamente, Bandler encontra algo raro que fundamentava ainda mais o sentido de suas buscas, um médico psiquiatra postado em uma cadeira de rodas que tinha uma energia transbordante, sendo que Erickson seria marcante:

Vejam, Milton me marcou por três motivos. Primeiro, ele foi o pioneiro em teorizar que o inconsciente estava sempre ouvindo e que você poderia se comunicar em diferentes níveis de entendimento mesmo no que parecia ser uma conversa comum. Segundo, Milton percebeu que sentimentos eram contagiantes. Isso significa que se você quer que alguém se sinta bem, você tem que começar pondo a si mesmo em um estado maravilhoso. Por último, o que era realmente admirável sobre Milton era que, não importava o quão louco alguém era, ele nunca olhava o fato de ser 'louco' como algo ao qual você deveria estar atrelado pra sempre, e ele nunca olhou para remédios como sendo a solução por tomarmos decisões estúpidas. (BANDLER: 2019, 68).

Merece destaque um fator determinante que é percebido por Bandler, como fundamental no trabalho de Satir e também de Erickson, o foco no resultado, sendo que:

Milton e Virginia nunca desistiam das pessoas. Quando Virginia começava a trabalhar com alguém, não parava até que mudasse. Ponto. Não importava para ela se levaria uma hora ou 25 – quando ela punha na cabeça que alguém era capaz de mudar, ela simplesmente nunca pararia. Milton era bastante parecido, e eu peguei isso deles. Esse tipo de determinação incansável é absolutamente necessária para ser eficiente no que fazemos. (BANDLER: 2019, 69).



Interessante que Bandler utiliza a palavra eficiente com referência ao trabalho perseguido, fato que na realidade a palavra seria eficácia. O detalhe neste contexto da linguagem é que a eficiência está centrada no processo e não no resultado. Cabe destacar que a palavra “incansável” atribuída ao trabalho de Satir e Erickson revela o verdadeiro “processo”, cuja essência vai muito além do superficial:

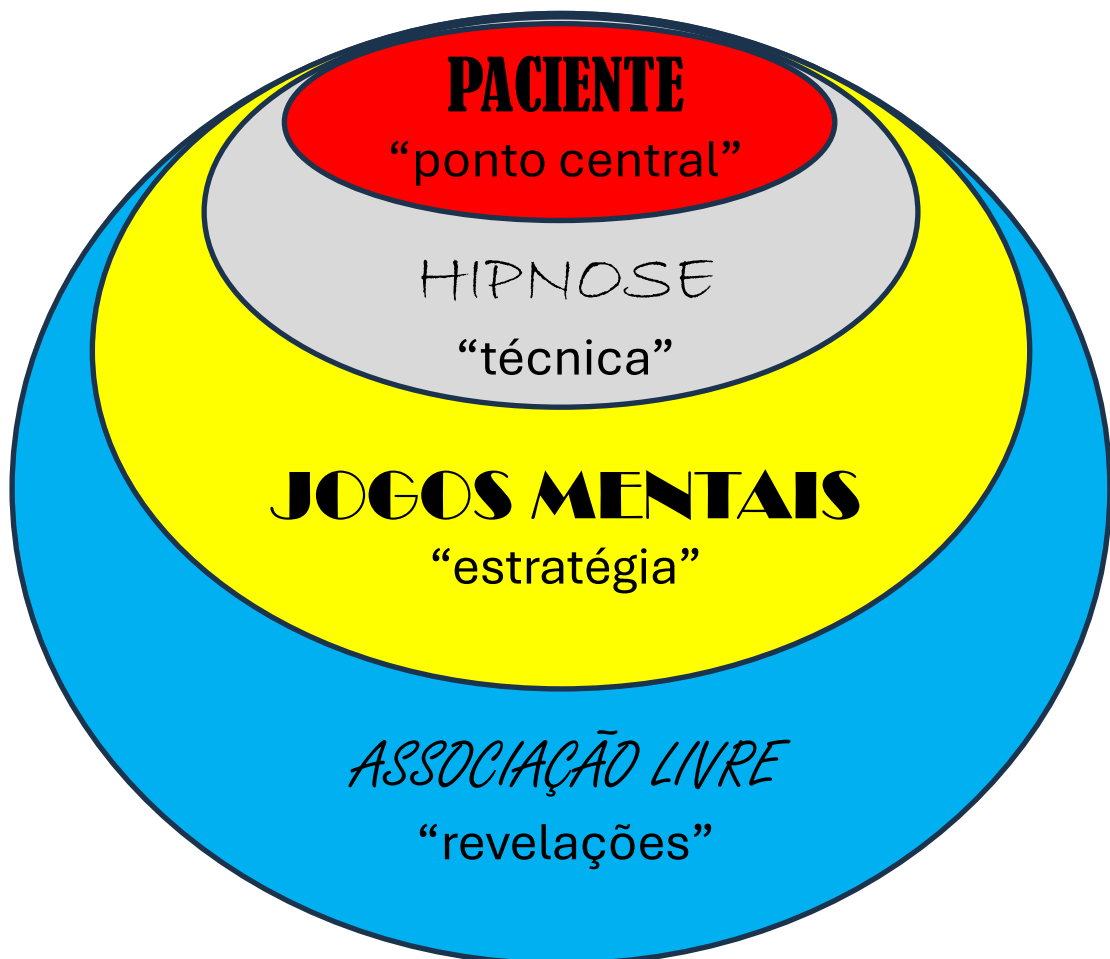
Você começa com seus pensamentos, então pensamentos se tornam ações, ações se tornam hábitos, e hábitos se tornam parte de quem você realmente é. Então, agora é hora de transformar novos pensamentos em novos comportamentos, de tentar coisas novas. Você vai se achar fazendo coisas que gosta, vai se achar sendo mais gentil com as pessoas e vai se achar sendo mais paciente. E agora é hora de perceber que todo o sofrimento pelo qual você tem passado – você passou por isso belamente. (BANDLER: 2019, 291).

O trabalho de Milton Erickson recebeu ao longo do tempo muita atenção, sendo replicado em diversas partes, mas somente no livro “O homem de fevereiro” lançado em 1987 é possível conhecer detalhes de sua técnica, pois este livro foi - originalmente - escrito em 1945, onde Erickson faz um relato completo de um caso clínico. Em 1979 este livro é reescrito por Erickson e Rossi, onde Rossi faz diversas perguntas e comentários durante o texto, permitindo que Erickson possa desvendar enigmas e/ou mistérios de sua técnica utilizada em 1945. Necessário dizer que o livro foi finalizado em 1979 por Erickson e Rossi, mas em 1980 ocorre o falecimento de Erickson, fato que Rossi relata seu luto profundo, postergando o lançamento do mesmo por diversos anos.

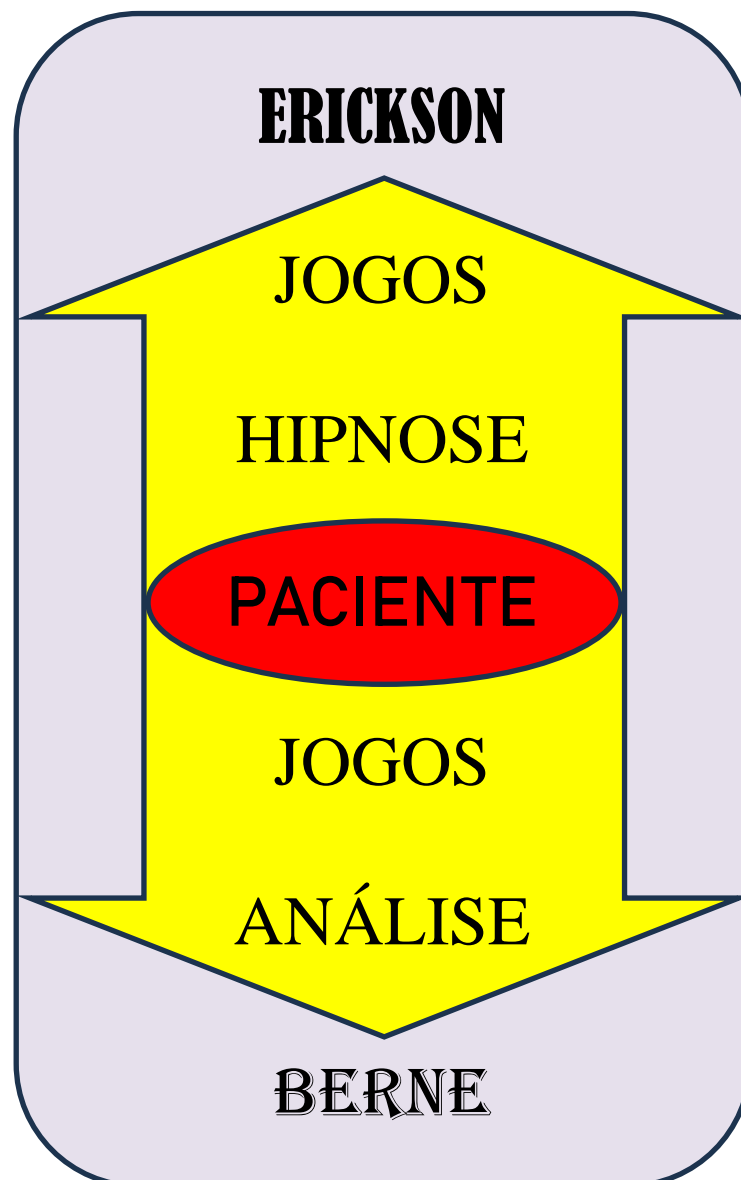


De fato, não era para fazer charme que Erickson contava às pessoas (em ocasiões escolhidas cuidadosamente) qual abordagem estava usando para fazer jogos mentais, como ele conta aqui. Geralmente, na medida em que ele fornecia estas explicações, havia em sua face uma expressão dócil e, ao mesmo tempo, hiperalerta e questionadora. Como de costume, seu comportamento possuía múltiplos níveis de significado e ele observava acuradamente, quais deles estavam sendo assimilados pelo sujeito. Num nível, ao fazer jogos mentais que alternavam os processos associativos das pessoas, ele estava se divertindo – não há dúvidas. Por outro lado, num outro nível, esses jogos eram uma forma importante de experimentação de campo, por meio dos quais ele pesquisava a natureza da consciência e o processo hipnótico. (ROSSI: 1987, 32).

Nesta citação – reveladora – é possível lembrar de Sigmund Freud (1856 – 1939), pois o mesmo iniciou seu trabalho psicanalítico utilizando primeiramente a hipnose e, posteriormente a associação livre, mas abandonaria a utilização da hipnose apenas por falta de habilidade, sendo que Anna Freud (1895 – 1982) comentaria que a associação livre não traria resultados melhores que a hipnose. Fato que Erickson (1901 – 1980) utilizaria a hipnose com associação livre, colhendo resultados espetaculares.



Devemos lembrar também de Eric Berne (1910 – 1970), médico, o qual se tornou um expoente no trabalho da saúde mental, destacadamente na análise das transações entre os seres humanos, percebida em códigos e repetidas inúmeras vezes em “jogos”. Em 1956 ao ter seu trabalho de pesquisa rejeitado pela Associação de Psicanálise Americana, pois propunha “soluções” imediatas, criaria uma nova abordagem denominada de Análise Transacional, centrada no Jogos da Vida, onde na realidade cada pessoa ocupada um lugar único no contexto de suas relações humanas. Erickson utilizaria os jogos mentais, sendo ele próprio parte do jogo no trabalho da hipnoterapia, realizado com seus pacientes. Satir percebe a dependência destes laços no ambiente familiar, fato que realizava seu trabalho terapêutico dentro de um ambiente sistêmico, compreendendo-o como uma constelação.



Rossi: Novamente, você está enfocando os processos internos, agora, com o fenômeno da surpresa. Ela acha que a surpresa virá de fora – de você ou do Dr. Fink. A maioria dos pacientes procura soluções fora: mas você lhe sugere que a solução virá de dentro dela quando, gentilmente, a questiona (com o que, de fato, é uma afirmação): “Você vai ajudar?”. Você tenta facilitar mais, um foco interno, perguntando o que a mão dela irá dizer, pois, a escrita automática vai focalizar a sua atenção nas respostas de dentro de si – que é onde ocorrerá a resolução do sintoma. Erickson: Sim. Existe alguma coisa que desejo tirar dela. Ela não sabe o que e eu também não. Levei-a a contradizer-se e admitir que mais alguém poderia ajudar. A implicação disso é que, de qualquer forma que a ajuda venha – da minha parte ou da sua – ela terá a informação. Em outras palavras, estou tentando preveni-la a obter informação sobre um ponto de vista escolhido conscientemente. Não quero que ela obtenha a informação, assumindo que sou eu ou o Dr. Fink que a estamos fornecendo. (ERICKSON & ROSSI: 1987, 40).

Este diálogo ocorreu em 1979 entre Erickson e Rossi, tomando como base um fato ocorrido em 1945, mas que seria publicado em 1987, após o falecimento de Erickson ocorrido em 1980. Lendo atentamente poderá perceber o jogo mental realizado por Erickson com sua paciente (em 1945), tendo como objetivo principal distrair a resistência do consciente (da paciente), permitindo aflorar informações do inconsciente (da paciente), pois tudo está lá secretamente guardado.

Lendo atentamente o leitor poderá perceber uma técnica utilizada por Erickson, a confusão mental, sendo intencionalmente provocada pelo terapeuta, onde quebra as resistências do consciente e aprofundar no inconsciente, tornando-se consciente.

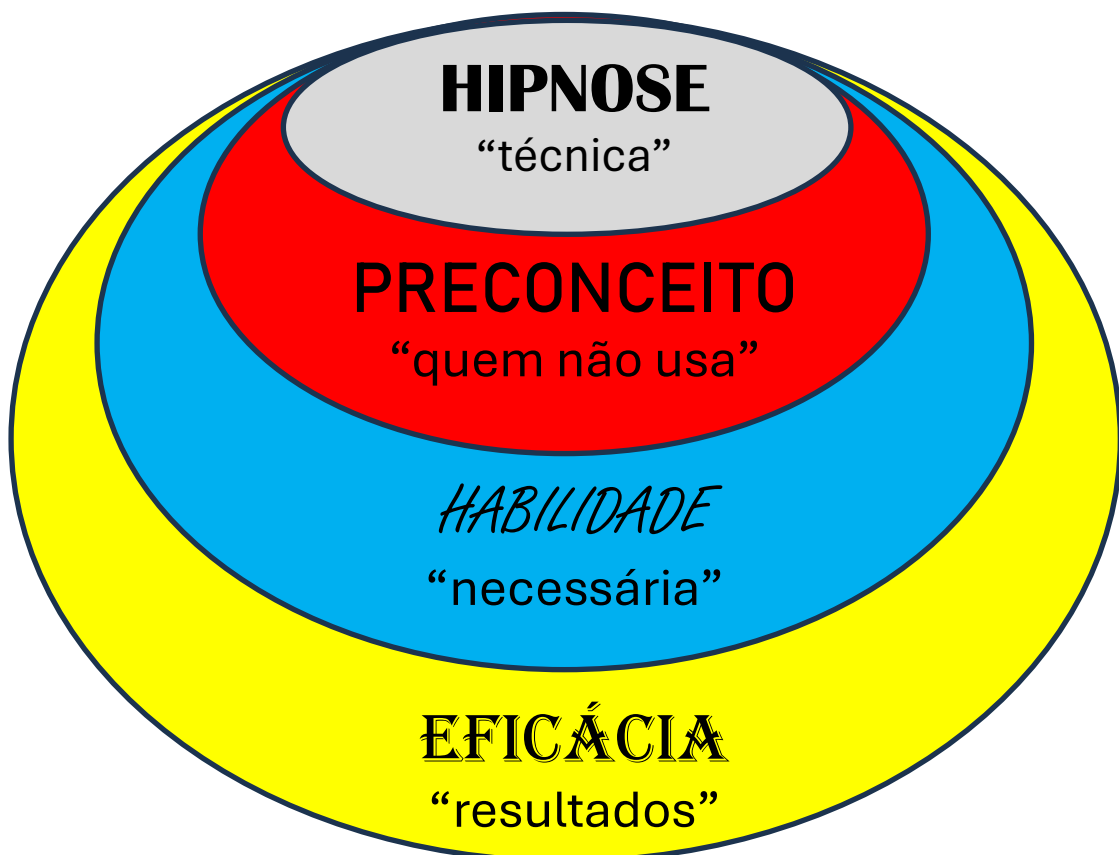




Rossi: A essência da hipnoterapia ericksoniana não é colocar algo dentro dos pacientes, mas, mais que isso, é evocar alguma coisa fora de suas estruturas de referência consciente e de suas limitações aprendidas. Este é um aspecto importante, porque o público, em geral, e muitos profissionais também ainda acreditam que a hipnose é usada para controlar ou programar as pessoas, como se elas fossem autômatos, sem mentes. A essência da hipnoterapia é evocar respostas e potencialidade de dentro do paciente. Você concorda? Erickson: Sim. (Erickson passa a contar sobre um investigador de polícia que desistiu de usar equipamento para detecção de mentira, porque seu trabalho poderia ser feito melhor com a hipnose, fazendo-se, à pessoa, perguntas que: 1) cobrissem todas as possibilidades de respostas; 2) evocassem confusão; e 3) permitissem tanto respostas negativas como positivas.)

O fato de Sigmund Freud ter abandonado a utilização da hipnose no tratamento terapêutico, poderia ser considerado como um dos motivos na criação do preconceito contra a utilização da hipnose, pelos seus seguidores, mas já revelamos – anteriormente – que tal abandono foi simplesmente por falta de habilidade – do mesmo – na sua utilização.

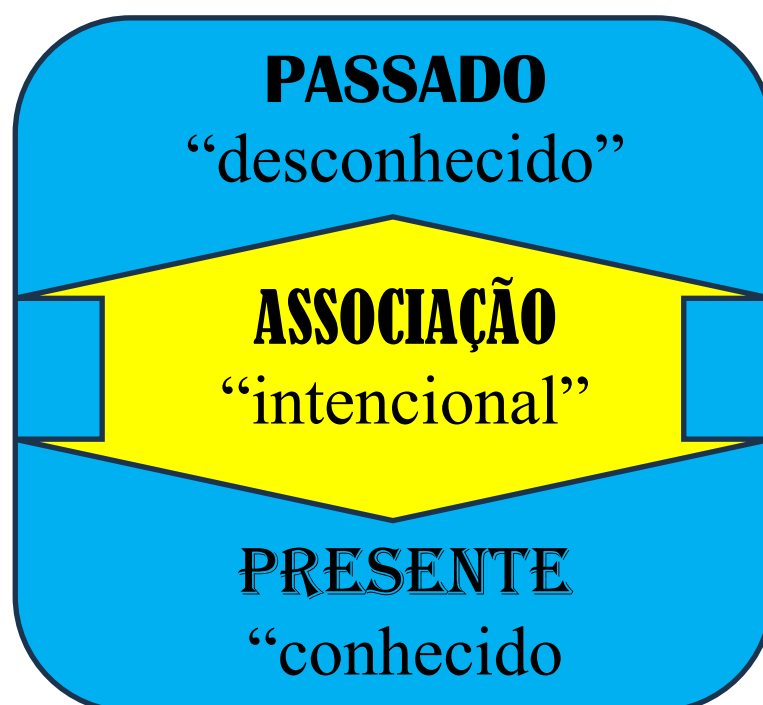
A hipnose funciona para quem tem habilidade na sua utilização, sendo fundamental combater os mitos da sua potencialidade de programar mentes, permitindo compreendê-la como uma técnica eficaz para ir além do consciente, mas sempre preservando a verdade “oculta” no inconsciente da própria pessoa.



Rossi: Qual é, na verdade, a intenção da solicitação curiosa para o sujeito responder involuntariamente a esta pergunta sobre flores? Erickson: Flores é uma palavra importante se houver alguma coisa na mente da Srta S que ela tenha reprimido. Em geral, as pessoas gostam de flores. Mas, frequentemente, existem coisas naquilo do que você gosta, que você não aprecia. Rossi: Não acompanhei... Erickson: Suponha que Betty (esposa de Erickson) esqueceu-se da morte de Roger, seu cachorro predileto. Ela gostava de Roger, mas não dele morto. Assim, ela esqueceu Roger, completamente. Rossi: Então as coisas das quais não gostamos, estão, com muita frequência, associadas com aquelas das quais gostamos. Erickson: Sim, é uma maneira de procurar uma lembrança traumática, sem deixar que a mente consciente da Srta S saiba que estou fazendo isso. (ERICKSON & ROSSI: 1987, 42).

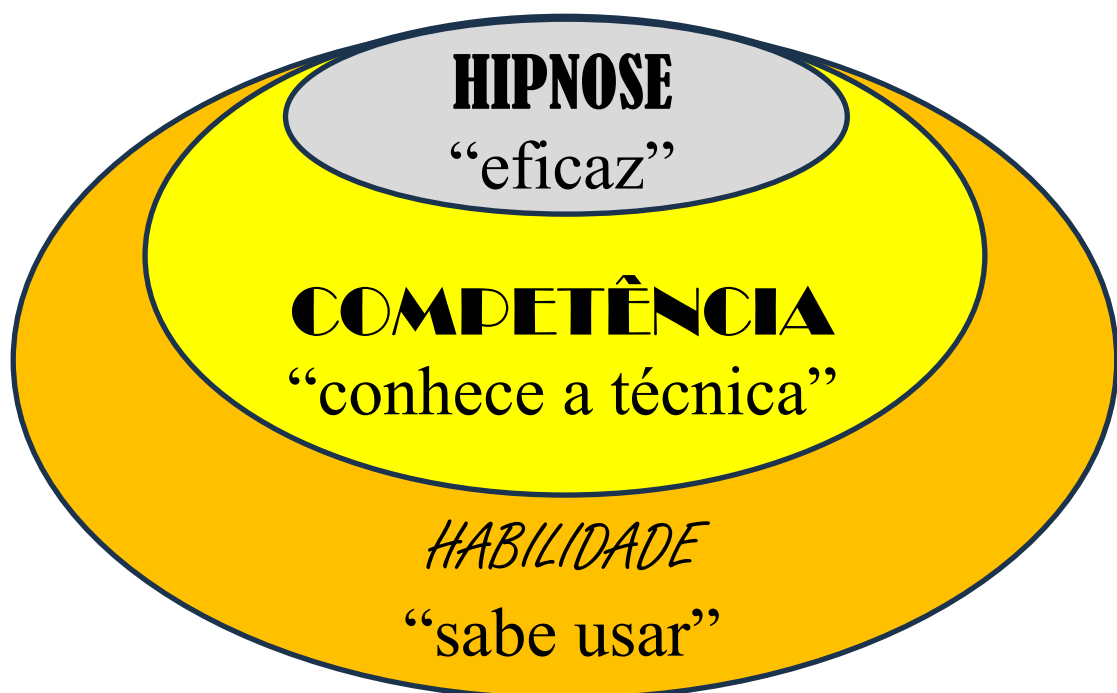
Ninguém está sozinho quando faz uma autocrítica de sua baixa capacidade de compreensão dos fatos, pois Rossi apesar de sua enorme competência e proximidade de Erickson, diz “não acompanhei.” Erickson oferece a Rossi – e agora a todos nós – a oportunidade na compreensão da sutileza da sua técnica de investigação das lembranças traumáticas, onde pequenos detalhes permitem desvendar grandes mistérios que estavam – trancados a sete chaves – nas profundezas do inconsciente.

Erickson demonstra um brilhantismo pedagógico ao utilizar como exemplo sua esposa, pois Rossi conhece Betty, sendo real em 1979, diferente da Srta S que foi em 1945, sendo apenas um caso clínico do passado. Você – novamente – está ao ler este texto na posição de Rossi em 1979, sendo necessário buscar associar AGORA em outro contexto atual (seu), fato que poderá ampliar sua compreensão e aplicabilidade da técnica.



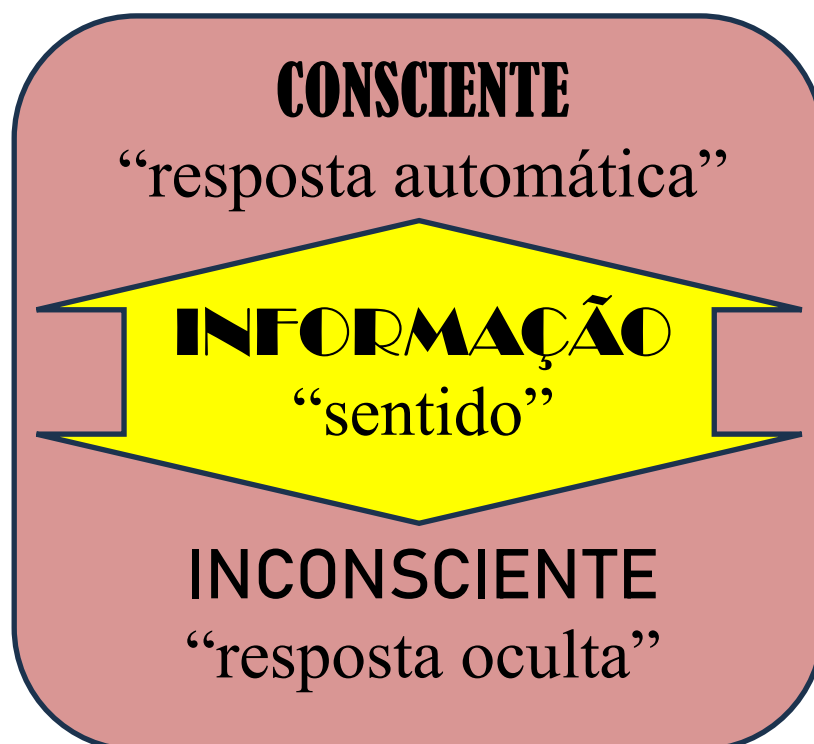
Rossi: Qual o significado da pergunta sobre Ichabod Crane? Erickson: Ele era uma figura amedrontadora e depressiva, de roupas escuras. Estamos apresentando um possível gancho para ela mostrar sua depressão. Rossi: Isto é um exemplo de focalização associativa indireta. Ichabod Crane é associado à metáfora do táxi com a pergunta: “E aquilo também era um táxi?”. Ao responder sim, ela confirma estar rapidamente chegando até sua área problemática. Erickson: Sim, e é também uma forma de confundi-la. Tanto que ela termina por admitir: “Eu já esqueci o objetivo inicial”. Rossi: Obviamente, ela está atenta e confusa quando admite ter esquecido o objetivo inicial. Parece que o Dr. Fink não pôde resistir à oportunidade, e de repente pula com um entusiasmo de novato para iniciar uma indução hipnótica tradicional, dizendo-lhe, vigorosamente, para ir dormir. Esta “ordem” parece paradoxal, se lembrarmos das preparações tão elaboradas que foram feitas, anteriormente, para ativar os processos associativos do sujeito. (ERICKSON & ROSSI: 1987, 46).

O Dr. Fink estava em 1945 acompanhando Erickson, fato que Rossi destaca o ímpeto (do Dr. Fink) em “colaborar” com o trabalho terapêutico que Erickson realizava com a Srta S, mas revela sua baixa compreensão do estágio hipnótico que estava ocorrendo, onde a Srta S já estava hipnotizada. O Dr. Fink apesar de sua grande proximidade com Erickson, demonstrou – nesse episódio – não conhecer com exatidão a aplicação das técnicas ericksonianas. Novamente, Rossi oferece neste texto a oportunidade para conhecer detalhes na realização da técnica de focalização associativa indireta, bem como registra que a palavra “dormir” não é passo inicial na hipnose, ou seja, inicialmente caso a pessoa estiver dormindo é necessário acordá-la, pois somente – posteriormente – será possível ocorrer a hipnose.



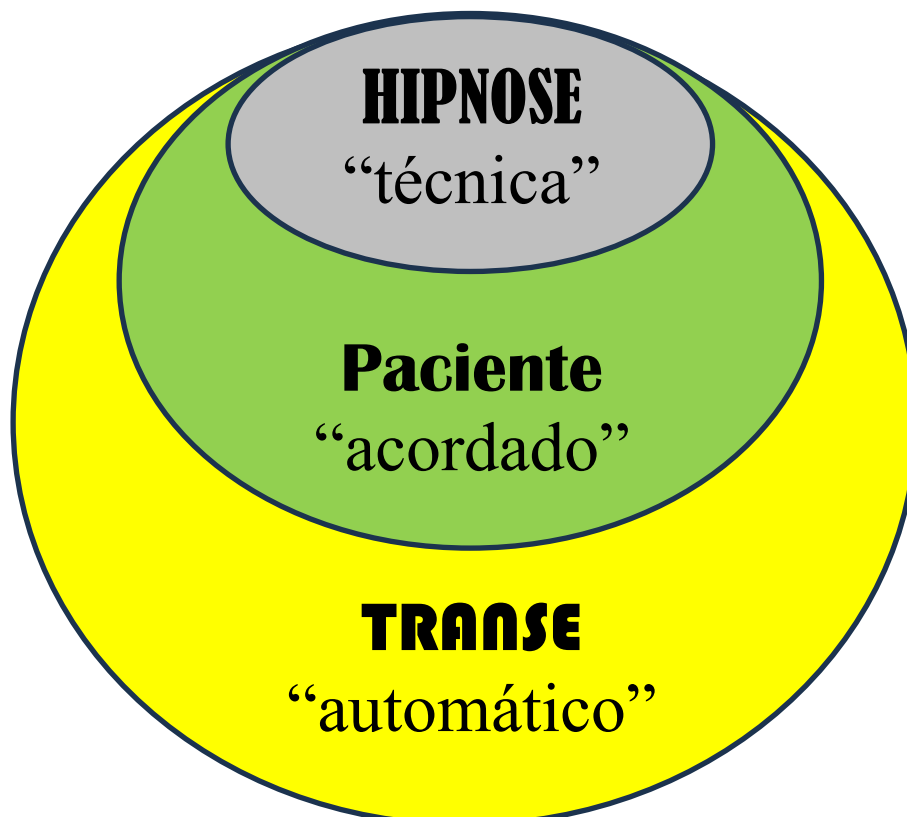
Rossi: Você está, realmente, fazendo tais coisas com uma intenção planejada? Por quê? Não posso acreditar que você fez isso! Estudo com você há 7 anos e ainda agora acho difícil de acreditar que você não esteja se divertindo comigo através de todo o tipo de intelectualizações posteriores envolvidas num caso como este. Apesar da evidência, de mais de 30 anos, estar bem aqui, diante de nós. Por que acho tão difícil acreditar? (Muitos risos entre Erickson e Moore sobre a incredulidade de Rossi). É tão difícil de acreditar porque a maioria dos terapeutas ainda está focalizada no conteúdo do que é dito, mais do que na utilização do processo das dinâmicas mentais, como você faz aqui. Erickson: Ao final da próxima sessão, você verá como ela está reconhecendo que não compreende conscientemente, mas entende inconscientemente. (ERICKSON & ROSSI: 1987, 51).

Você tem dificuldade de acreditar em algo além do conteúdo? A maioria dos terapeutas tem dificuldade de acreditar! Mas, Erickson está sempre em busca das informações guardadas no inconsciente, fato que Rossi revela sua dificuldade, apesar de 7 anos de estudo, recebendo como reforço que basta continuar caminhando, ou seja, deverá aguardar a próxima sessão. Cabe destacar que SATIR, também, focava em desvendar os fatos ocultos apresentados no “conteúdo” das respostas, onde evitava de investigar a resposta automática, mas aprofundava no seu real sentido, além do dito, para alguns poderia parecer como um desvio, pois deslocava a mudança do foco consciente dos pacientes.



Rossi: Quando você lhe pergunta “Quando você acordar, acreditará que já foi hipnotizada?”, havia outra indução de transe que eu perdi? Erickson: Bem, se ela está em transe, ela vai entrar em transe. Rossi: Hub? Moore: Quando os pacientes entram em transe com você, formal ou informalmente, em qualquer outra ocasião que eles trabalhem com você, novamente, eles entrarão em transe parcialmente. Quando dão esse tipo de respostas, isso indica que estão num transe de segundo ou terceiro nível – contudo, você quer descrever isto. Somente apresentando essas perguntas confusas, o transe é reintroduzido entre Milton e ela. Rossi: Entendo. Você só tem que continuar batendo em minha cabeça. (Muitos risos) Uma vez que um terapeuta seja associado a um comportamento de transe do paciente, há, para sempre, depois, alguma associação entre o terapeuta e o estado alterado de transe anterior daquele paciente. O terapeuta pode, indiretamente, reintroduzir o transe, simplesmente, usando o mesmo tom de voz, os mesmos gestos, a mesma linha de questionamento, ou o que for. (ERICKSON & ROSSI: 1987, 53).

Rossi demonstra com leveza seu esforço pessoal de aprendizagem com Erickson, dizendo “continuar batendo em minha cabeça” como um despertar para compreender a profundidade das técnicas sutis empregadas, sendo complementares e interdependentes. Merece destaque a revelação que o transe poderá ser ativado automaticamente com base em situação anterior, sem que o paciente reconheça sua ativação, inclusive com possibilidade do terapeuta também não saber.



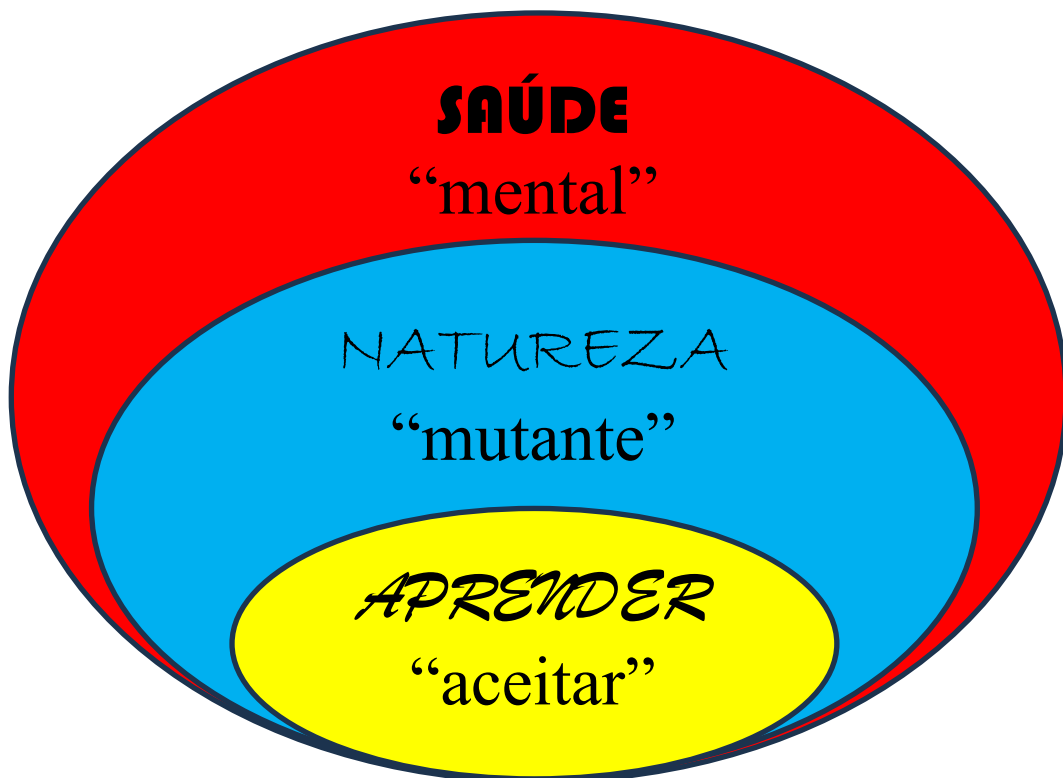
Rossi: Cada pessoa tem um padrão único de aprendizagem. Sua hipnoterapia procura evocar esses padrões, ao invés de impor conteúdos ou ideias alheios aos pacientes. Muitos terapeutas ainda usam essa abordagem tradicional de impor-lhes seus pontos de vista. Milton, você gostaria de comentar este ponto de vista, segundo o qual sua abordagem hipnoterapêutica (e todas as formas de sugestão indireta utilizadas) tem como objetivo evocar os processos de aprendizagem únicos de cada paciente, mais do que impor as ideias do terapeuta? Esta é a essência da sua estratégia de utilização. Erickson: Sim. Como posso saber se minhas ideias terão algum efeito. Rossi: É um belo modo de resumir sua abordagem: você evoca processos que, com certeza, farão algum efeito, porque pertencem ao paciente; você não impõe suas próprias ideias porque não tem como saber como afetariam outra pessoa. Você sabe que é muito difícil que essa ideia vingue entre os profissionais, pois é muito mais fácil dizer ao paciente: “Quero que você lide com isso e aquilo”. Erickson: Uma vez que o hipnoterapeuta evoca os processos, o paciente pode, então, usá-los. Leva a uma correção espontânea.

Milton Erickson utilizava técnicas consideradas não tradicionais, alcançando resultados melhores no tratamento terapêutico que os demais profissionais que utiliza técnicas tradicionais, principalmente pela sua escolha de trabalhar com informações do próprio paciente, onde cada atendimento era único, mas com abordagem padronizada e repetitiva. Apesar da padronização na abordagem ao paciente, utilizada por Erickson, o tempo de atendimento era totalmente desigual de paciente para paciente, pois era respeitado as condições individuais de cada um. Erickson não se contentava apenas em identificar as causas durante o trabalho terapêutico, buscava auxiliar o paciente a eliminar ou minimizar tais causas, fato que o efeito era grandioso no bem-estar do paciente, mas principalmente, permanente.



Rossi: Você está sempre evocando e reforçando o conceito aprendido de mudança que tem origem na nossa própria experiência natural de vida. Erickson: E tornando uma coisa contínua. (Agora Erickson conta de novo exemplos de adolescentes que precisam de ajuda para aprender a aceitar a realidade das boas mudanças que estão ocorrendo continuamente em seus corpos, suas emoções e entendimento). Rossi: Aprender a apreciar nossa própria natureza mutante é essência da saúde mental. Erickson: Sim. A criança pode aprender a reconhecer a realidade das modificações corporais, mas é mais difícil aprender a realidade das alterações afetivas e cognitivas – são tão abstratas. (ERICKSON & ROSSI: 1987, 74).

As mudanças físicas são mais perceptíveis, pois estão na frente de nossos olhos, mas as demais, apesar de estarem continuamente ocorrendo, passam despercebidas por muito tempo, mas um dia afloram, muitas vezes em formatos desagradáveis e/ou irreversíveis. Erickson utilizava o tempo como aliado no trabalho terapêutico, permitindo ao paciente compreender o tempo como algo natural e passageiro, dentro do estilo que tudo passa, deixando lembranças do passado e despertando desejos para o futuro, melhores que os anteriores. Erickson potencializava os esforços do paciente para novas ações, semeando a esperança em alcançar o bem-estar no futuro, fato que havia uma alteração imediata do paciente, pois a técnica tinha efeito energizante e antidepressivo.



Neste exato momento, caso você esteja com sentimento de fascinação pelos ensinamentos de Milton Erickson (1901 – 1980), provavelmente estará reprisando a mesma ocorrência da década de 1970 com Richard Bandler (1950 – vivo fev2024). O encontro – incentivado por Bateson – entre os dois é algo fantástico, pois reúne um médico psiquiatra com 70 anos de idade, extremamente reconhecido e admirado profissionalmente, com um estudante de 22 anos de idade, extremamente curioso na identificação dos processos repetitivos que poderiam ser replicados.

Lamento informar que as revelações de Milton Erickson contidas no livro “O homem de fevereiro” terminam aqui, fato que deverá sacia-las diretamente no mesmo, com certeza vale a pena, são raras e espetaculares!



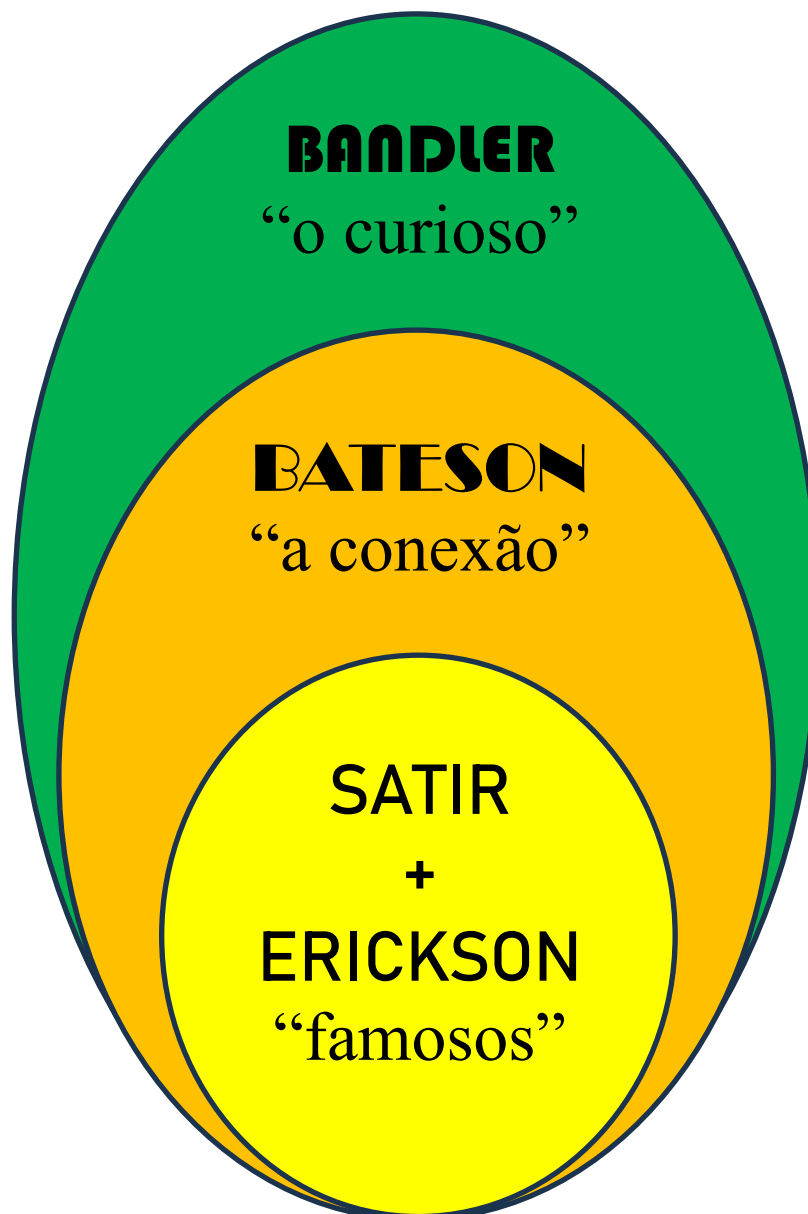


# **CAPÍTULO 4**

---

**GREGORY BATESON**

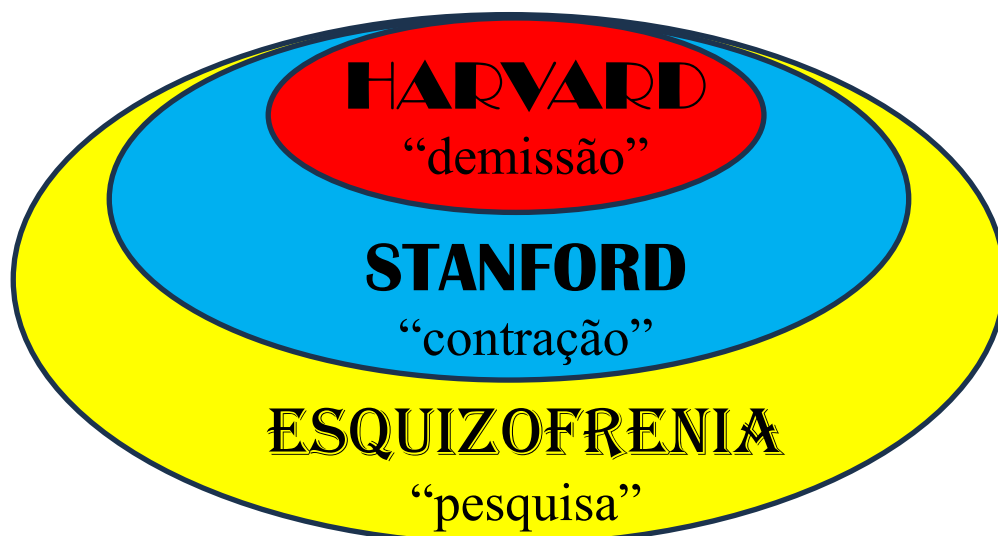
**A**lém de Satir e Erickson, Bateson (1904 – 1980) seria o grande influenciador de Bandler, inclusive era com quem ele mais convivia. Gregory Bateson formou em Ciências Naturais no ano de 1925 na Universidade de Cambridge na Inglaterra e, posteriormente em 1930 obtém o título de Mestre em Antropologia, muito anos depois daria continuidade nas suas pesquisas na Califórnia, antes passou por Nova York, como integrante da “Escola de Palo Alto”, também conhecida como “Colégio Invisível”, sendo um grande influenciador de diversas linhas de pesquisas, dentre elas a esquizofrenia e cibernética, pois sempre buscava compreender tudo no contexto de um sistema, inclusive publicaria em 1972 o livro “Ecologia da Mente”.



Neste trio, Satir, Erickson e Bateson, há diferenças significativas entre eles, seja do ponto de vista pessoal como profissional, podendo, sem grande dificuldade, eger Bateson como sendo o mais “complexo”, pois brilhante todos foram. Neste livro foi adotado utilizar citações diretas do próprio autor, como no caso de Satir e Erickson, mas no caso de Bateson foi escolhido utilizar citação indireta, oriunda de uma tese de doutorado, fato que facilita ao leitor tomar contato com um texto que passou por uma análise prévia, permitindo maior compreensão.

No período posterior à guerra, Bateson atravessa um profunda crise pessoal. Talvez por esse motivo, em Harvard, espalha-se uma voz maldosa segundo a qual Bateson recomendaria a seus alunos que, para ser um bom antropólogo, seria importante submeter-se a uma análise pessoal. Por isso, no ano seguinte não lhe é renovada a atribuição de pesquisador que lhe assegurava um espaço no ensino universitário. A sorte deseja que A. Kroeber, vendo-o desocupado, se interesse pela sua situação e o indique ao psiquiatra social J. Ruesch, que está procurando um antropólogo disposto a colaborar com ele em uma pesquisa sobre comunicação em psiquiatria. Nos anos de 1940 e 1950, trouxe seu método etnográfico para a esquizofrenia e outros fenômenos psiquiátricos (particularmente, distúrbios de comunicação dentro das famílias) de considerável efeito teórico. Também pesquisou o comportamento de outras espécies de animais: lontras, lulas e golfinhos. Este trabalho resultou na obra “Comunicação: a matriz social da Psiquiatria” (RUESCH & BATESON, 1951) escrito em parceria com o psiquiatra Jürgen Ruesch. (PISTÓIA: 2009, 32).

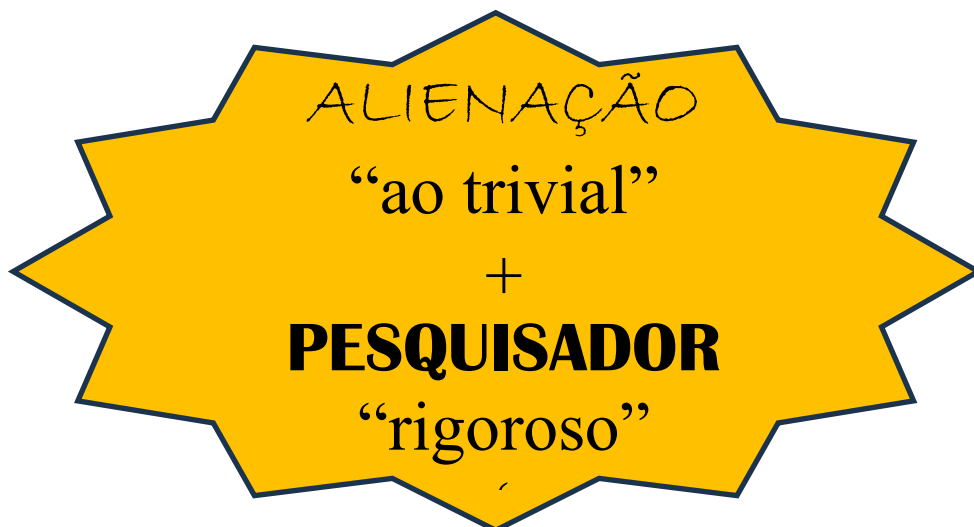
Nesta citação, revela um fato histórico fundamental na escolha dos temas de pesquisa de Bateson, onde a Universidade de Harvard ao demiti-lo gera seu deslocamento “por puro acaso” ao mundo da psiquiatria, permitindo alcançar resultados jamais obtidos anteriormente, gerando reconhecimento da comunidade científica.



Bateson transfere-se, portanto, à Califórnia, começando assim aquela aventura no mundo psiquiátrico durante mais de doze anos, pela qual é, fundamentalmente, lembrado. Nomeado como “consultor etnólogo” do Hospital Veterano de Administração de Palo Alto e professor em contrato na Universidade de Stanford, emerge por diferentes meses na cultura do “continente da psiquiatria”, como se tratasse de uma pesquisa antropológica em campo: analisa literatura, participa de congressos, de seminários, frequenta setores hospitalares, assiste a sessões terapêuticas. Partindo sempre da mesma exigência: “Interessam-me os princípios gerais e os critérios que você usa para reconhecer a saúde mental e as ideias, implícitas e explícitas, que enquadram e determinam a situação terapêutica”. (PISTÓIA: 2009, 34).

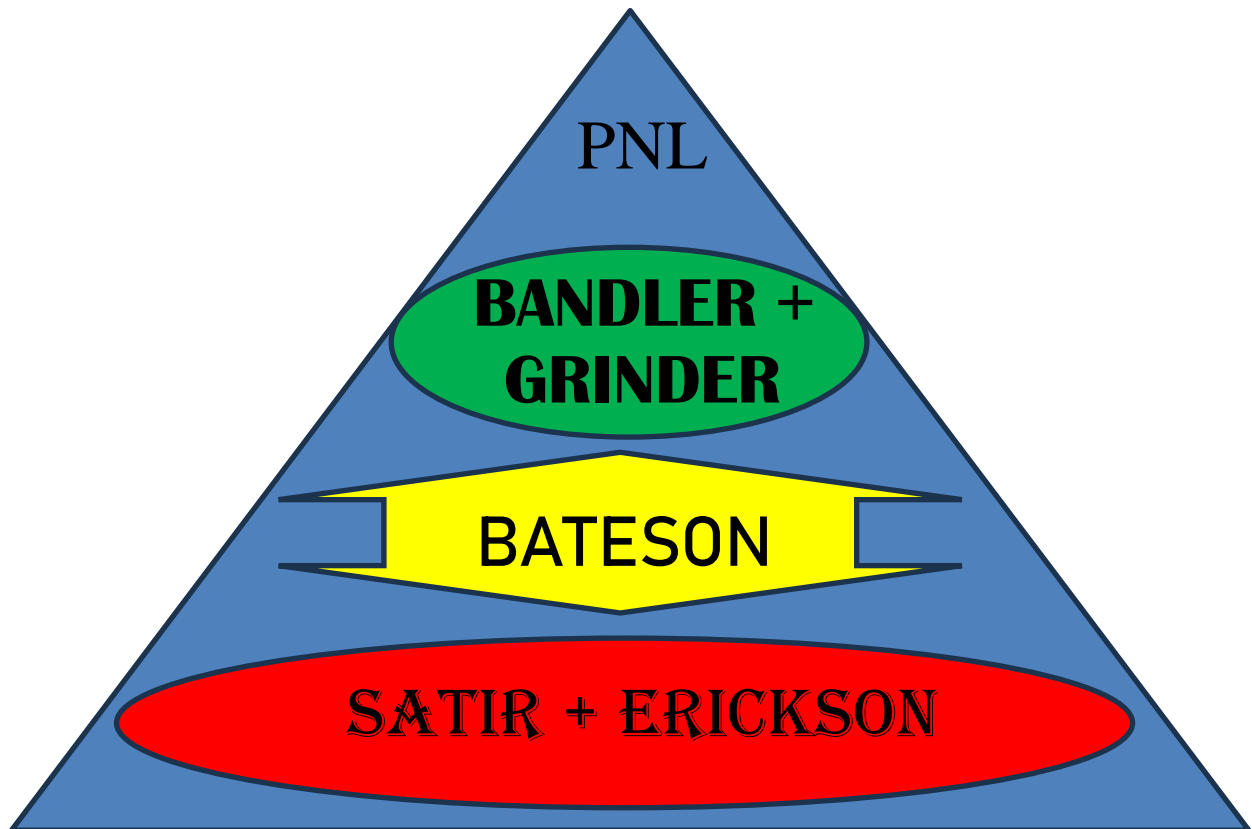
Demitido por Harvard e, posteriormente contratado por Stanford, cabendo lembrar que naquela data havia uma distância enorme – fama – entre as duas universidades, fato que é crível acreditar que Bateson possa, também, figurar entre os diversos motivos para o encurtamento desta distância, possibilitando – nos anos seguintes – o reconhecimento de Stanford no cenário mundial, bem como, tornando a Califórnia uma referência em criatividade e inovação.

Bateson não pertenceu a disciplina acadêmica alguma. Em sua formação e carreira ele era considerado original e autodidata. Seu conhecimento e senso de resolução de problemas foram formados em um ambiente intelectual riquíssimo, por sua vida de contatos pessoais com intelectuais informais (os quais incluíram uma boa amostra dos melhores pensadores do século), por uma genialidade em observar atentamente as coisas que o fascinavam (essencialmente as estruturas e processos das realidades criadas através da comunicação) e talvez por uma alienação ao trivial. Embora altamente disciplinado pela tradição europeia, ele não era seguidor dos documentos contemporâneos das ciências sociais. (PISTÓIA: 2009, 40).



Seria possível pensar que Bateson (1904 – 1980) vivia em um mundo paralelo, confrontando com os costumes sociais aceitos e a ciência reconhecida, onde havia uma discrepância enorme entre ambos, fato que ele era reconhecido como cientista, mas isolado, pois para acompanhá-lo deveria experimentar vivenciar um ambiente caótico.

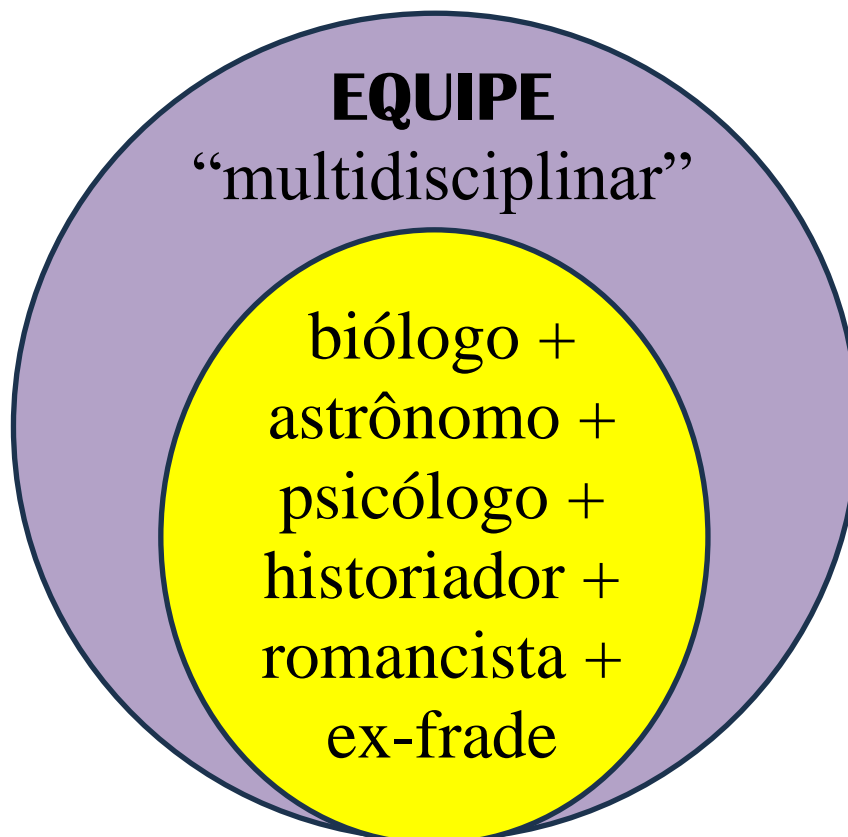
Aqui entra Richard Bandler (1950 – vivo fev2024), tendo uma mente inquieta e enorme curiosidade, desperta a empatia de Bateson, buscando compreender tudo que estivesse além do tradicional, sendo um o elo com Satir e Erickson. Neste exato momento, 1973, está formado os pilares, três pesquisadores singulares, da Programação Neurolinguística (PNL) por Bandler e Grinder.



Alguém já disse que os pensadores (vistos, é claro, do lado oposto) são simplistas e confusos. Para o simplista, Bateson, seus modelos sutis e complexos, tornaram-no o rei dos confusos. Na verdade, esta é a cegueira dos dois lados. As redações de Bateson estabeleceram padrões de coerência lógica, ainda não superadas nas ciências sociais de hoje. Entretanto, a emaranhada teia de suas ideias, e também o seu peculiar ponto de vista, tornam suas redações difíceis de serem entendidas completamente em separado (e isso é ainda mais verdade para frases isoladas) até que o ponto de vista e limites gerais de seu sistema de ideias possa ser compreendido. (PISTÓIA: 2009, 42).

Imagine um estudante com 22 anos na Califórnia da década de 1970, extremamente confuso diante das diversas “oportunidades”, conversando, diariamente, com seu vizinho que era uma celebridade, um pesquisador “maluco” com mais de 60 anos de idade e reconhecido na comunidade científica. Este episódio de pura empatia entre duas pessoas com histórias, culturas e idades tão diferentes demonstra que havia uma lógica implícita, entre ambos, diante do mundo caótico explícito. Bateson que se afastou, no caso específico de Harvard foi afastado, da docência, poderia ser considerado o maior professor mentor de Bandler.

No ano de 1973, Bateson foi contatado pelo Kresge College da Universidade da Califórnia, um instituto surgido alguns anos antes, segundo as linhas de uma psicologia humanista de Maslow, que tinha permanecido excessivamente fechado na contracultura. Os administradores, buscando uma figura que pudesse conferir um status científico ao College, ofereceram-lhe a gestão de um curso, assegurando-lhe a máxima liberdade de ação. Bateson aceita e, auxiliado por seis profissionais, um biólogo marinho, um astrônomo, um psicólogo, um historiador, um romancista e um ex-frade dominicano que se dedicava à poesia, institui um curso intitulado “Ecologia da Mente”, no qual segundo seu estilo de pesquisa “rigoroso” e “flexível”, transita entre argumentos como o papel das premissas epistemológicas na percepção e no comportamento cultural, a etiologia, a linguagem dos esquizofrênicos e a morfologia das plantas. (PISTÓIA: 2009, 47).



Atualmente, fala-se em equipes multidisciplinares como sendo fundamentais para a geração de criatividade e inovação, mas Bateson já demonstrava – a mais de 50 anos atrás – que isto era algo implícito na sua atuação. Merece destaque para a ousadia de Bateson na escolha e amplitude dos talentos formadores da “equipe multidisciplinar”, pois ainda hoje, a maioria das organizações, para evitar de dizer a totalidade delas, estão muito longe de escolhas “multi”. Neste mesmo ano, 1973, e na mesma universidade, Universidade da Califórnia (não é Stanford) é lançado – por Bandler e Grinder – a primeira versão do livro “A estrutura da magia”, obra que marca o nascimento da Programação Neurolinguística (PNL).

Para Bateson, a mente é uma propriedade essencial dos sistemas vivos, uma consequência necessária e inevitável de certa complexidade, que começa muito antes de os organismos desenvolverem um cérebro e um sistema nervoso superior. Vida e mente são manifestações do mesmo conjunto de propriedades sistêmicas, um conjunto de processos que representam a dinâmica da auto-organização. Como enfatizou Bateson, a mente é imanente não só no corpo, mas também nos caminhos e nas mensagens fora do corpo. Existem manifestações mais amplas da mente, das quais nossas mentes individuais são apenas subsistemas. (PISTÓIA: 2009, 40).

Na compreensão desta citação, encontraremos imerso na profundidade do texto o médico psiquiatra e psicólogo Carl Gustav Jung (1875 – 1961), onde cada ser humano possui dentro de si o inconsciente individual, sendo este apenas um subsistema do inconsciente coletivo. Merece destacar que Jung tinha como primeira opção o curso de Antropologia, mas como não era oferecido pela universidade mais próxima de sua casa, e não tendo recursos financeiros para morar fora, optou pelo curso de medicina, mas a escolha pela psiquiatria, somente ocorreu ao final do curso.



Gregory Bateson desenvolveu suas ideias dentro da tradição cibernética iniciada com a publicação da obra de Wiener em 1948, consagrando-se como um dos pensadores mais relevantes e de maior alcance dentro e fora do campo. Conforme o exposto anteriormente, o subtítulo da obra, Controle e Comunicação no Animal e na Máquina, indica tanto o desejo de Wiener pela criação de uma analogia universal entre modelos maquínicos e orgânicos, quanto seu interesse em usá-los como exemplares de sua teoria da informação, ou seja, da imaterialidade da informação. Contudo, Bateson vai além de Wiener quando situa sua análise no contexto de tradições aparentemente muito distantes dos modelos mente/matéria (ou mente/máquina) que constituíam as bases das ciências modernas ocidentais. Essas tradições incluem a Alquimia e o Gnosticismo e, assim, Bateson volta-se ao trabalho desenvolvido pelo psiquiatra suíço Carl Gustav Jung para elaborar e fundamentar sua obra. É importante examinar aqui o significado dessa interpolação em relação à própria epistemologia de Jung: pode parecer irônico, mas o ponto abordado e detalhado por Bateson ao longo de sua vida havia sido negligenciado em grande parte não apenas pelos autores junguianos, mas pelo próprio Jung. (SILVA: 2021, 104).

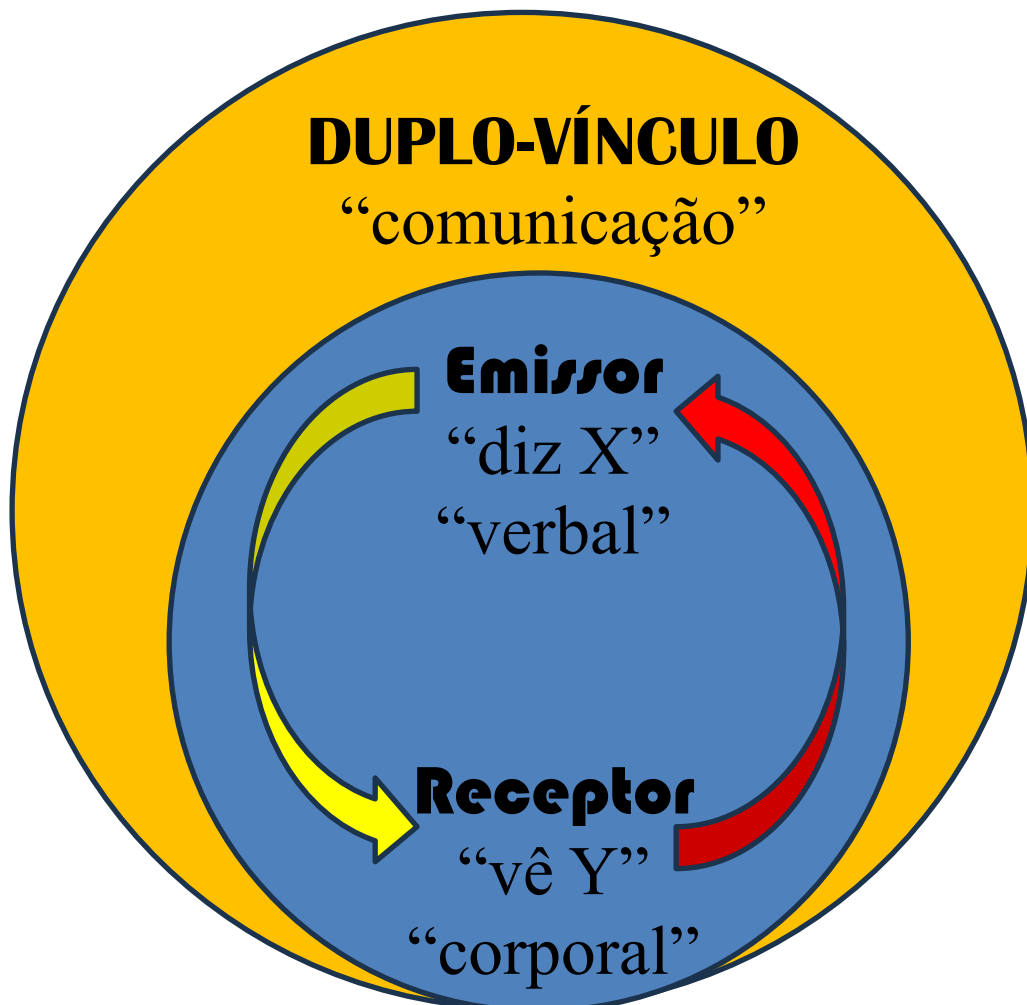
Nesta citação registra a genialidade de Bateson, sendo capaz de transpor conhecimentos de uma área para outra, permitindo dar um salto na compreensão, de algo incompreensível para quem pensa apenas “dentro da caixa”.





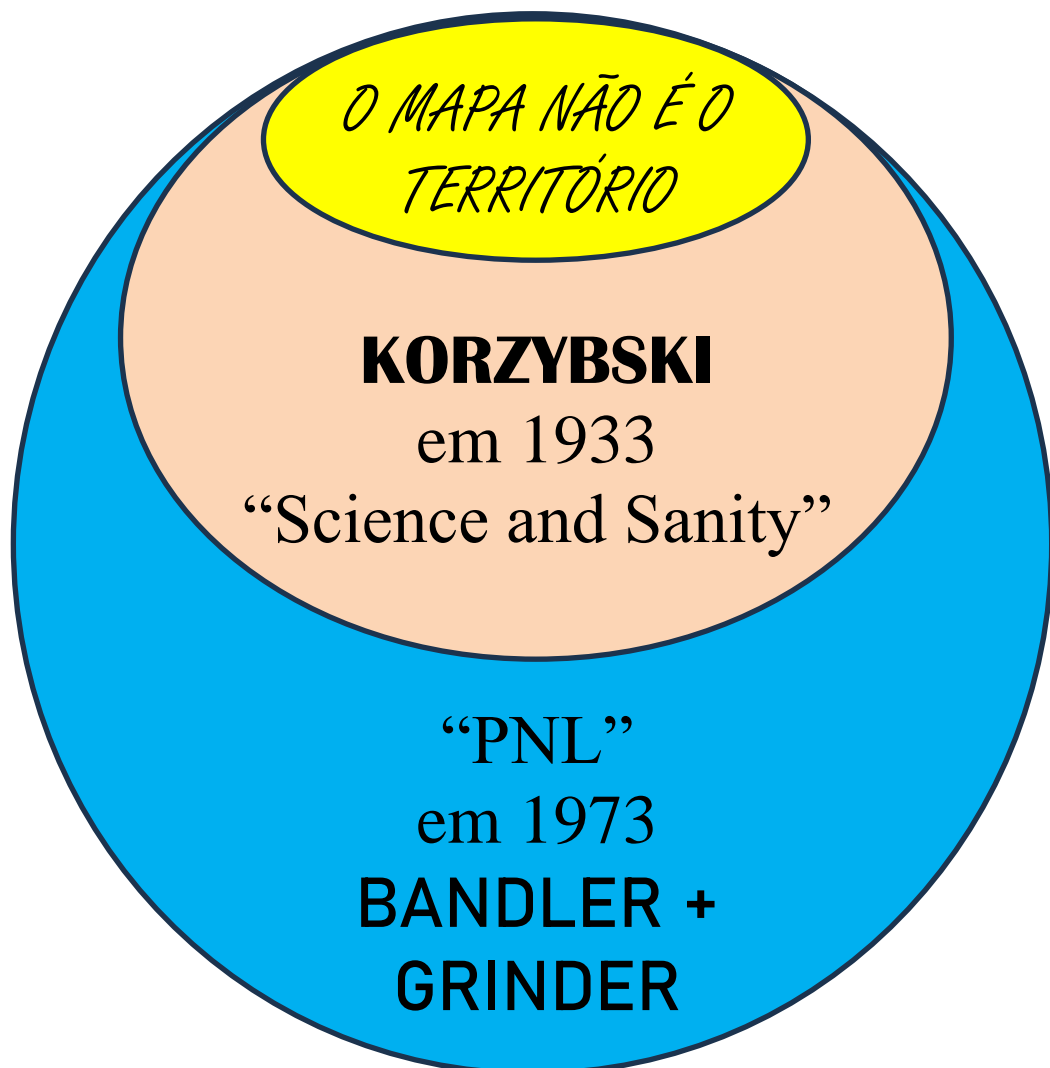
A teoria do duplo-vínculo é uma teoria sobre a comunicação e a aprendizagem e a sua originalidade encontra-se em dois conceitos: a metacomunicação e a deutoroaprendizagem. Para Bateson cada indivíduo baseia sua visão de mundo (identidade, relações, etc.) mediante a deutoroaprendizagem que é de caráter interativo e comunicativo. A família, por ser a principal agente socializador, oferece ao sujeito a oportunidade de “aprender a aprender” de acordo com os padrões comunicativos (ou de interação familiar) em que se desenvolve sua experiência. O fundamental das características “deutoroaprendidas” será a aquisição de hábitos comunicativos, a capacidade metacomunicativa da qual estamos em condições de elaborar e reconhecer-nos diversos “marcadores de contexto”, assinando a cada mensagem seu marco adequado. (PISTÓIA: 2009, 40).

Bateson, nesta busca incansável para compreender o ser humano, dentro do seu contexto, formula o “duplo-vínculo” para denominar uma ocorrência identificada pela pesquisa, dentro do ambiente familiar, ponto inicial da compreensão do ser humano, posteriormente, da comunidade. O comportamento esquizofrênico passa a ser uma resposta, do indivíduo, diante dos estímulos de comunicação utilizados pelos demais membros participantes de determinado grupo, ou seja, dentro de um padrão lógico.



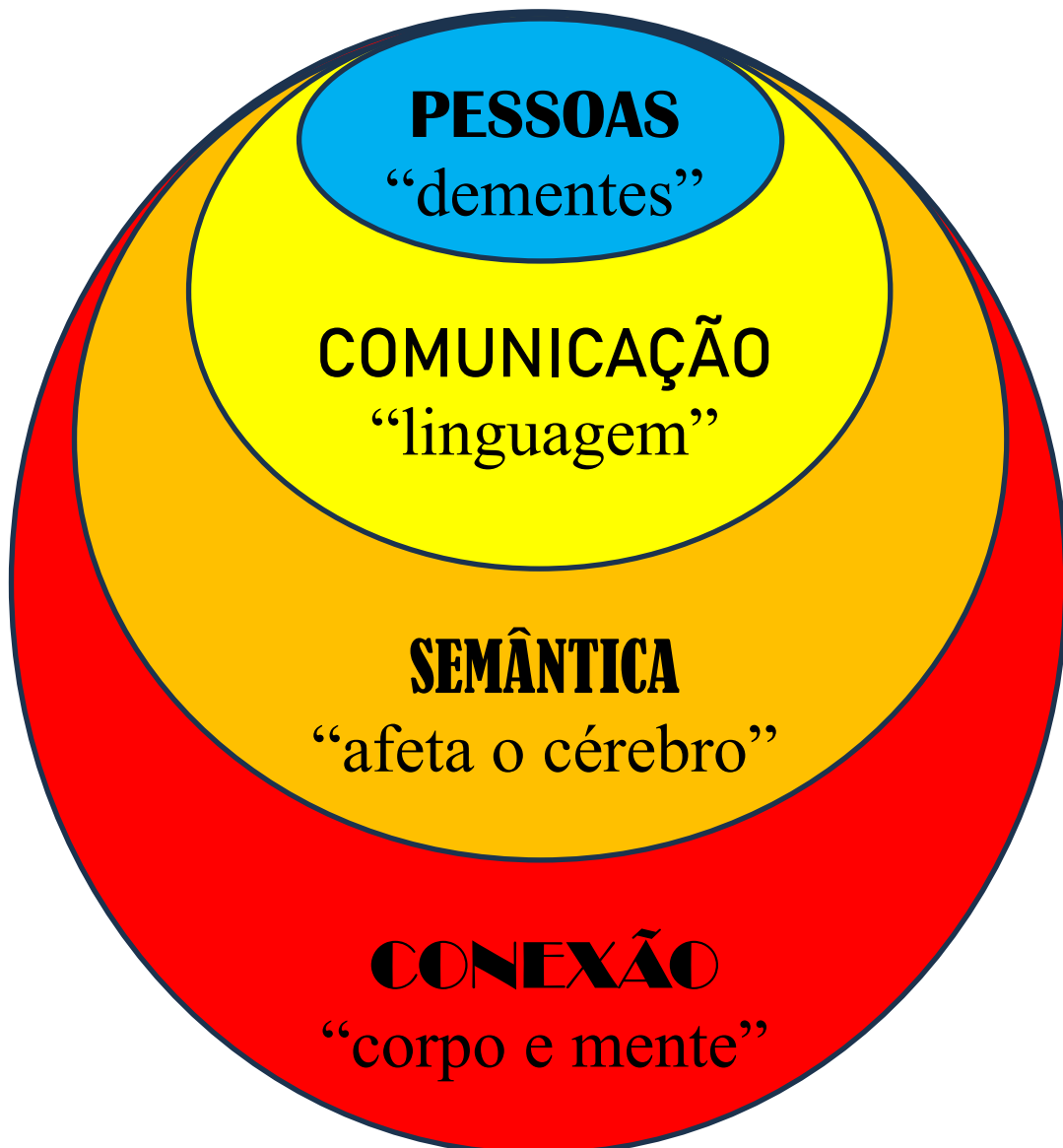
As relações entre mapa e território nos levam a concluir, como nos aponta Bateson, que não há um território pré-dado sobre o qual podemos fazer um mapa, pois a própria construção do mapa cria as características do território. “Um mapa não é o território” que representa, mas possui uma estrutura similar ao território. Se o mapa pudesse ser elaborado num plano ideal e imaginário incluiria (em escala reduzida) o mapa do mapa. Uma palavra não é o objeto que representa e a linguagem exhibe esta peculiar capacidade de refletir a si mesma. Como somos seres semânticos, buscamos símbolos como formas de representação de nossas emoções. E de forma inevitável respondemos a nosso mundo em termos de mapas, não da realidade. Quando acontece isto, Korzybski diz que confundimos o mapa (nossos símbolos linguísticos), com o território. Identificamos dois elementos que existem em níveis lógicos diferentes. (PISTÓIA: 2009, 152).

A expressão “o mapa não é o território” ganha destaque nos pressupostos da PNL, mas foi criada por Alfred Korzybski (1879 – 1950), em 1933, na obra “Science and Sanity” que fala da natureza neurolinguística do ser humano e de como processamos a informação. Bateson iria reforçar este conceito, fato que Bandler e Grinder captaram perfeitamente.



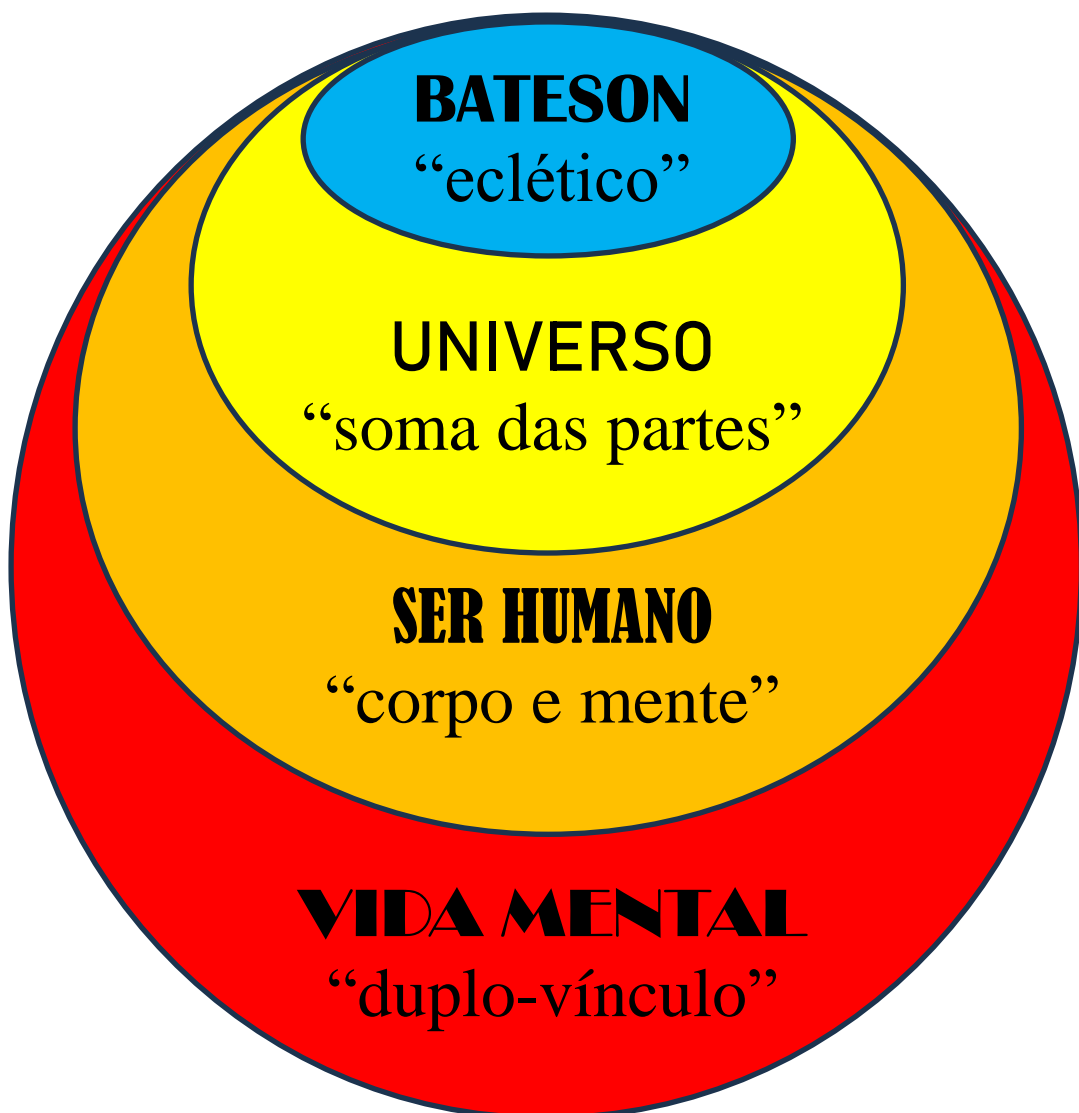
E isto, como diz Korzybski, nos transforma em pessoas “insanas ou dementes”. Para o autor, as reações linguísticas ou semânticas supõem o início de posteriores trabalhos sobre como funciona o metamodelo e a mudança de significados. A semântica afeta diretamente o nosso sistema nervoso. Pensamos em palavras e formas de linguagem no interior de nosso cérebro. Este sistema sensorial para processar informação e criar representações internas compreende também a composição de nosso sistema nervoso (com nosso córtex visual, córtex auditivo, etc.). Isto afeta como consequência o nosso corpo e fisiologia (a conexão mente-corpo). (PISTÓIA: 2009, 153).

As pesquisas de Bateson com animais e humanos, possibilitou encontrar aspectos semelhantes e específicos, sendo a semântica dos seres humanos um fator de grande impacto na construção de seu próprio ser, devido a enorme capacidade para funcionar em múltiplos níveis de comunicação.

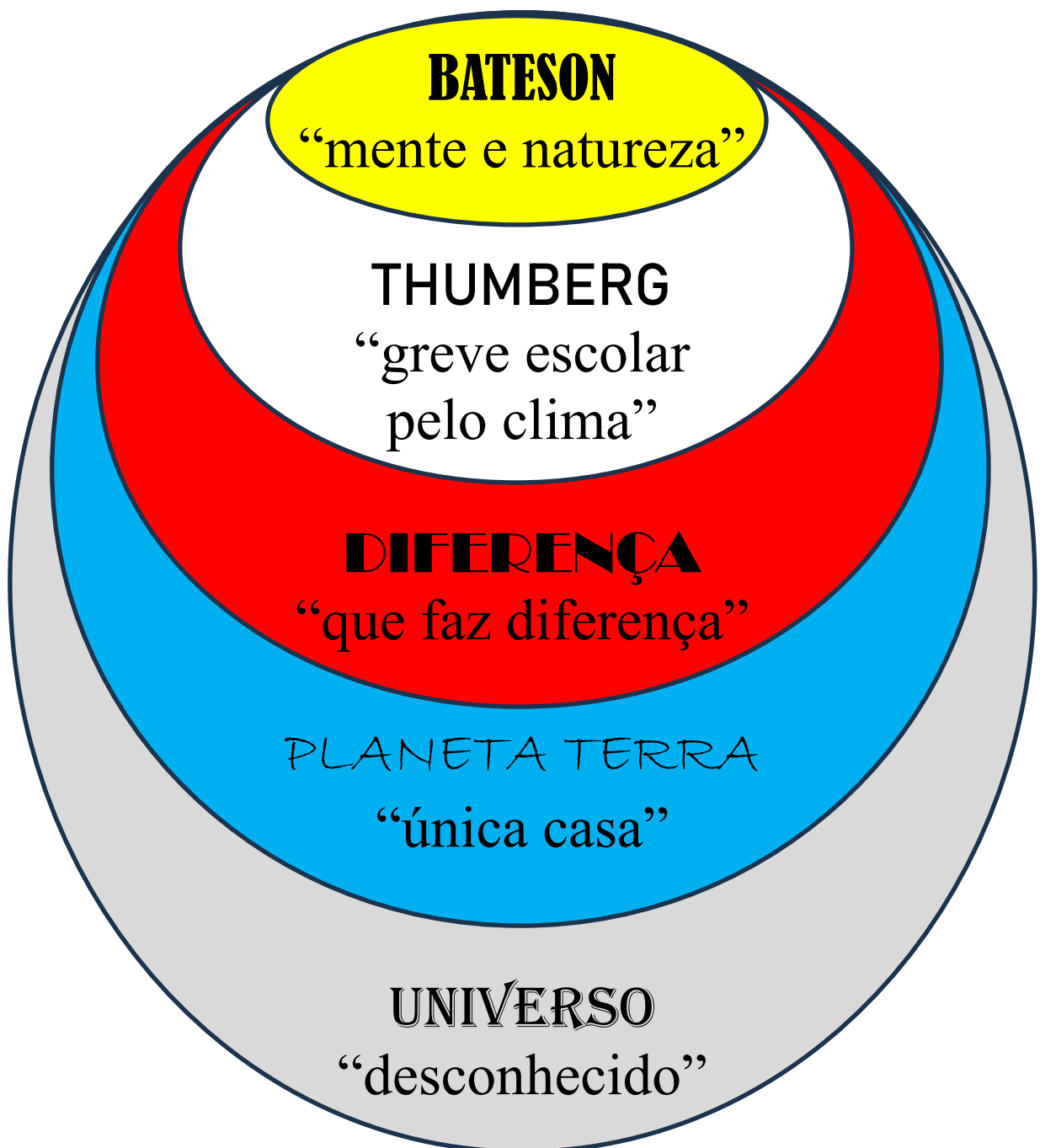


Ao buscar construir uma teoria geral sobre os seres vivos, Gregory Bateson aponta pistas importantes sobre várias áreas do conhecimento lançando, ao mesmo tempo, conceitos implicados na prática pedagógica. Nessa direção o artigo intitulado “A última conferência” destaca: o que é a forma, o que é a pauta, o propósito, a organização, etc.? Essas eram as perguntas que me fazia no começo e são todavia, perguntas atuais. [...] Nesse artigo, Bateson reitera sua posição contrária à divisão entre corpo e mente, afirmando que esta posição cartesiana impede o avanço em seu entendimento sobre o universo dos seres vivos e sobre o que constitui o ser humano, por ele chamado de “vida mental”. (PISTÓIA: 2009, 154).

Lembrando que Bateson estava na Califórnia, onde havia comunidades com estilo “hippie”, vivendo dentro de um contexto de paz e amor, inclusive contrários as políticas de seu próprio governo a favor da guerra, ou seja, paradoxos reais na vida mental, sendo um bom exemplo de duplo vínculo (termo criado por Bateson) ao buscar a paz através da guerra.



Diante de tantos paradoxos no comportamento humano, a Greta Thumberg (2003 – viva fev2024) ao iniciar, individualmente, uma greve escolar – na sexta-feira de agosto de 2018 – na porta do Parlamento Sueco, apenas ostentando um cartaz que estava escrito “Greve escolar pelo Clima”, demonstraria estar utilizando os ensinamentos de Bateson na defesa da Mente e Natureza, onde as diferenças fazem diferença, obrigando que cada um – na sua individualidade única – perceba ser parte do todo, ou seja, cada um contribui com algo único, sendo insubstituível na formação do todo.

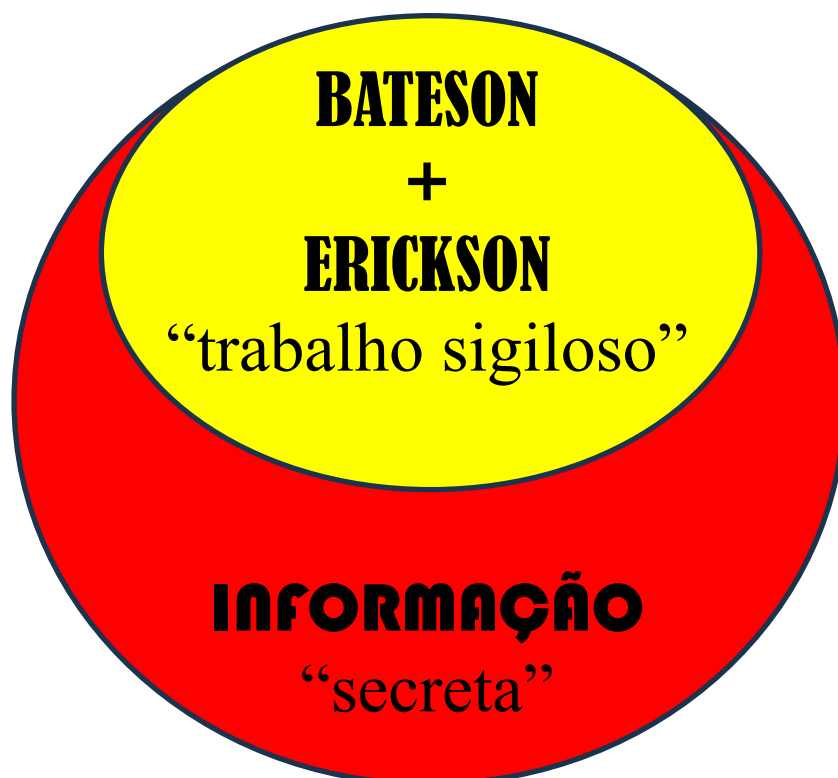


Atualmente, estamos vivenciando – de forma acelerada – as mudanças nos postos de trabalho, onde a Inteligência Artificial (IA) passa a realizar as tarefas – repetitivas – do ser humano, mas considerando que grande parte dos seres humanos desconhecem e/ou buscam sua individualidade única, já são réplicas humanas, formadas pela sociedade que ignora as diferenças que fazem diferença, sendo este um dos ensinamentos de Bateson.

O estudo na compreensão da existência humana nunca esgota, mas a vida é para ser vivida, sendo uma escolha viver com o pensamento no passado, ou viver como o pensamento no presente para construir o futuro, pois o futuro está totalmente aberto e aguardando para ser construído, por você, agora, pois as diferenças fazem diferença!

Erickson: fornece mais ilustrações do seu trabalho sigiloso com Margaret Mead e Gregory Bateson para a Repartição de Serviços Estratégicos dos Estados Unidos, durante a Segunda Guerra Mundial, entrevistando prisioneiros japoneses e alemães. Esta informação ainda é classificada como top secret e não pode ser comentada publicamente. (ERICKSON & ROSSI: 1987, 219).

Esta revelação ocorrida em 1979, mais uma entre diversas outras, aumenta a relevância do livro “O homem de fevereiro”, neste caso, Bateson aparece como parceiro de Erickson, além de Margaret, buscando identificar informações secretas, junto aos prisioneiros de guerra, japoneses e alemães.



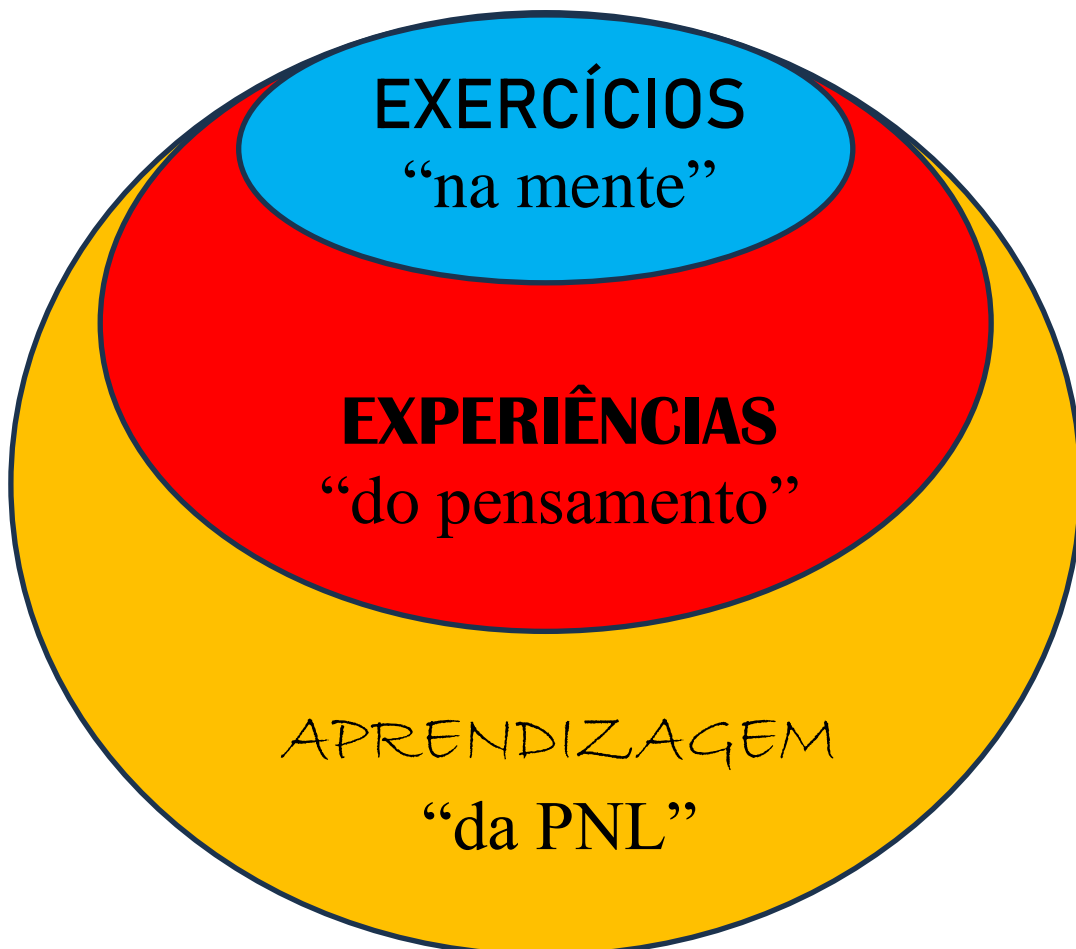
# **CAPÍTULO 5**

---

## **MAGIA OU REALIDADE**

**N**este ensaio a investigação busca desvendar os fatores históricos, culturais, científicos e outros que estejam interligados na criação da Programação Neurolinguística – PNL. A PNL para alguns poderá ser considerada magia, mas para outros é pura ciência, fruto do trabalho de observação da pesquisa empírica, onde podemos aprimorar constantemente nossa aprendizagem, construindo novos mapas – ainda detalhados – para explorar o mesmo território, sendo que:

Para tornar mais intenso e profundo o seu aprendizado e as mudanças, em cada capítulo você encontrará exercícios mentais, que Albert Einstein chamou de “experiências do pensamento”, que o ajudarão a dominar técnicas da PNL. Estes exercícios já funcionaram literalmente com milhões de pessoas. Eles podem funcionar com você, também, desde que realmente os utilize. Sabemos melhor do que ninguém que estamos vivendo em uma era de sobrecarga de informações. Algumas pessoas podem se sentir tentadas a ler apenas os exercícios para ver se eles são interessantes. É um bom começo, mas é preciso realmente fazê-los se quiser algum resultado. A PNL é uma espécie de experiência. A diferença está em como você faz o que faz. (ANDREAS: 1995, 18).





Na década de 1970 havia diversos estudos e abordagens na psicologia, mas nenhum que reunisse programação, linguística e neurologia, sendo que:

PNL é a sigla para Programação Neurolingüística. Este nome tão sonoramente high-tech é puramente descritivo, como botas de motocross, um cachorro Labrador ou a cupê clássico conversível. Neuro refere-se ao nosso sistema nervoso, aos caminhos mentais dos nossos cinco sentidos de visão, audição, tato, paladar e olfato. Linguística refere-se à nossa capacidade de usar uma linguagem e à forma como determinadas palavras e frases refletem nossos mundos mentais. Linguística refere-se também à nossa “linguagem silenciosa” de atitudes, gestos e hábitos que revelam nossos estilos de pensamento, crenças e outras coisas mais. Programação veio da informática, para sugerir que nossos pensamentos, sentimentos e ações são simplesmente programas habituais que podem ser mudados pelo upgrade do nosso “software mental”. (ANDREAS: 1995, 19).



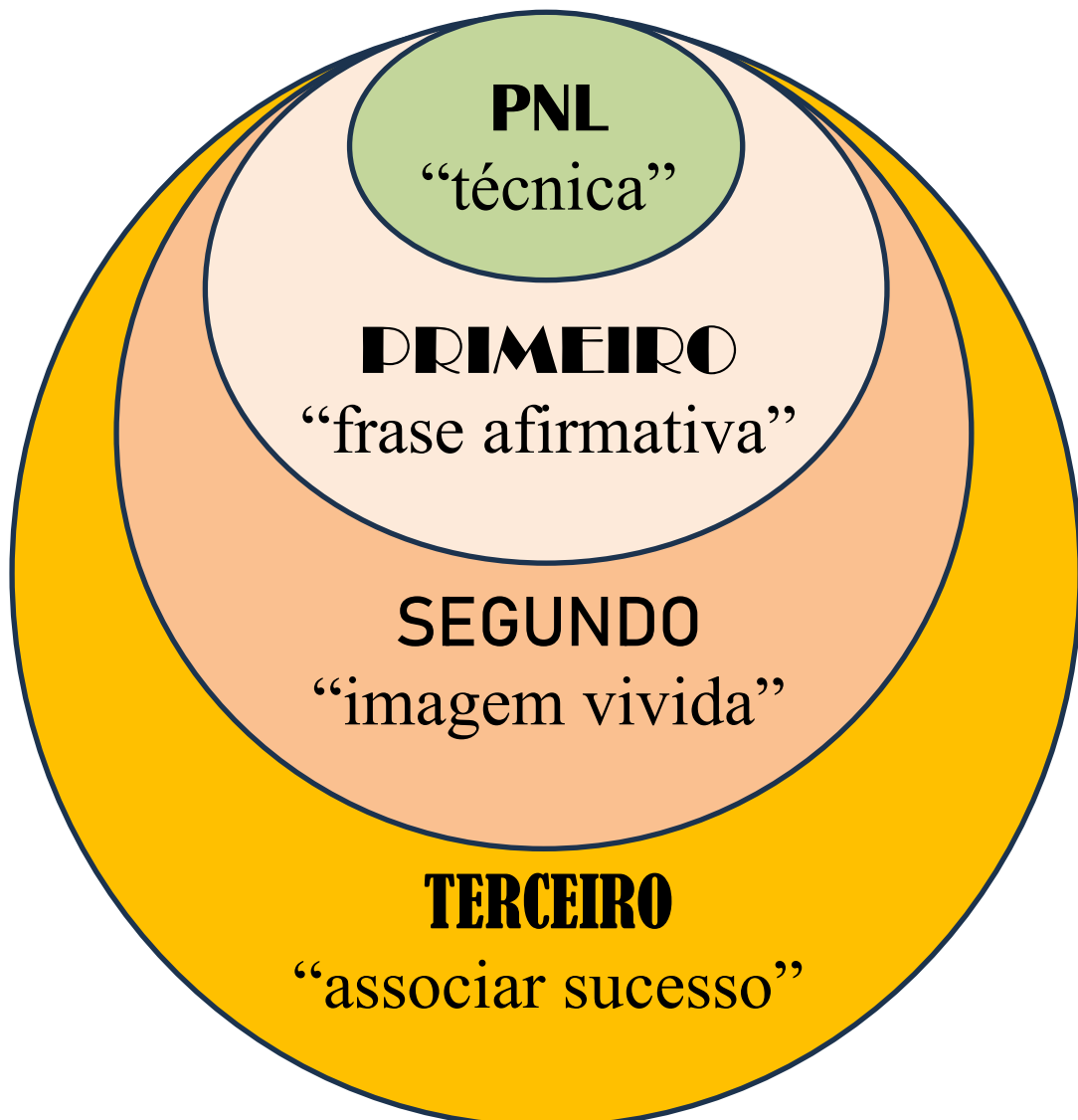
As pessoas possuem características distintas, fato que sempre haverá especificidades em cada uma das pessoas, sendo que a PNL:

... usa todos os nossos cinco sentidos: visão, audição, tato (e sensações em geral), paladar e olfato. A pesquisa da PNL descobriu, há mais de dez anos, que a maioria das pessoas tem um desses cinco sentidos mais desenvolvido do que os outros. Por exemplo, talvez você sempre tenha gostado de desenhar ou tirar fotografias ou fazer arranjos bonitos. Se for assim, imaginar ou visualizar mentalmente deve ser fácil para você. Ou, quem sabe, você gosta de livros, de conversar, de ouvir música, sendo mais sensível ao que as pessoas dizem e aos seus tons de voz. Portanto, ouvir com o seu ouvido mental, e não com o olho, provavelmente deve ser mais natural para você. Em geral, os atletas por excelência são mais atentos aos seus movimentos e sensações musculares. Talvez você tenha sentimentos fortes em relação às pessoas ao entrar em minha sala. Estes são indícios de que o seu sentido emocional (sensações, tato) é mais desenvolvido do que os outros. (ANDREAS: 1995, 23).

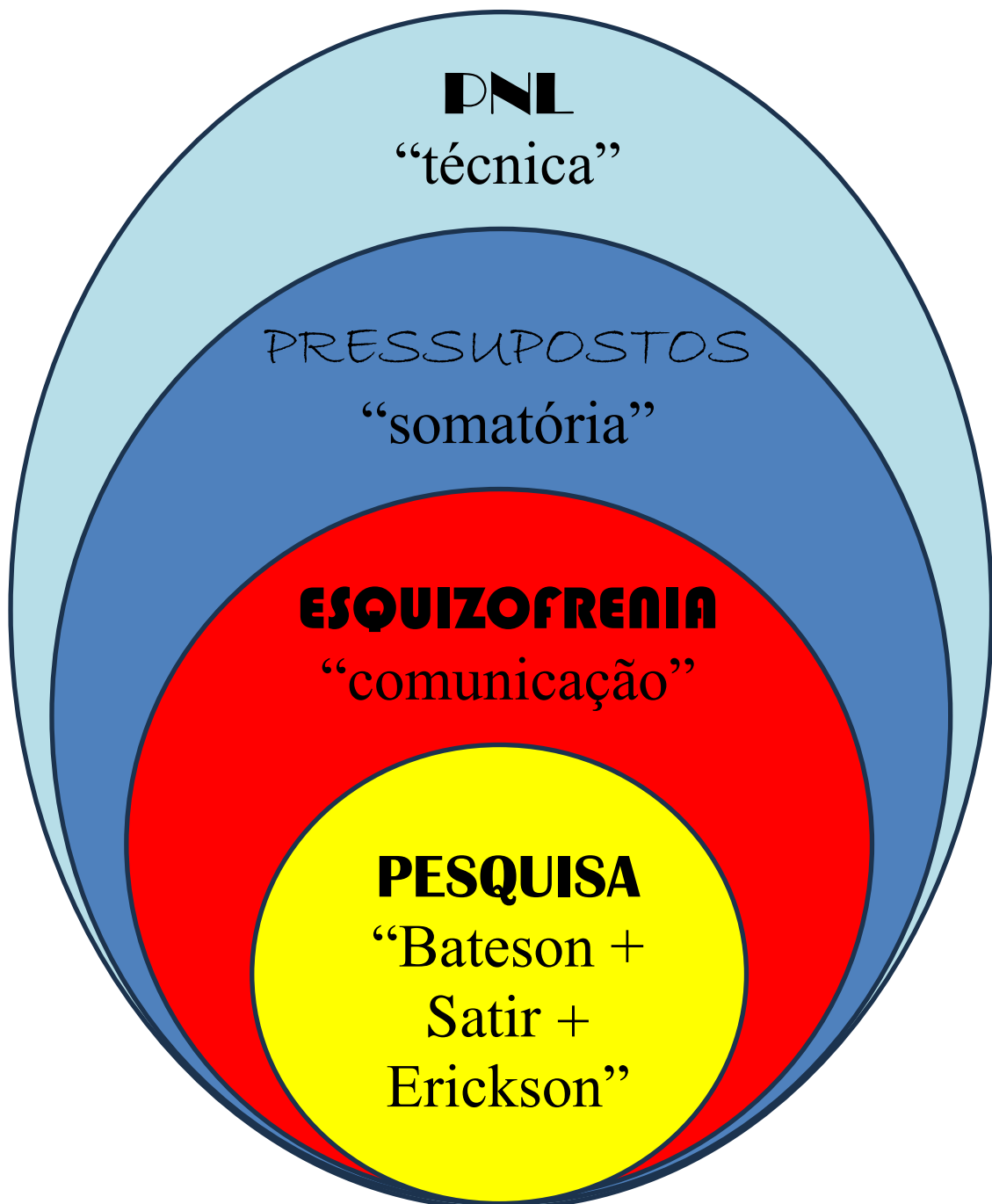


A PNL reuniu 3 áreas – programação, linguística e neurologia – jamais pesquisadas conjuntamente, permitindo compreender diversos aspectos já presentes nas relações humanas, mas nunca antes identificados como instrumentos capazes de serem utilizados como ferramentas na melhoria da qualidade de vida, surgindo:

três conceitos da PNL, rápidos e simples desta seção, saberá que pode usar a PNL para introduzir na sua vida comportamentos mais positivos e bem-sucedidos. Primeiro, transforme o que você quer e o que você pensa a respeito em uma frase afirmativa. Segundo, torne mais vivida a imagem mental do que você deseja fazer, a fim de que ela fique ainda mais atraente para você. E, terceiro, associe-se a estes comportamentos bem-sucedidos e ensaie-os mentalmente, para que lhe pareçam naturais. A abordagem desse programa passo a passo é uma das marcas registradas da PNL. Uma abordagem prática de mudança, a PNL é uma técnica de como... para ... de transformação pessoal. (ANDREAS: 1995, 24).



Neste ensaio busca-se explicitar as diferenças entre a Magia, reconhecida como resultado de atos extraordinários e sobrenaturais que causam encanto e fascinação, e a Ciência, conceituada como conhecimento que explica os fenômenos que possam ser comprovados, desta forma, encontrar qual termo entre “magia ou ciência” foi – ou é – capaz de oferecer maior significado na compreensão da Programação Neurolinguística, onde os estudos da esquizofrenia também fazem parte deste conhecimento, sendo que ao iniciar este ensaio, jamais poderia imaginar isto ser possível.



# **CAPÍTULO 6**

---

## **PRESSUPOSTOS**

**DA**

**PNL**

**E**xistem alguns princípios considerados fundamentais que possibilitam que os resultados possam ser alcançados, sendo denominados “pressupostos”, a saber:

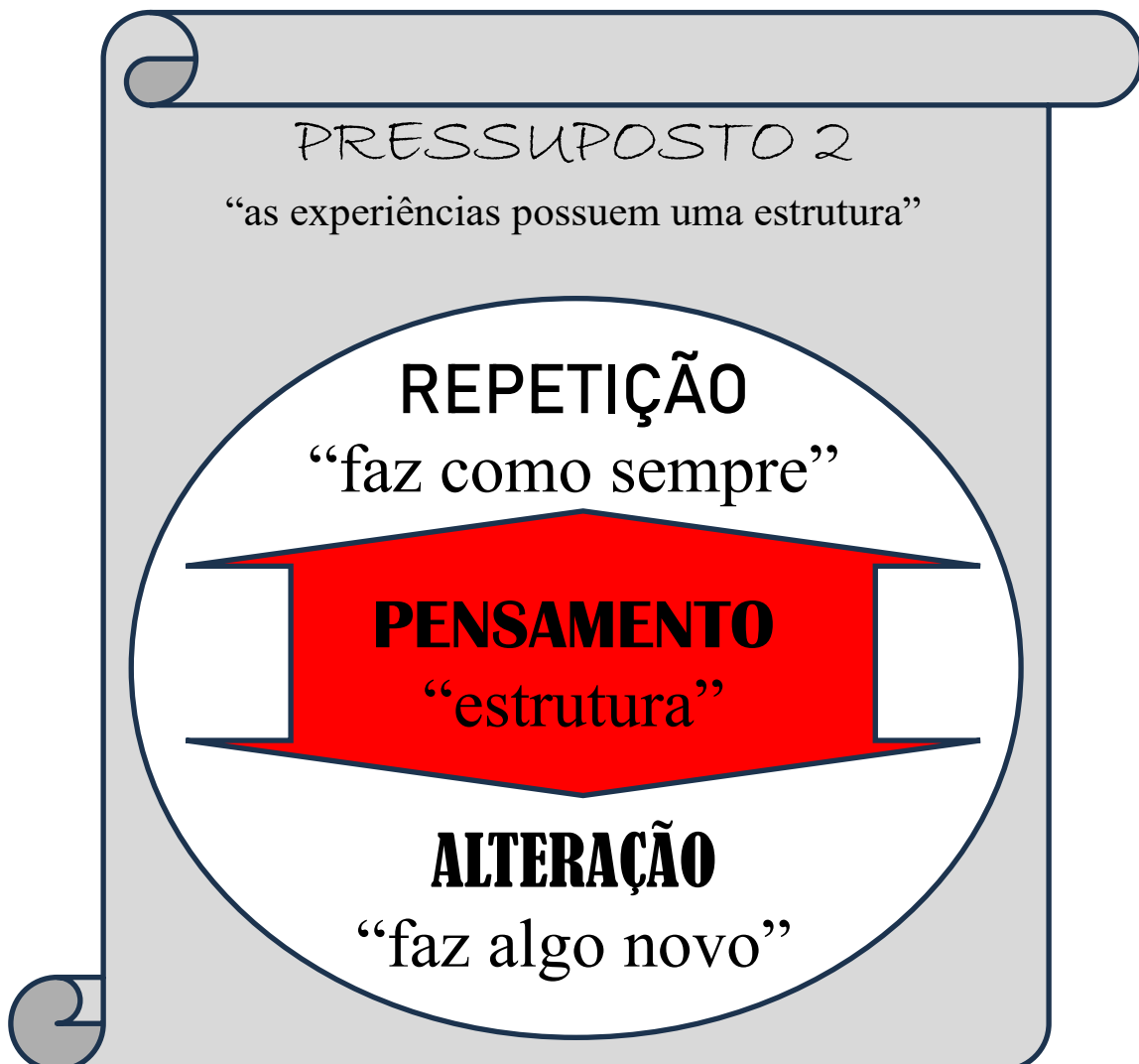
O MAPA NÃO É O TERRITÓRIO. Nossos mapas mentais do mundo não são o mundo. Reagimos aos nossos mapas em vez de reagir diretamente ao mundo. Mapas mentais, especialmente sensações e interpretações, podem ser atualizados com mais facilidade do que se pode mudar o mundo. (ANDREAS: 1995, 24).

No pressuposto 1 há uma diferenciação fundamental entre a realidade – o território – e a imaginação – o mapa –, sendo possível ter diversas imagens da mesma realidade, ou seja, muitos mapas do mesmo território.



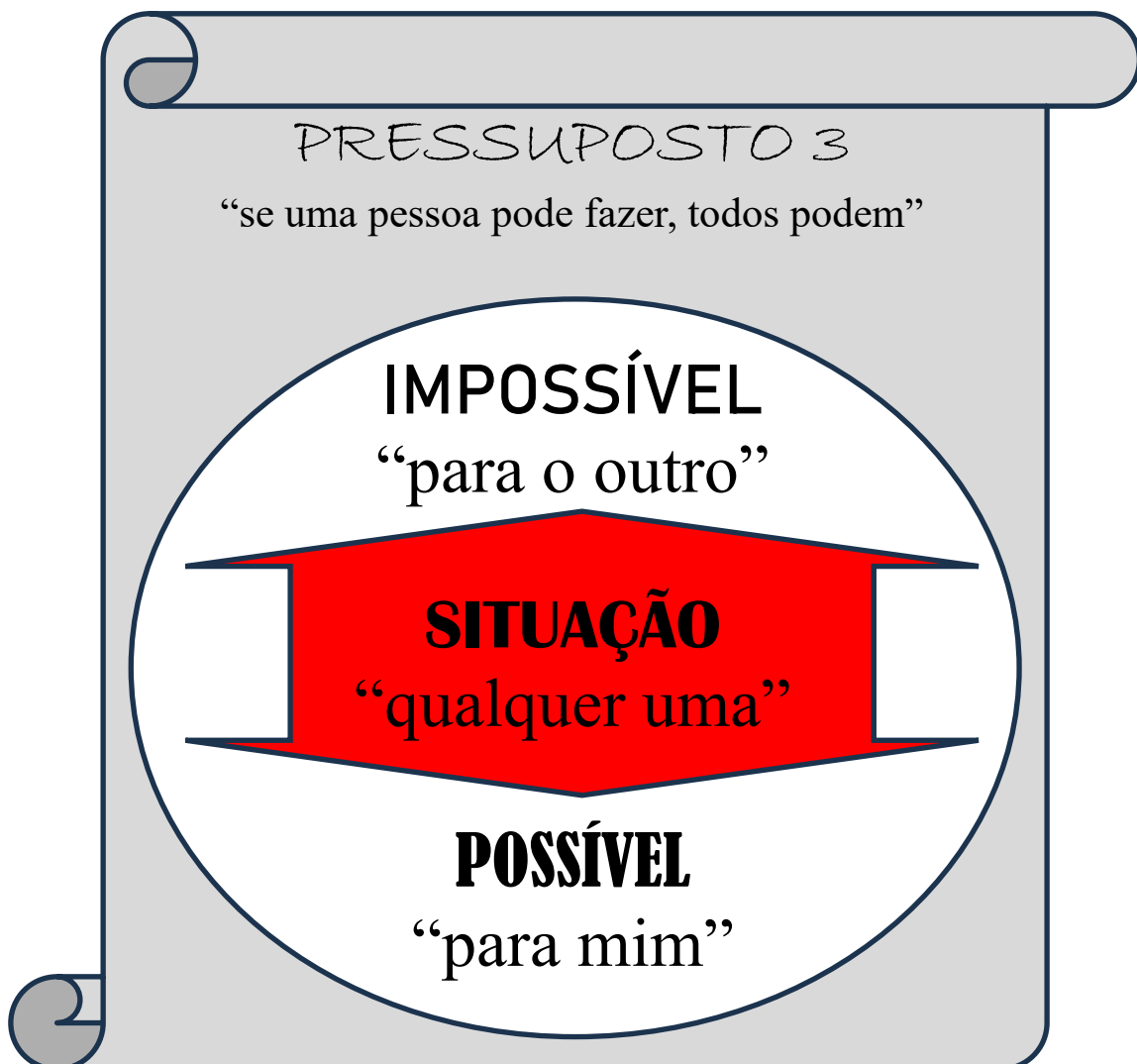
AS EXPERIÊNCIAS POSSUEM UMA ESTRUTURA. Nossos pensamentos e recordações possuem um padrão. Quando mudamos este padrão ou estrutura, nossa experiência muda automaticamente. Podemos neutralizar lembranças desagradáveis e enriquecer outras que nos serão úteis. (ANDREAS: 1995, 24).

No pressuposto 2 é revelado a existência de um padrão em nossos pensamentos e recordações, sendo que este padrão ou estrutura perpetua a repetição dos acontecimentos, desta forma quando ocorre sua mudança tudo mais também tenderá a acompanhar, ou seja, na mudança da estrutura ocorrerá também a mudança dos pensamentos.



SE UMA PESSOA PODE FAZER ALGO, TODOS PODEM APRENDER A FAZÊ-LO TAMBÉM. Podemos aprender como é o mapa mental de um grande realizador e fazê-lo nosso. Muita gente pensa que certas coisas são impossíveis, sem nunca ter se disposto a fazê-las. Faça de conta que tudo é possível. Se existir um limite físico ou ambiental, o mundo da experiência vai lhe mostrar isso. (ANDREAS: 1995, 25).

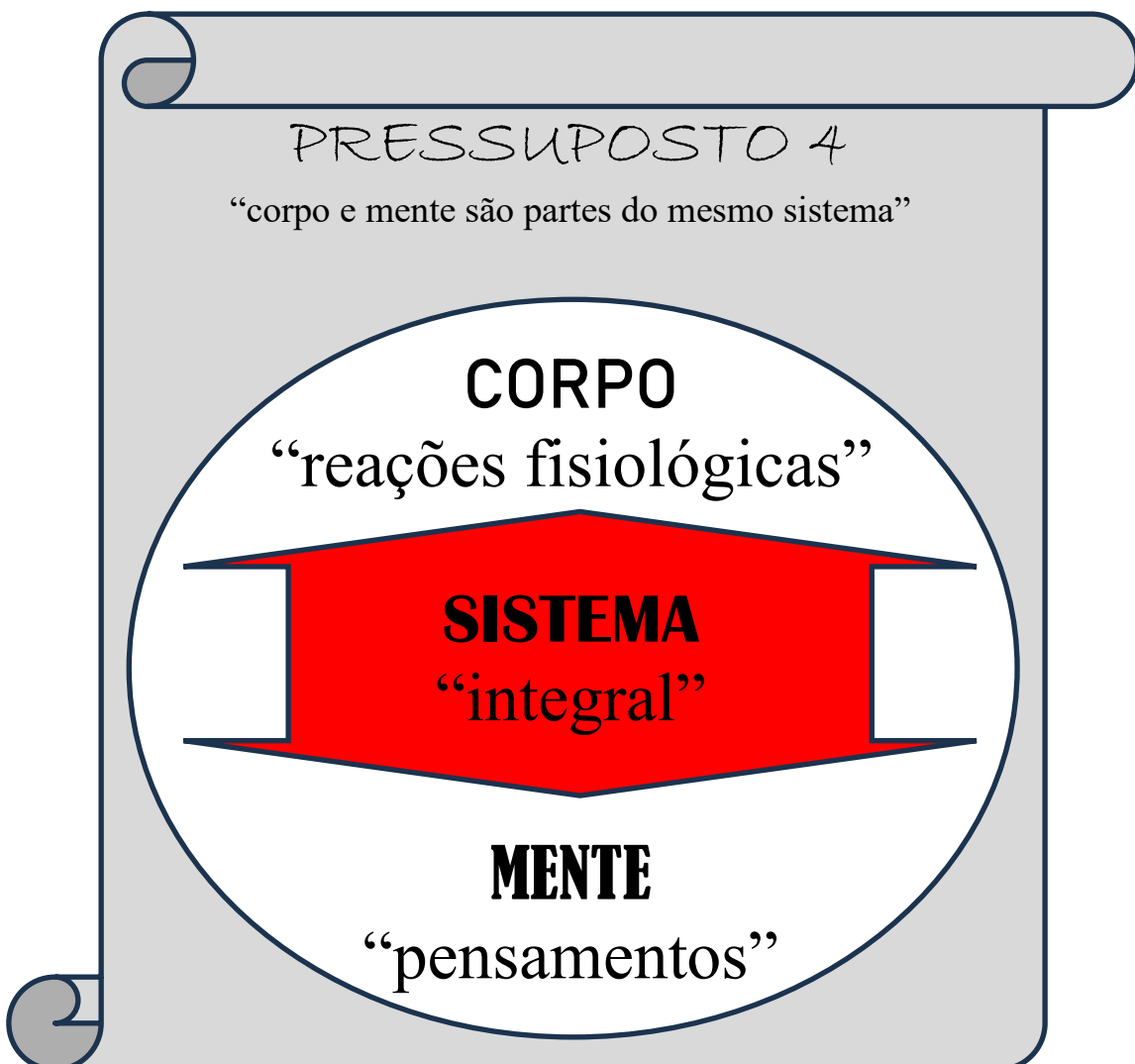
No pressuposto 3 permite identificar a possibilidade da aprendizagem com base no exemplo, onde basta escolher o mapa desejado, depois seguir, ou seja, entre diversos mapas, poderá se identificar aquele que possa ser mais pertinente aos desejos e/ou limitações, mas a escolha é sua.





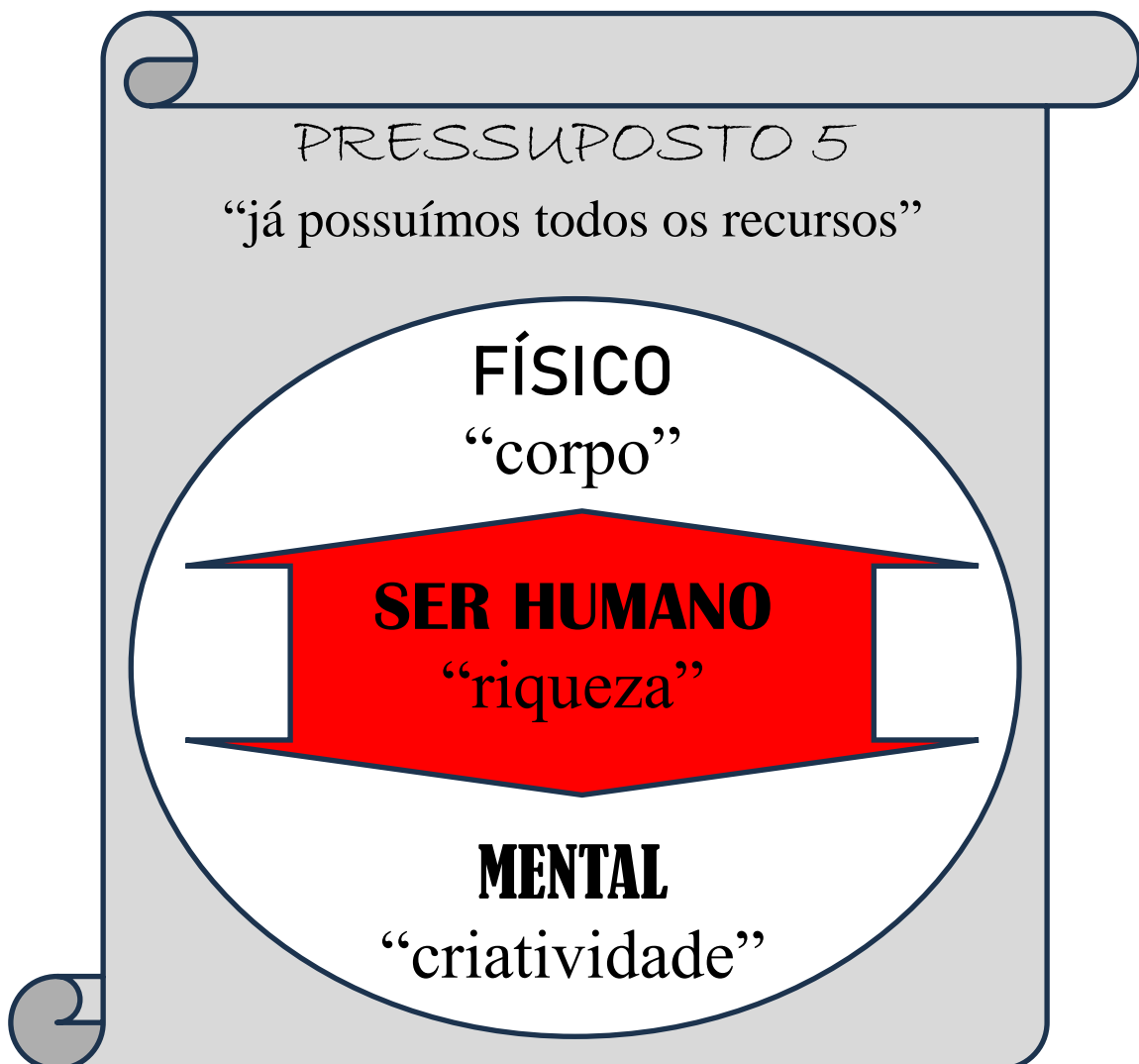
CORPO E MENTE SÃO PARTES DO MESMO SISTEMA. Nossos pensamentos afetam instantaneamente nossa tensão muscular, respiração e sensações. Estes, por sua vez, afetam nossos pensamentos. Quando aprendemos a mudar um deles, aprendemos a mudar o outro. (ANDREAS: 1995, 25).

No pressuposto 4 ocorre uma afirmação bastante óbvia, mas extremamente negligenciada, onde a maior parte das pessoas estão com o corpo em um local e a mente em outro, inclusive sendo um fator de elevado risco de vida, pois diversos aspectos presentes são desconsiderados, sendo fundamental reunir corpo e mente.



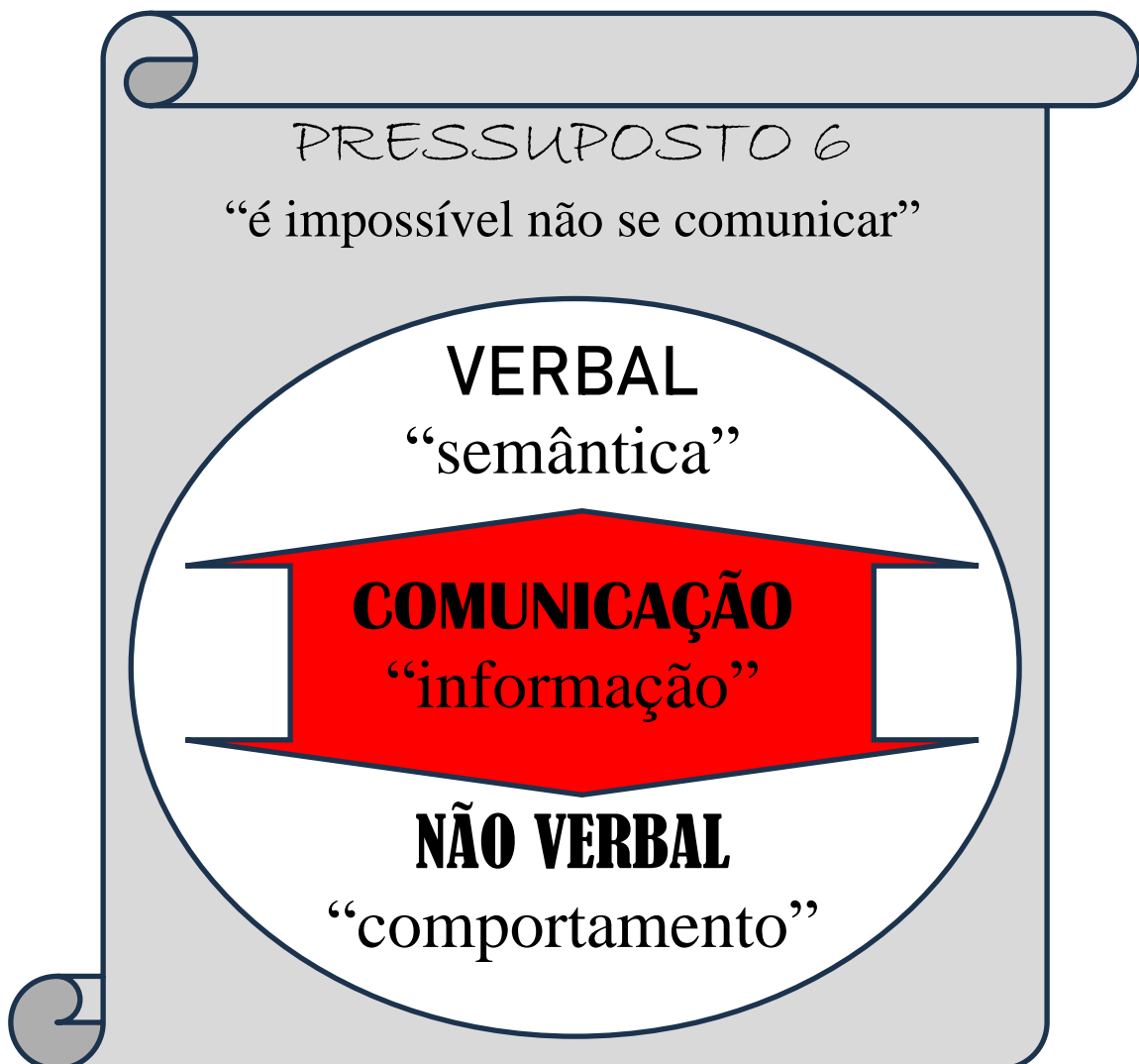
AS PESSOAS JÁ POSSUEM TODOS OS RECURSOS DE QUE NECESSITAM. Imagens mentais, vozes interiores, sensações e sentimentos são os blocos básicos de construção de todos os nossos recursos mentais e físicos. Podemos usá-los para construir qualquer pensamento, sentimento ou habilidade que desejarmos, colocando-os depois nas nossas vidas onde quisermos ou mais precisarmos. (ANDREAS: 1995, 25).

O pressuposto 5 demonstra a riqueza do ser humano, onde tudo que antes poderia ser considerado o problema, agora será percebido como fonte da melhoria, permitindo alcançar os objetivos desejados.



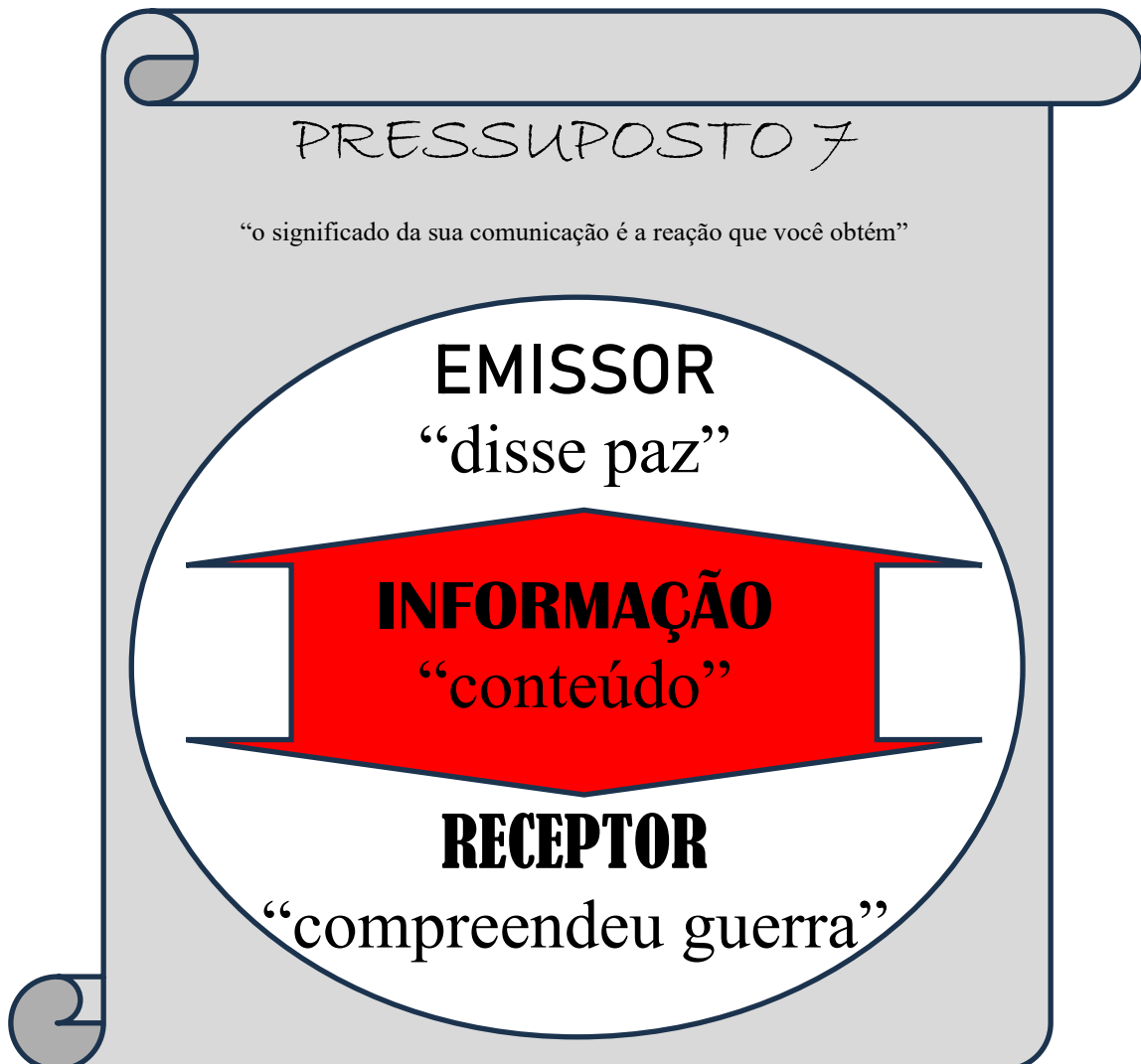
É IMPOSSÍVEL NÃO SE COMUNICAR. Estamos sempre nos comunicando, pelo menos não verbalmente, e as palavras são quase sempre a parte menos importante. Um suspiro, sorriso ou olhar são formas de comunicação. Até nossos pensamentos são formas de nos comunicarmos conosco, e eles se revelam aos outros pelos nossos olhos, tons de voz, atitudes e movimentos corporais. (ANDREAS: 1995, 25).

O pressuposto 6 revela nossa permanente capacidade de comunicação, seja com outros seres ou com nós próprios, possibilitando descobertas diversas de quem somos nós ou de quem desejamos ser, mas não somos.



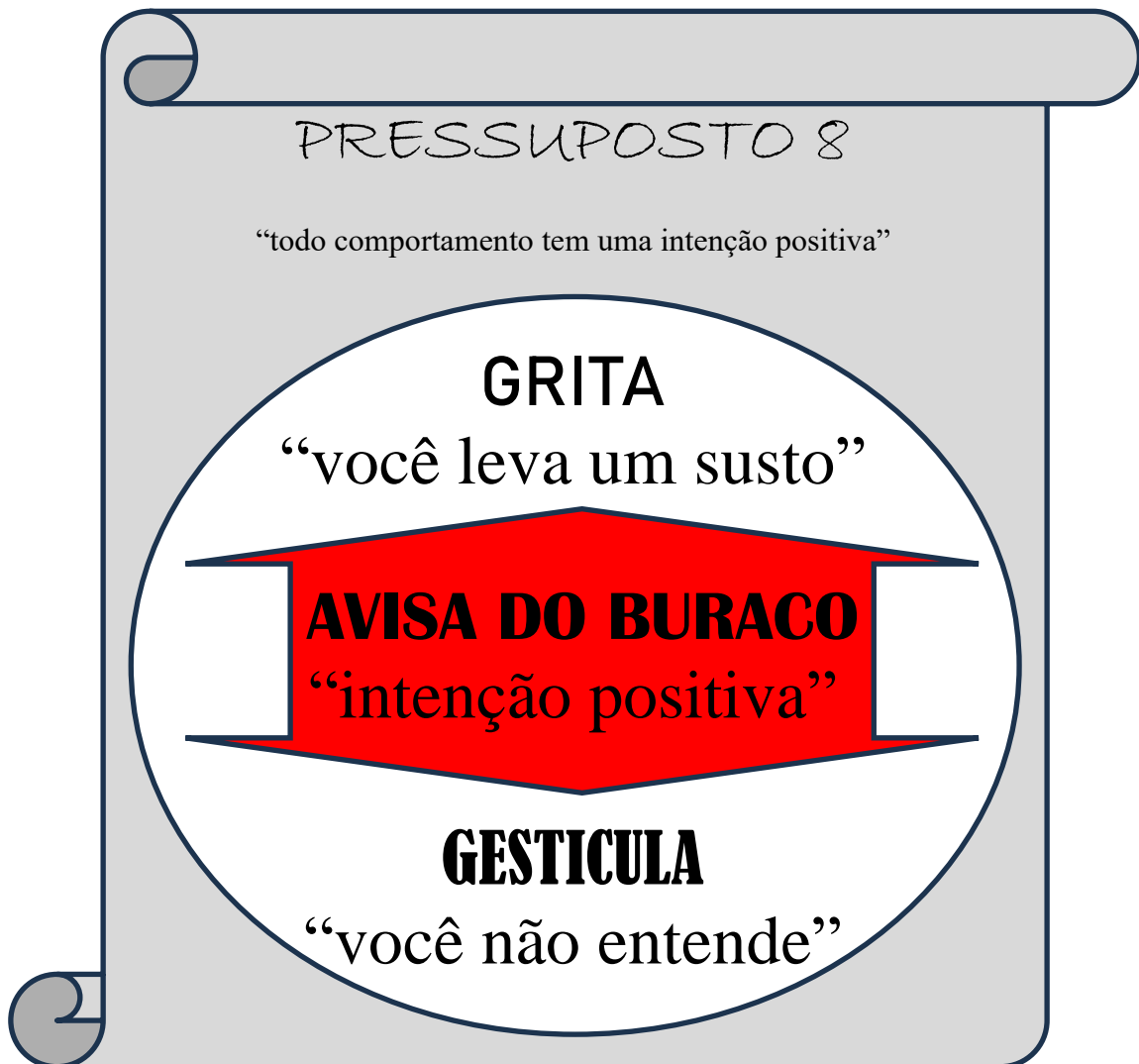
O SIGNIFICADO DA SUA COMUNICAÇÃO É A REAÇÃO QUE VOCÊ OBTÉM. Os outros recebem o que dizemos e fazemos através dos seus mapas mentais do mundo. Quando alguém ouve algo diferente do que tivemos a intenção de dizer, esta é a nossa chance de observarmos que comunicação é o que se recebe. Observar como a nossa comunicação é recebida nos permite ajustá-la, para que da próxima vez ela possa ser mais clara. (ANDREAS: 1995, 25).

No pressuposto 7 é destacado o resultado da comunicação, onde a mensagem do emissor poderá conter elementos que não sejam compreensíveis ao receptor, ou seja, o emissor poderá estar dizendo “A” e o receptor entender “B”, desta forma o resultado produzido – neste exemplo – poderá ocasionar uma falha grave, sendo necessário corrigir.



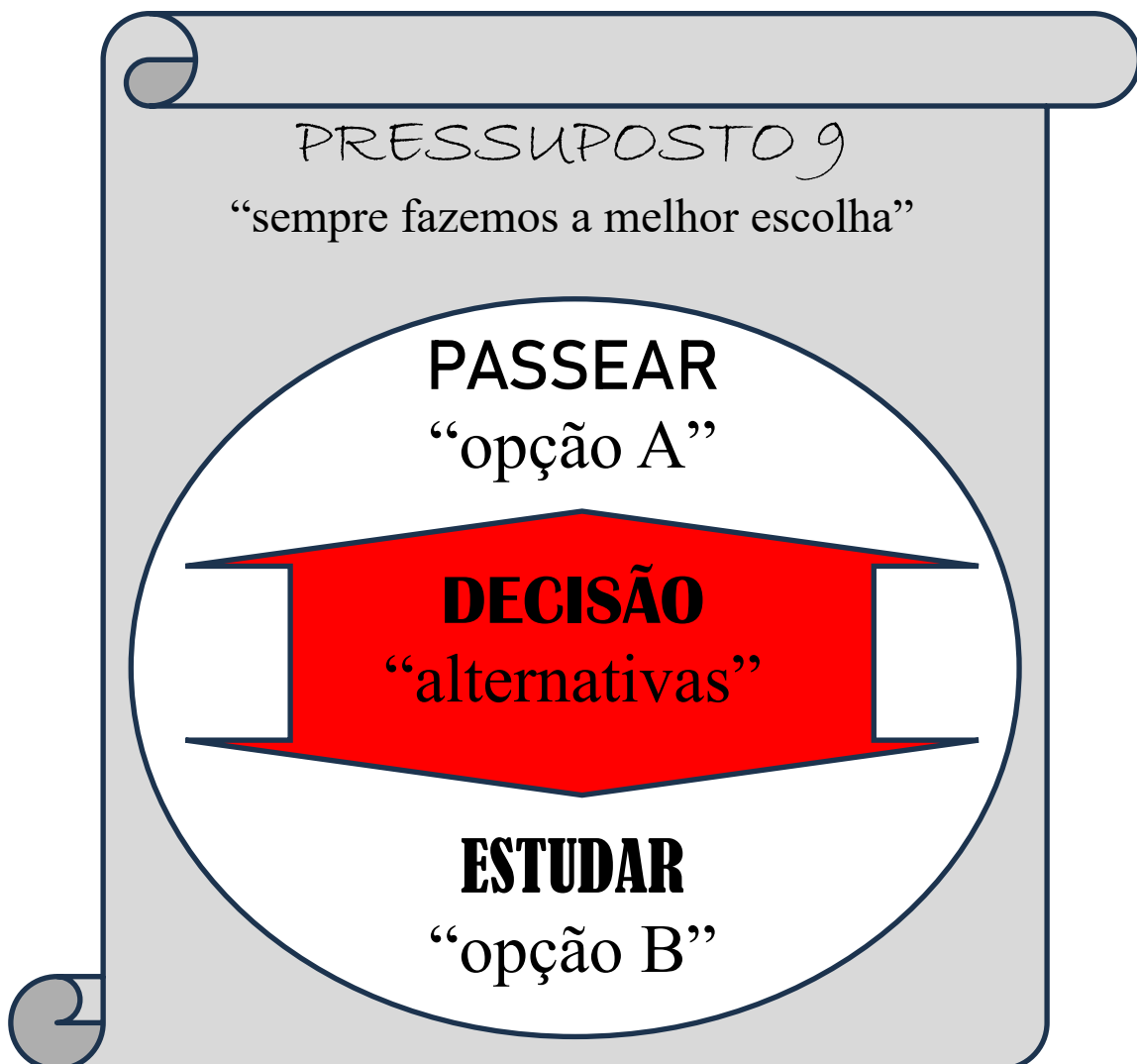
TODO COMPORTAMENTO TEM UMA INTENÇÃO POSITIVA. Todos os comportamentos nocivos, prejudiciais ou mesmo impensados tiveram um propósito positivo originalmente. Gritar para ser reconhecido. Agredir para se defender, Esconder-se para se sentir mais seguro. Em vez de tolerar ou condenar essas ações, podemos separá-las da intenção positiva daquela pessoa para que seja possível acrescentar novas opções mais atualizadas e positivas a fim de satisfazer a mesma intenção. (ANDREAS: 1995, 25).

No pressuposto 8 ocorre a revelação da intenção positiva, onde diversas ações “erradas” foram realizadas com “boas intenções”, ou seja, as próprias pessoas não sabiam ou não conheciam outras formas de realizar tais ações, sendo necessário oferecer alternativas para que “estes praticantes equivocados” tenham opções de escolhas melhores, com menos dores e mais alegrias.



AS PESSOAS SEMPRE FAZEM A MELHOR ESCOLHA DISPONÍVEL PARA ELAS. Cada um de nós tem a sua própria e única história através dela aprendemos o que querer e como querer, o que valorizar e como valorizar, o que aprender e como aprender. Esta é a nossa experiência. A partir dela, devemos fazer todas as nossas opções, isto é, até que outras novas e melhores sejam acrescentadas. (ANDREAS: 1995, 25).

No pressuposto 9 a experiência é reforçada como capacidade acumulada de melhoria na tomada de decisão, onde nossa história fundamenta nossas escolhas, permitindo compreender a causa de nossas dores, fato que muito poderá auxiliar na escolha de novas alternativas, algumas jamais realizadas anteriormente.



SE O QUE VOCÊ ESTÁ FAZENDO NÃO ESTÁ FUNCIONANDO, FAÇA OUTRA COISA. Faça qualquer coisa. Se você sempre faz o que sempre fez, você sempre conseguirá o que sempre conseguiu. Se você quer algo novo, especialmente quando existem tantas alternativas. (ANDREAS: 1995, 25).

No pressuposto 10 a determinação é o fator chave, pois em vários momentos da vida sempre poderá haver erros, falhas, desespero, medo e etc., sendo fundamental focar na saída, apenas basta tentar uma vez, caso falhe, basta tentar uma segunda vez, caso falhe, basta continuar tentando até conseguir, pois irá conseguir, basta continuar e nunca parar.



Cada um destes 10 pressupostos, possuem fundamentos científicos, podendo ser comprovados.

# **CAPÍTULO 7**

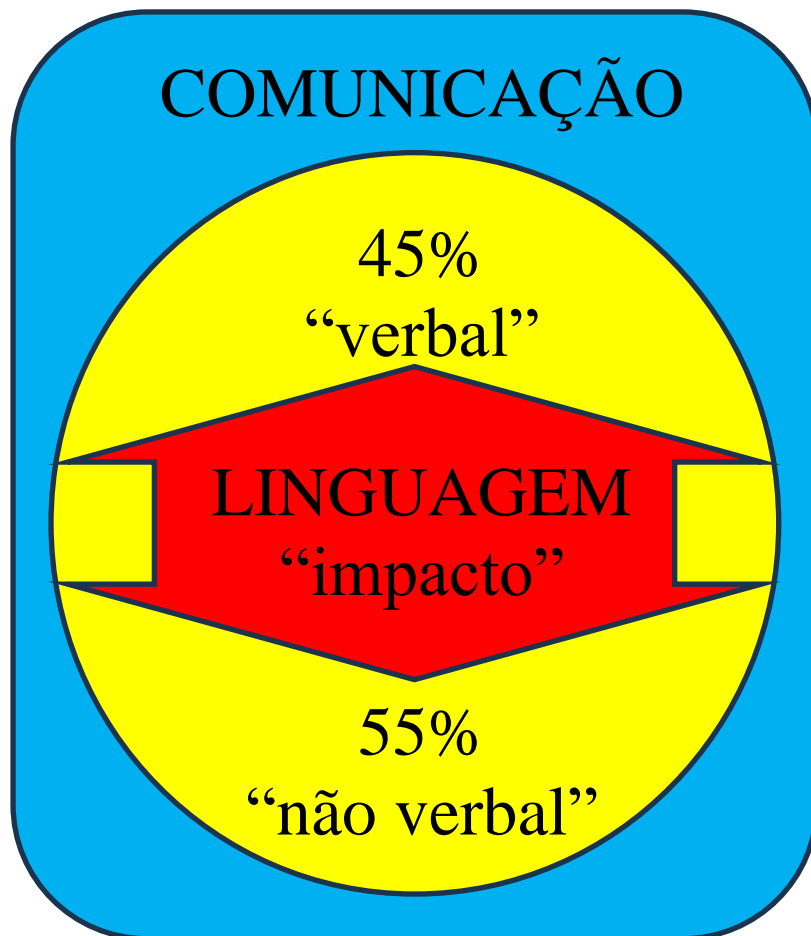
---

**CAUSA  
E  
EFEITO**



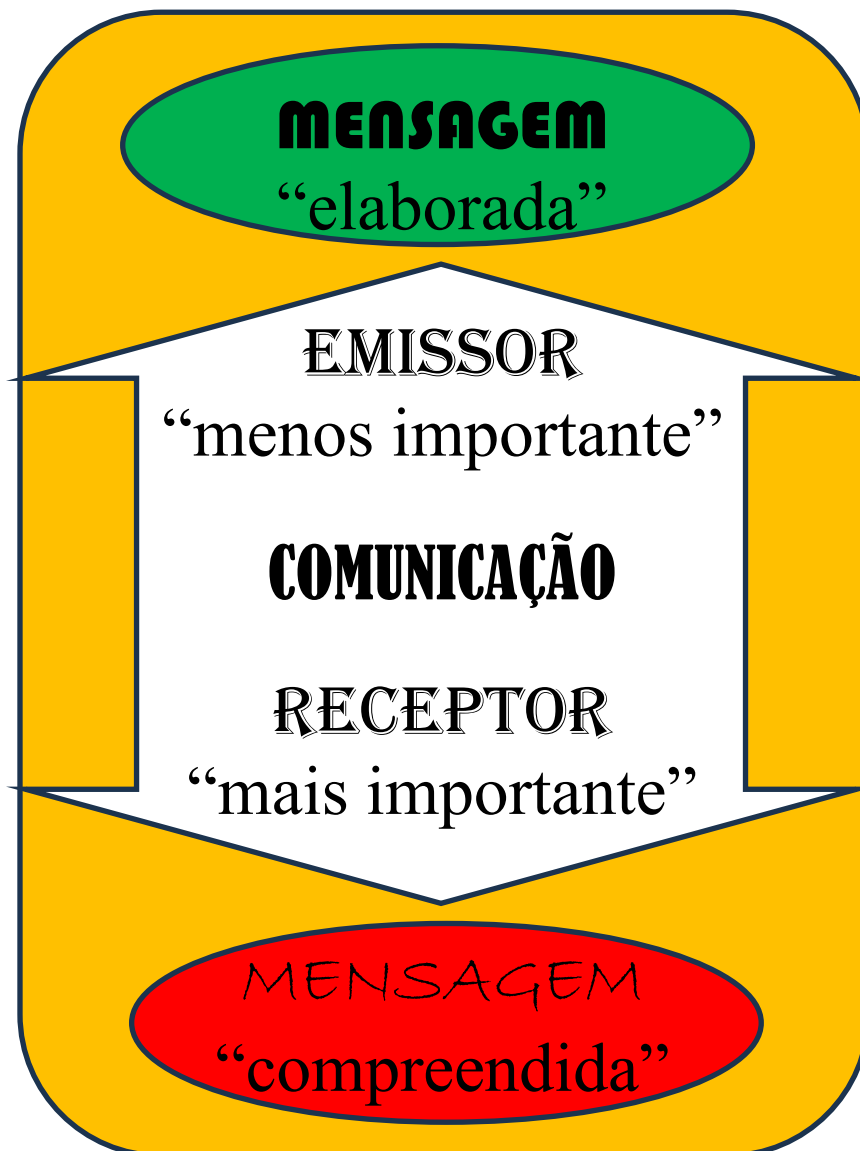
O estudo das técnicas de comunicação estão cada dia mais avançados, sendo que agora a Inteligência Artificial está acelerando ainda mais os processos, mas muitas pesquisas já revelaram diversos aspectos fundamentais:

Em 1967, o professor da UCLA, Albert Mehrabian, publicou dois trabalhos de pesquisa que hoje em dia se tornaram muito famosos. Estes estudos mostraram que apenas 7% do que comunicamos tem a ver com as palavras que usamos, enquanto que 38% é transmitido através de nosso tom de voz e 55% através da linguagem corporal. Desde então, a frase "Não é o que você fala, mas como fala" se tornou um clichê! Nas últimas cinco décadas, os "especialistas" têm apresentado esta estatística como um meio para vender seus livros ou para atrair expectadores para seus seminários de linguagem corporal. No entanto, as pessoas muitas vezes não entendem completamente o que, realmente, o estudo original descobriu. Se você acreditar na interpretação popular do estudo de Mehrabian, então você seria capaz de ver um filme em outro idioma e compreender 93% de tudo o que acontece apenas com o tom vocal e linguagem corporal, mesmo se você não falar o idioma! Por acaso você pode fazer isso? (ALLEN: 2018, 12).



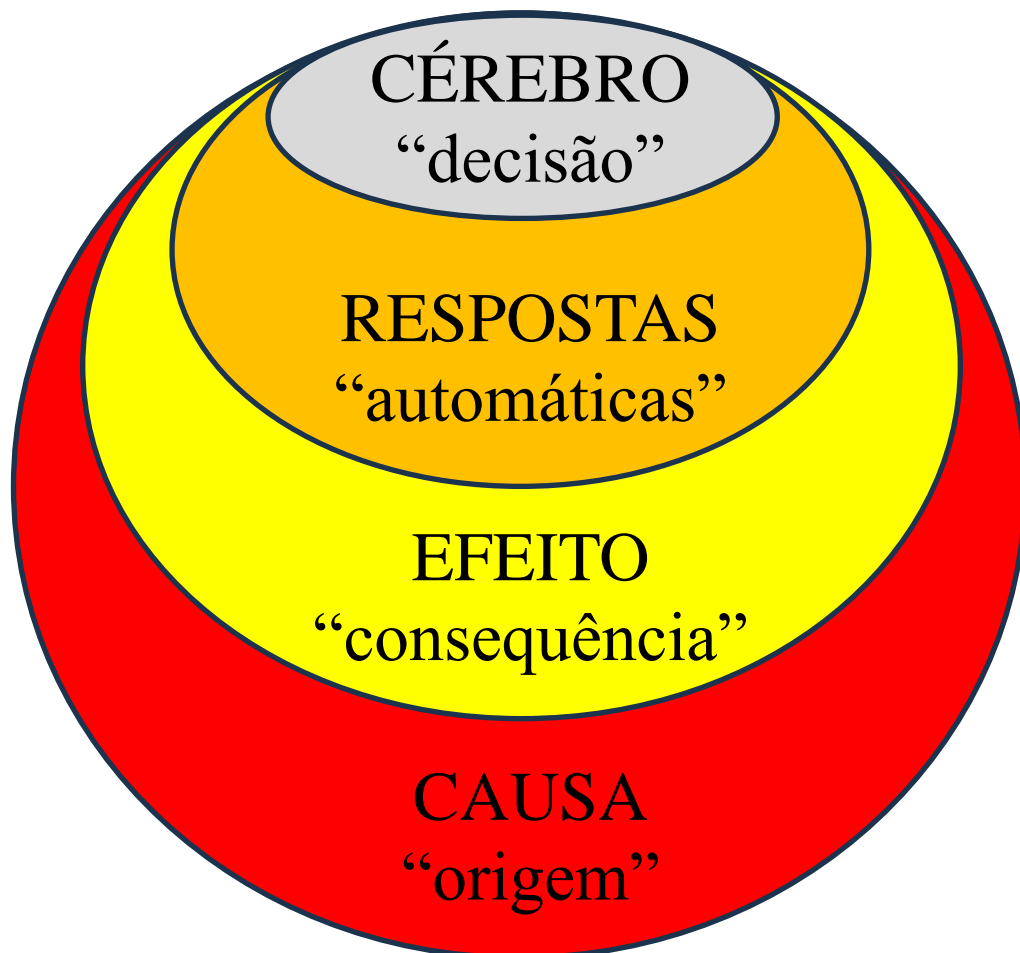
No ambiente da comunicação sempre haverá uma mensagem proferida por um emissor e recebida por um receptor, ou seja, um fala e o outro ouve, sendo necessário analisar os personagens que estão envolvidos, pois:

Na verdade, esta não é a pergunta correta. O que você diz não é necessariamente o mais importante. Tampouco a forma como diz é necessariamente o mais importante. Mesmo a intenção por trás do que você diz não é, necessariamente, o mais importante. Então, deixe de se preocupar com todas essas coisas. Isso não se trata de você. Em contrapartida, comece a se concentrar no que as pessoas ouvem. Em vez de dar atenção aos percentuais, devemos começar a observar o efeito geral do que estamos comunicando tem sobre as pessoas com quem compartilhamos, e para compreender o efeito de nossa comunicação, precisamos compreender o funcionamento do cérebro. (ALLEN: 2018, 13).



Em vários momentos cometemos erros ao imaginar que os outros utilizam o mesmo “mapa” que nós, apesar do terreno ser único para todos. Há casos em que o mapa utilizado é conhecido apenas individualmente, ou seja, cometemos o erro absurdo de pensar que o outro sabe aquilo que sabemos, mas há ocorrência de situações universais:

É por isso que, quando você ouve um grande barulho repentino, o seu corpo se sobressalta. Quando vê um prato delicioso, sua boca saliva. Quando a sala está escura ou na penumbra, você fica sonolento. Tudo acontece automaticamente. Você não tem que pensar, simplesmente acontece. Você experimenta essas respostas condicionadas porque o seu cérebro aprendeu a antecipar o que virá depois. Algumas dessas lições estão programadas em nossos cérebros através de milhares de experiências que ocorrem repetidamente em nossa vida. Mais respostas como essas estão profundamente pré-programadas, graças a centenas de milhares de anos de evolução de nossos antepassados. Então, é possível que tenhamos reações similares de "causa e efeito" quando ouvimos certas palavras? É possível existir algumas peças de comunicação humana que universalmente comandam uma reação muito específica de "atalho"? A resposta é SIM. (ALLEN: 2018, 14).



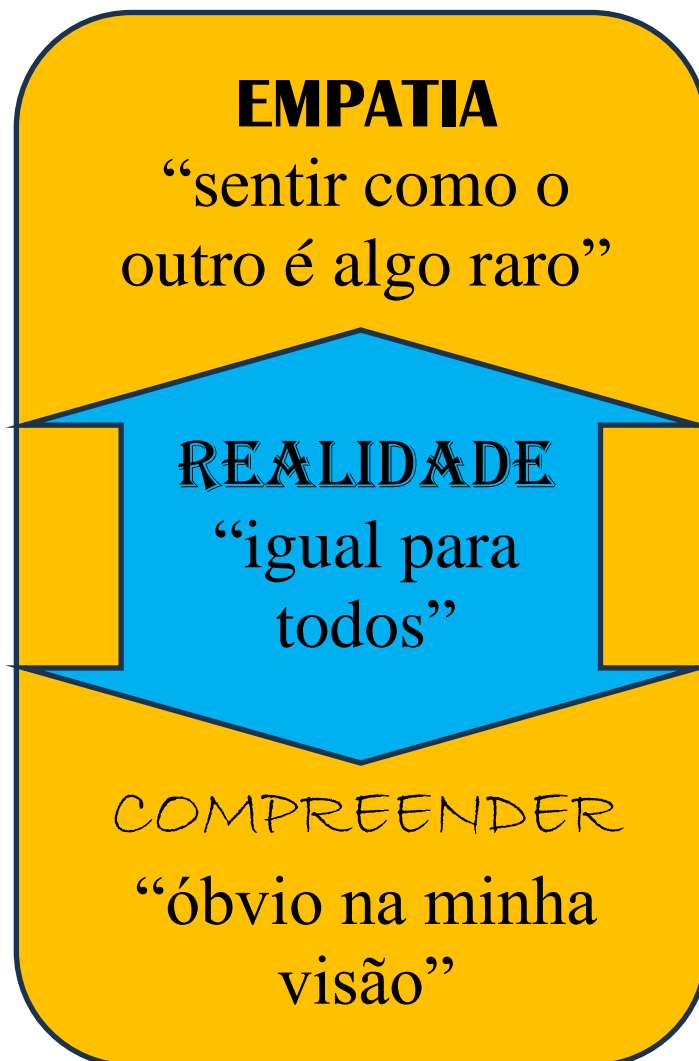
A busca da eficácia – resultado – é um dos fatores fundamentais na realização da comunicação, onde há diversos aspectos que podem ser utilizados, sendo que na PNL a técnica do “rapport” está em evidência. Podemos concluir que para alguns o efeito na utilização desta técnica é traduzido na palavra empatia, ou seja, existe algo que produz uma relação, onde:

O rapport, ou a sintonia, é essencial para a comunicação eficaz. Se baseia no respeito mútuo entre as pessoas, e com frequência é realizada de forma intuitiva. Exige que você demonstre interesse genuíno, observando como a outra pessoa reage ao que você diz e identifique as palavras ou frases chave que produzem uma reação. O rapport não só se relaciona com o que você diz, mas também com as suas ações e linguagem corporal, que normalmente é inconsciente. Para construir o rapport você precisa estar ciente de como as pessoas se comunicam e como usar os gestos, posições corporais, tom de voz, palavras, etc. Um dos aspectos básicos na construção do rapport é a técnica de "coincidir e refletir (espelhar)", criada por Milton Erickson no início da década de 1970, em seu trabalho de hipnoterapia clínica. Esta técnica consiste em imitar a linguagem corporal da pessoa com quem você está falando. Isso fica claro ao observar novos casais, que, subconscientemente, copiam as posições corporais. (ALLEN: 2018, 21).



Qualquer técnica poderá produzir um resultado, sendo para alguns o efeito será bom e para outros será ruim, ou seja, apesar de básico é necessário chamar a atenção para diversos aspectos amplamente conhecidos, óbvios, que, em muitos casos são negligenciados, pois:

Existem 5 sentidos (visão, audição, tato, paladar e olfato) e usamos nossos sentidos para interpretar o mundo ao nosso redor e, embora a maioria compartilhe destes 5 sentidos, interpretamos a informação de formas distintas. Por exemplo, imagine um jardim. Separe alguns segundos e pense em todos os detalhes. Já o fez? O que foi que você pensou? Dentre todas as pessoas que estão lendo estas linhas, alguns pensaram no cheiro da grama molhada, enquanto que outros pensaram na cor das flores, e outras pensaram no canto dos pássaros. Portanto, uma mesma cena pode significar coisas diferentes para pessoas diferentes, dependendo de seus sentidos preferidos. (ALLEN: 2018, 23).



# **CAPÍTULO 8**

---

**ESTRATÉGIAS**

**e**

**CRENÇAS**

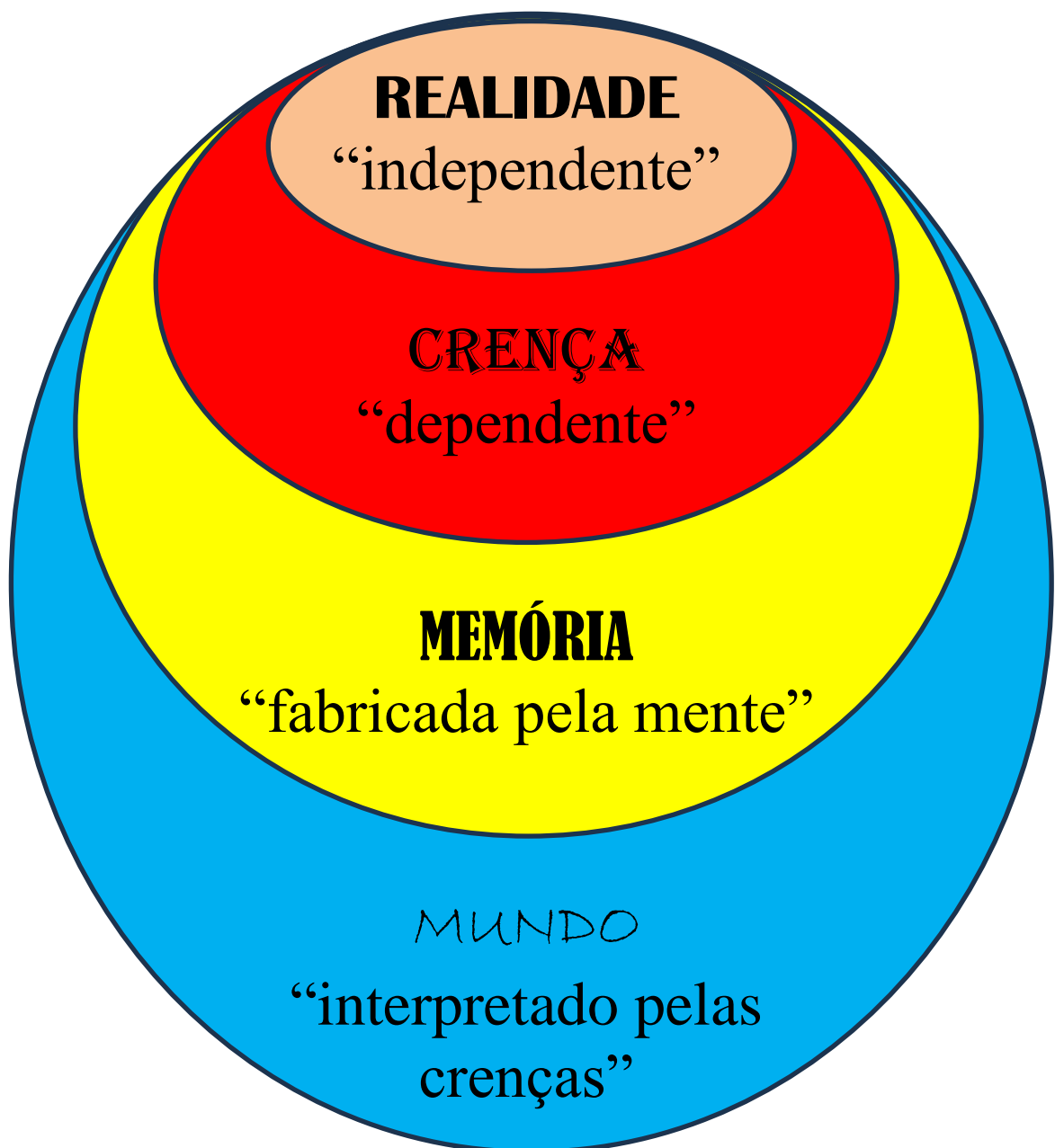
**A** palavra “estratégia” está sempre associada ao ambiente competitivo, seja na guerra como “arte do generalato”, seja pelas empresas na disputa por participação de mercado, ou seja, a estratégia passou a ser uma “escolha” para ganhar, este é o fator revelador, pois em todos os momentos estamos realizando escolhas, onde:

Uma estratégia mental não é mais do que uma ordem específica de representações (visuais, auditivas, cinestésicas, olfativas e gustativas), que produzem um resultado concreto. Para descobrir as estratégias mentais de qualquer pessoa, veja o que antes não via, ouça o que antes não ouvia, sinta o que antes não sentia e pergunte coisas que antes nem sabia que devia perguntar. As próprias pessoas dirão tudo o que você precisa saber sobre as suas próprias estratégias. Te dirão, com suas palavras, com o uso de seu corpo e até mesmo com o movimento de seus olhos. Tudo o que você precisa é fazer com que a pessoa experimente a sua estratégia e observar atentamente as coisas concretas que faz e, desta forma, você a poderá ler tão claramente como está lendo este livro. (ALLEN: 2018, 23).



As pessoas possuem crenças, isto é perfeitamente natural em ser reconhecido, pois é real em cada um de nós. Mas a nossa crença poderá ser absurda para quem possui uma crença diferente, e vice-versa, ou seja:

As crenças são, basicamente, julgamentos e avaliações sobre nós mesmos e sobre os outros. Em PNL, as crenças são consideradas como generalizações firmemente arraigadas sobre o nexo de causalidade, o significado e os limites do mundo que nos rodeia. A importância das crenças reside no fato de que a maioria de suas memórias foram fabricadas pela sua mente para se ajustar ao que você acha que aconteceu. Você vai recordar aquilo que quiser de cada situação. (ALLEN: 2018, 38).





Muitas pessoas passam por momentos de grande aflição em diferentes fases de suas vidas, onde a situação de estar “paralisado para tomar uma atitude” é comum, sendo que para alguns esta situação gera uma dor insuportável, onde são recomendados a procurar o tratamento com profissionais da saúde mental, buscando encontrar os fatores causadores, busca que poderá mergulhar em diferentes vertentes e/ou profundidade da vida passada do agora “paciente”, mas:

Todos temos crenças que funcionam como recursos, juntamente com outras que nos limitam e que são notoriamente difíceis de mudar, por meio do pensamento lógico e tradicional. Felizmente, a programação neurolinguística oferece poderosas ferramentas com as quais podemos remodelar e transformar crenças potencialmente limitantes, em nós mesmos e em outras pessoas. [...] A maneira mais eficaz de mudar uma crença consiste em associar uma dor intensa com a antiga crença e associar um prazer enorme à ideia de adotar uma nova crença. Lembre-se que tudo que fazemos é por necessidade de evitar a dor, ou por um desejo de obter prazer. Portanto, para enfraquecer e eliminar uma crença que tira poder, pergunte a si mesmo: Quão ridícula ou absurda é essa crença? (ALLEN: 2018, 39).



Incapacidade ocorre de forma espontânea e natural em várias pessoas, onde os fatores limitantes podem ser diversos, pois:

Muitas crenças limitantes surgem como consequência de perguntas sem respostas sobre o "como". Por exemplo, se uma pessoa não sabe como realizar determinada tarefa ou função, o mais provável é que desenvolva a crença de que "eu sou incapaz de realizar essa tarefa". (ALLEN: 2018, 40).

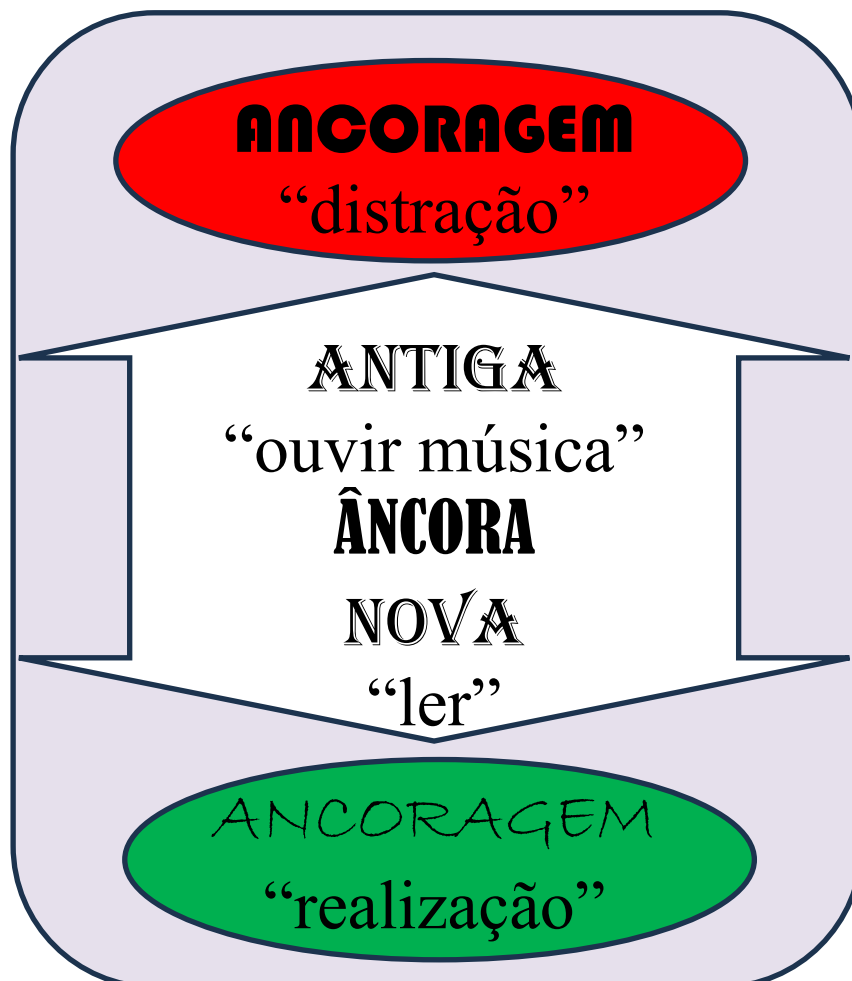
Muitas dores podem ser minimizadas, basta identificar nossas limitações diante dos objetivos desejados, pois saberemos – antecipadamente – para quais objetivos temos os recursos necessários, ou seja, cada objetivo necessita de recursos específicos, cabendo escolher entre as alternativas; mas sempre haverá alternativas. Existe a opção de escolher um objetivo que já tenha os recursos necessários, exemplo: escrever (depende apenas de você) um livro da sua história, ou, a opção do objetivo que irá buscar os recursos necessários; exemplo, passar (dependerá também do desempenho dos demais candidatos) num concurso público, antes terá que estudar ainda mais e por mais tempo, basta criar a sua âncora:

Todos nós usamos âncoras constantemente e, na verdade, é impossível deixar de fazê-lo. Toda âncora é uma associação que se cria entre os pensamentos, as ideias, as sensações ou os estados e um determinado estímulo. Vamos lembrar o experimento de Pavlov. O doutor Ivan Pavlov deixava carne próxima de cães famintos, e estes começavam a salivar ao perceber esse poderoso estímulo e, quando se achavam nesse estado de salivação intensa, Pavlov fazia soar uma campainha. Em pouco tempo, deixou de ser necessária a carne para produzir a salivação, ou seja, bastava os cães ouvirem a campainha e começavam o processo tal como se tivessem sentido o cheiro da carne. Desta forma, Pavlov criou em seus cães um vínculo neurológico entre o som da campainha, as sensações de fome e o reflexo de salivação. (ALLEN: 2018, 43).



Podemos realizar escolhas simples que podem ser poderosas, associando e reforçando um hábito na busca do sentido da vida, tome como exemplo: acordar cedo e trabalhar ou rezar e ter fé, ou diversas outras possibilidades. Há alternativas para potencializar a nossa capacidade de alcançar os objetivos desejados, sendo possível sua utilização imediata:

Agora, pense em uma oportunidade de sua vida quando se sentiu completamente decidido e seguro. Mergulhe mentalmente essa situação e faça uma associação completa. Reviva a experiência e no seu momento culminante, quando você se sentir decidido e seguro ao máximo, pressione sua junta e diga mentalmente: "Eu posso!". Agora, pense em outra experiência semelhante e, quando estiver no pico deste processo, repita a mesma pressão e a mesma frase. Faça isso umas 6 ou 7 vezes para acumular uma série de âncoras poderosas. Em seguida, pense em uma decisão que você deve tomar, considere todos os fatores que deve saber para tomá-la e use o sinal da âncora. É bem simples, mas requer prática. O domínio de todos os conceitos e habilidades de PNL que temos visto até agora produz uma sinergia incrível, já que se potencializam mutuamente. (ALLEN: 2018, 45).



# **CAPÍTULO 9**

---

## **PRINCÍPIOS da PERSUASÃO**

**N**as relações humanas sempre haverá a possibilidade de uma influenciar outra, sendo que – historicamente – encontraremos situações absurdas, ocorridas simplesmente pelo fato de uma única pessoa persuadir multidões, mas:

Não podemos falar de persuasão e influência sem primeiro falar dos princípios de persuasão de Robert Cialdini. Robert Cialdini é, talvez, um dos melhores especialistas do mundo em influência e persuasão. Depois de décadas de pesquisas e estudos, Cialdini identificou as principais áreas de influência e, em seguida, conheceremos 5 destes princípios e como você pode usá-los para influenciar os outros. (ALLEN: 2018, 66).



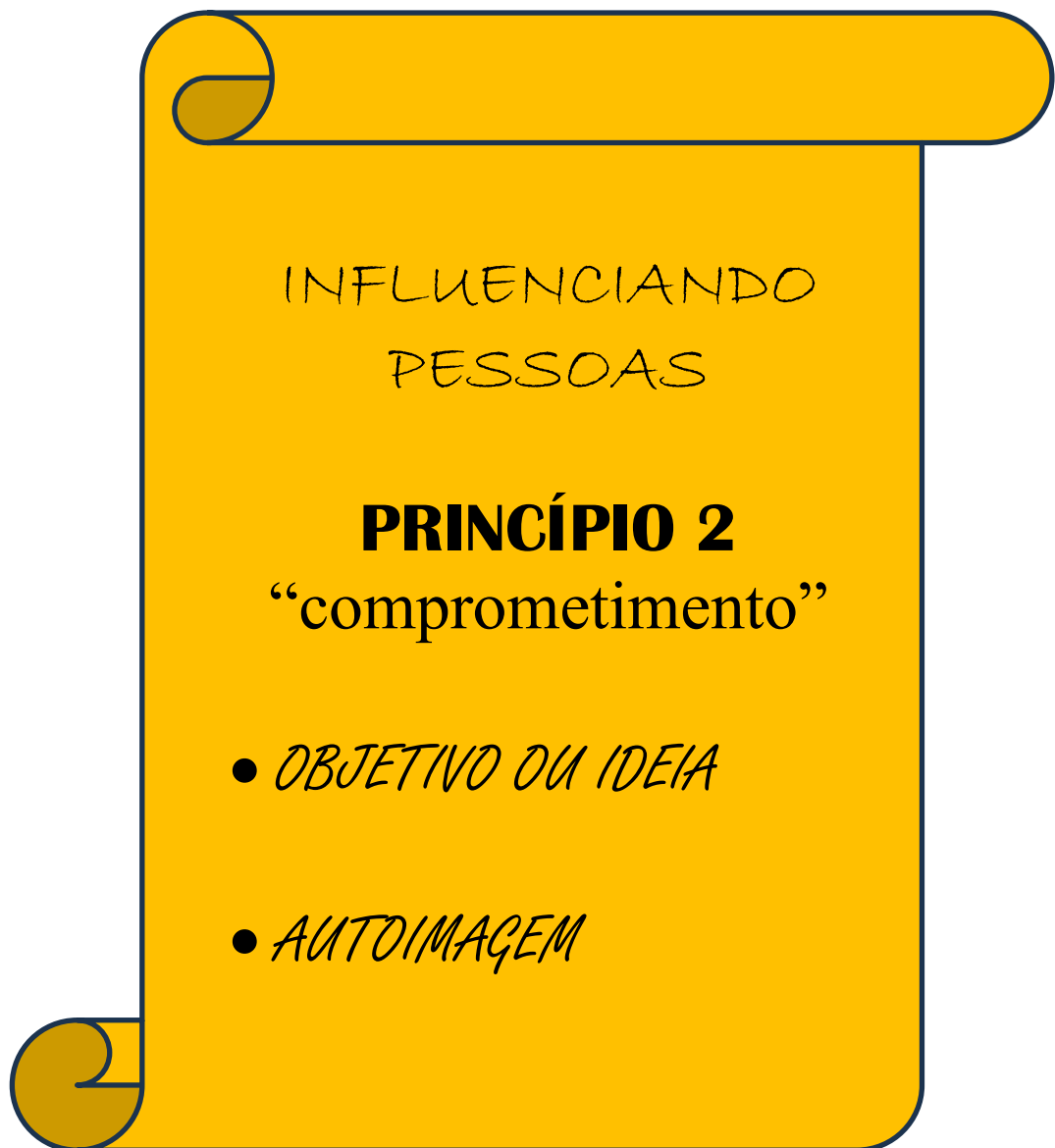
O ambiente social oferece oportunidades para a realização de trocas, possibilitando que nas relações humanas ocorram vínculos entre as pessoas, sendo identificado o:

PRINCÍPIO 1 - RECIPROCIDADE. Nós evoluímos nos tornando criaturas sociais e, em consequência, as pessoas tendem a devolver os favores. Se alguém faz ou dá algo útil para outra pessoa, essa pessoa geralmente sentirá uma necessidade instintiva de "pagar" esse favor. Um exemplo notável do uso do princípio de reciprocidade são os Hare Krishna. Eles lhe darão uma flor (ou, em alguns casos, um livro) e dirão que foi um presente. No entanto, assim que o "presente" foi aceito, o discípulo pedirá uma doação. Esta técnica tem aumentado drasticamente a quantidade de doações que recebem. (ALLEN: 2018, 67).



Os seres humanos buscam – naturalmente – serem reconhecidos e aceitos por seus pares, fato que realizam atividades e repetem comportamento moralmente instituídos, tendo como:

**PRINCÍPIO 2 - COMPROMISSO E CONSISTÊNCIA.** Comprometer-se com um objetivo ou ideia, seja por escrito ou oralmente, aumenta significativamente a probabilidade de a pessoa cumprir o compromisso, mesmo se não houver um incentivo para fazê-lo, ou se a motivação ou incentivo original for excluído depois de feito o acordo. A razão por trás deste princípio é que o compromisso nos faz querer ser congruentes com a nossa autoimagem. (ALLEN: 2018, 68).



O ambiente social é consolidado pela participação das pessoas, onde o número de participantes é considerado fundamental no reconhecimento, justificando o:

PRINCÍPIO 3 - PROVA SOCIAL. Imagine que dirige para uma cidade onde nunca foi. Você está com fome. Existem dois restaurantes. Um tem o estacionamento cheio e a fila de clientes se estende até do lado de fora do local. O outro restaurante está praticamente deserto. Não tem quase ninguém. Em qual você vai? Em 9 de cada 10 casos, irá para o que está cheio. Não irá "apesar" de estar cheio, mas "porque" está cheio. A suposição é que, se todos os outros estão lá, este é, provavelmente, um restaurante muito melhor do que o outro. Essa é a prova social em ação. (ALLEN: 2018, 70).



INFLUENCIANDO  
PESSOAS

**PRINCÍPIO 3**  
“prova social”

- *VALIDAÇÃO DOS OUTROS*
- *SEQUIR A MAIORIA*



A sustentação dos grupos sociais está baseada na cadeia de comando, onde o poder é organizado dentro de um contexto de hierarquia, determinando uma lógica – entre os participantes – sendo que os ocupantes dos postos superiores tenham mais poder que os ocupantes dos postos inferiores, tudo centrado no poder atribuído, com base no:

**PRINCÍPIO 4 - AUTORIDADE.** As pessoas tendem a obedecer a figuras de autoridade, mesmo que lhes peçam que façam algo que seja questionável ou, como eles mostraram alguns estudos, absolutamente antiético. Um famoso exemplo do poder que tem a aparente autoridade sobre as pessoas é o experimento de Milgram. O experimento de Milgram fez com que pesquisadores de aspecto autoritário ordenassem aos participantes que administrassem poderosas e dolorosas descargas elétricas em atores (embora os participantes não soubessem que as pessoas que supostamente estavam eletrocutando eram apenas atores) que gritavam e suplicavam que pararem. Mas, devido ao poder avassalador da autoridade, praticamente todos os participantes continuaram obedecendo as ordens e eletrocutando suas vítimas que gritavam. (ALLEN: 2018, 71).

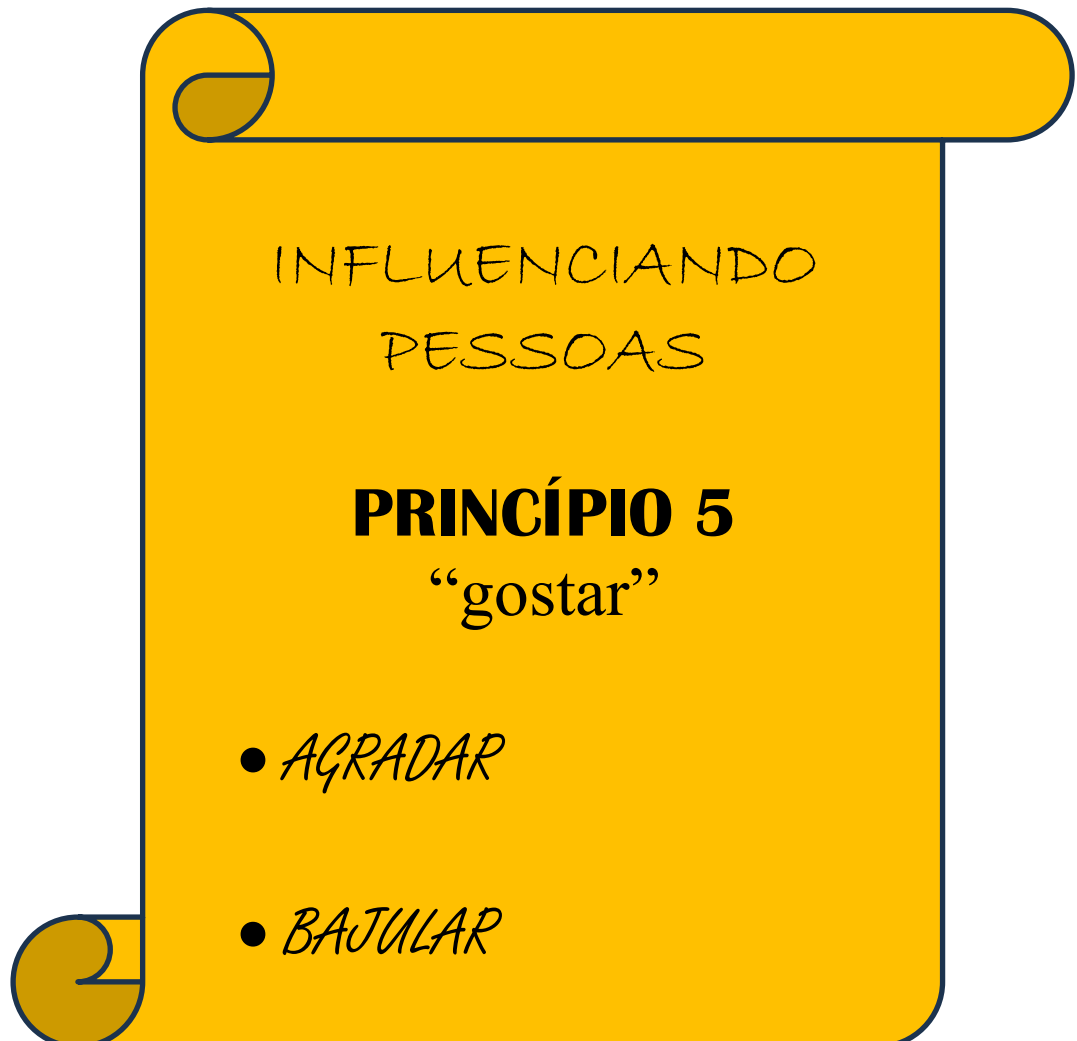
INFLUENCIANDO  
PESSOAS

**PRINCÍPIO 4**  
“autoridade”

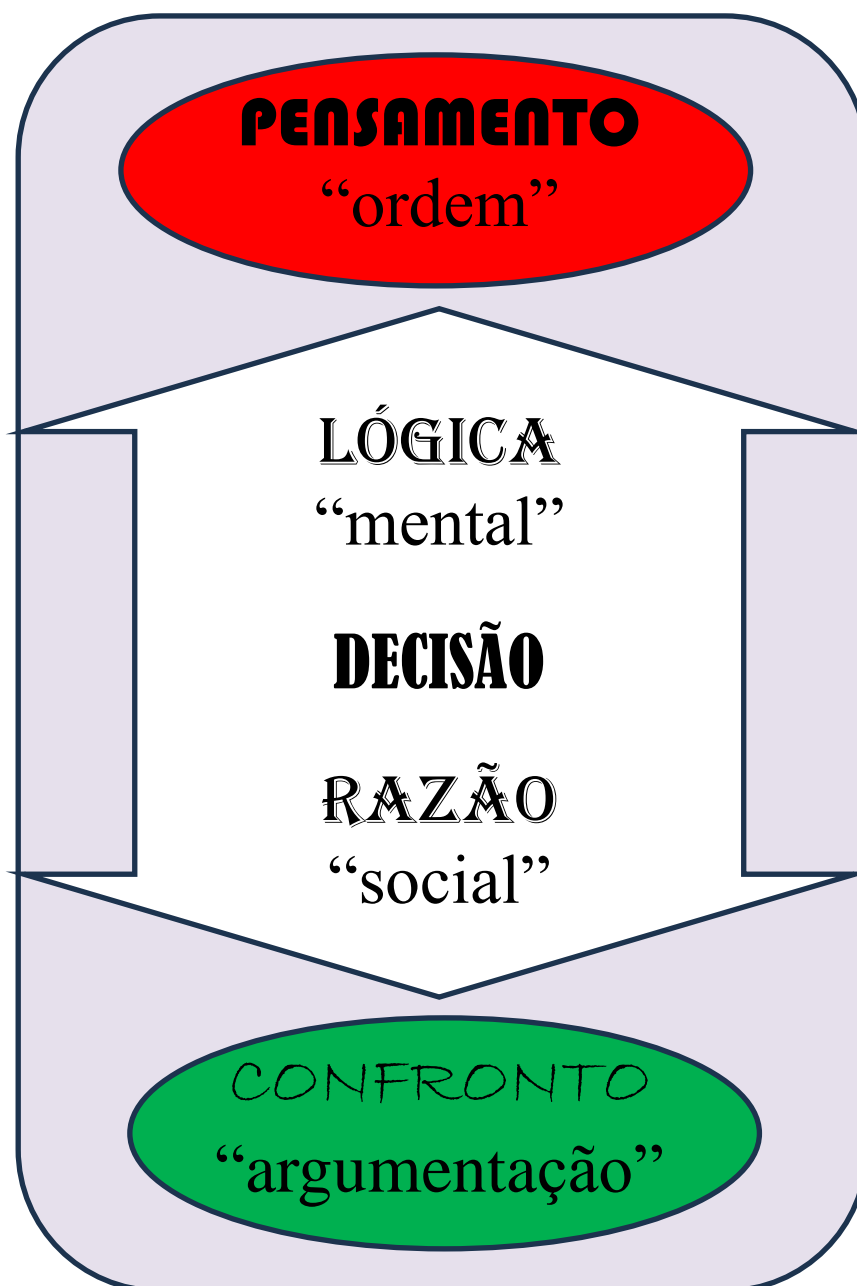
- *OBEDECER AO SUPERIOR*
- *SEGUIR AS ORDENS*

A natureza humana é uma inesgotável fonte de pesquisa, estimulando e desafiando os pesquisadores a compreenderem o comportamento das pessoas, pois apesar do ser humano ser considerado um animal racional haverá inúmeras situações que suas atitudes são contrárias a esse pressuposto, sendo relevante o:

PRINCÍPIO 5 - GOSTAR. As pessoas são mais propensas a ser influenciadas ou persuadidas, pelas pessoas de quem gostam. [...] Há um tempo li um artigo da Forbes ("A inteligência é supervalorizada: o que realmente é preciso para ter sucesso"), que se referia à pesquisa do psicólogo, vencedor do Prêmio Nobel, Daniel Kahneman. O que ele descobriu foi que as pessoas preferem fazer negócios com alguém que lhes agrada e em quem confiam (no lugar de alguém que não). Isto, obviamente, não é nenhuma surpresa, mas aqui está a parte interessante: As pessoas preferem fazer negócios com as pessoas que lhes agradam, até mesmo se oferecem um produto ou serviço de menor qualidade ou a um preço mais alto. (ALLEN: 2018, 73).



Necessário chamar a atenção que os seres humanos tomam decisões que desafiam a lógica, apesar de serem totalmente explicadas no contexto da razão. Segundo o filósofo SCHOPENHAUER, a lógica está centrada no objeto, mas a razão está entre pessoas, ou seja, uma pessoa irá sustentar sua escolha ilógica, buscando ter razão com relação a outra pessoa. Poderá encontrar diversas situações em nosso cotidiano, tipo a fala de algum político que dirá “a lei orçamentária não permite aumentar a oferta da merenda escola”, ou ainda de algum professor “sei que você possui domínio na matéria, mas sua média ficou abaixo do mínimo para aprovação”, etc.



# **CAPÍTULO 10**

---

**USE  
sua  
MENTE**

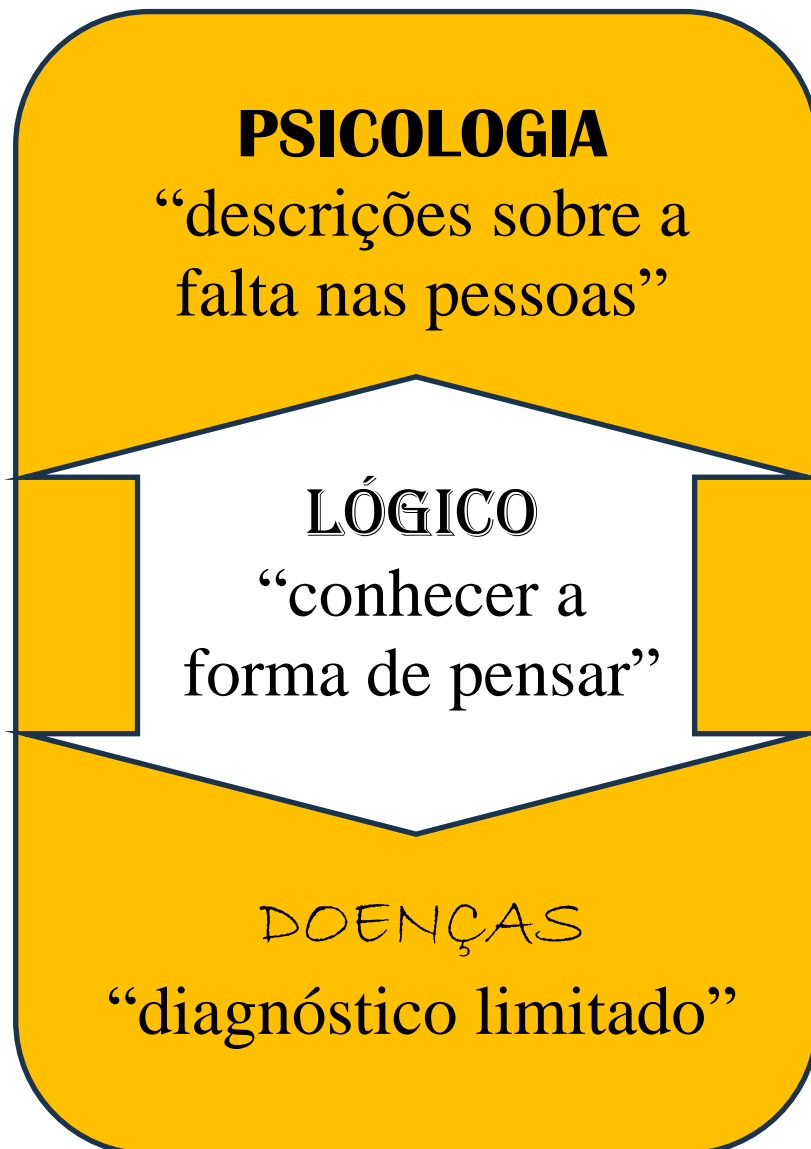
**O**s seres humanos possuem em seu corpo um cérebro, cuja capacidade é infinita, mas totalmente influenciada, sendo objeto de pesquisas diversas, tanto fisiológicas como psicológicas, sempre tentando explicar os fatores que interferem na aprendizagem, onde a:

A PNL simboliza, entre outras coisas, uma maneira de se examinar o aprendizado humano. Mesmo que muitos psicólogos e assistentes sociais usem a PNL para fazer o que chamam de "terapia", acho mais apropriado descrevê-la como sendo um processo educacional. Estamos, essencialmente, desenvolvendo formas de ensinar às pessoas a usarem o seu cérebro. (BANDLER: 1985, 17).



A aprendizagem ocorre naturalmente, sendo possível desenvolver modelos capazes de acelerarem os processos, mas:

Quando comecei a fazer modelagem, pareceu-me lógico descobrir o que a psicologia já sabia sobre o funcionamento do intelecto das pessoas. Mas cheguei à conclusão de que a psicologia consistia basicamente em um grande número de descrições sobre a falta de estrutura das pessoas. Havia algumas vagas noções sobre o que significava ser uma "pessoa completa", ou "real", ou "íntegra", mas a grande maioria referia-se às várias maneiras de desestruturamento humano. O livro Manual de Diagnóstico e Estatística III, usado por psiquiatras e psicólogos, contém mais de 450 páginas de descrições sobre o desequilíbrio mental, porém nem uma única sobre saúde mental. A esquizofrenia é um dos mais prestigiados desequilíbrios mentais; a catatonia é uma maneira tranquila de desequilíbrio. E a histeria, apesar de muito em voga durante a Primeira Grande Guerra, está fora de moda atualmente. (BANDLER: 1985, 24).

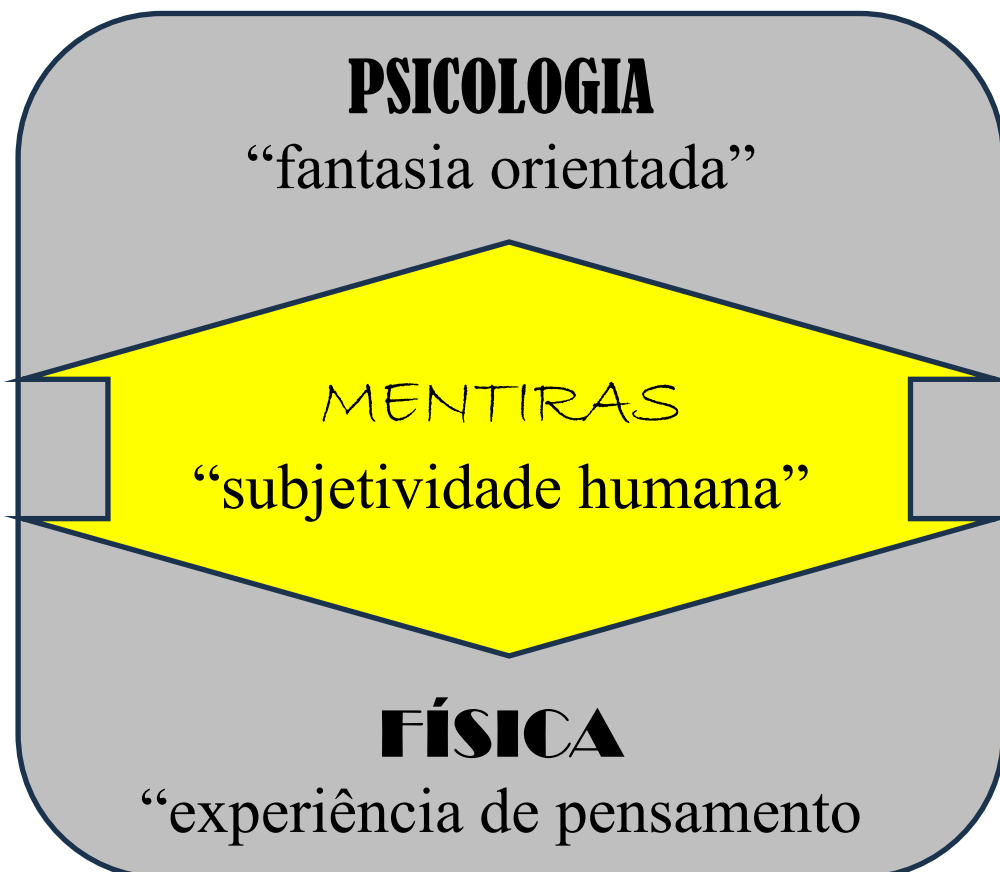


Os seres humanos são formados por diversas características, fato que se tornam únicos. Entretanto, a sociedade busca manter todos dentro de um padrão, sendo que:

Há muito tempo decidi que, já que eu não conhecia ninguém que fosse tão louco quanto eu, as pessoas não deviam ser tão desequilibradas assim. O que percebi foi que as pessoas funcionam perfeitamente bem. Talvez eu não goste do que elas fazem, e tampouco elas, mas conseguem repetir o seu comportamento de maneira sistemática. Isto não quer dizer que sejam desequilibrados, apenas que fazem alguma coisa diferente do que nós, ou que elas gostariam que fizessem. (BANDLER: 1985, 25).

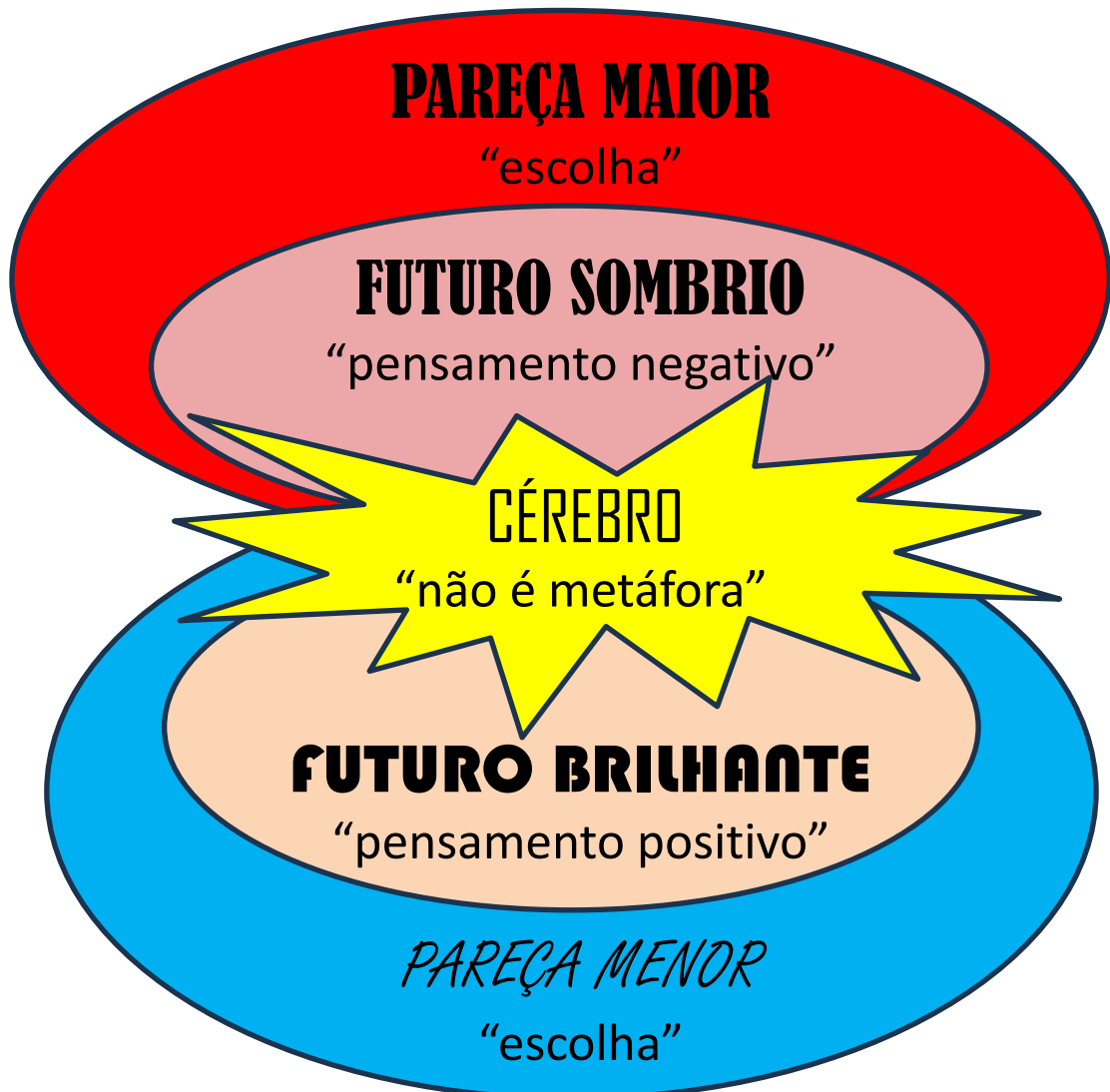
O convívio social implica em regras, dentro de um padrão previamente estabelecido, sendo normal aquilo que seja aceito, mas:

Um dos meus heróis de infância era Einstein. Ele reduziu a física ao que os psicólogos chamam de "fantasia orientada" e o que ele chamava de "experiência de pensamento". Ele visualizava como seria viajar na cauda de um feixe de luz. E ainda dizem que ele era acadêmico e objetivo! Um dos resultados desta experiência de pensamento foi a sua famosa Teoria da Relatividade. A diferença da PNL é que construímos de propósito mentiras para entender a experiência subjetiva do ser humano. Ao se estudar a subjetividade, não há por que ser objetivo. (BANDLER: 1985, 29).



As pessoas são diferentes, contudo, apesar da estrutura fisiológica ser a mesma, os nossos cérebros funcionam de maneiras diversas. Sendo assim, caberia a cada um de nós a oportunidade de conhecer o seu jeito particular, pois:

Pouco importa a relação, do momento que descubra como ela funciona para o seu cérebro, para conseguir aprender a controlar a sua experiência. Se pararmos para pensar um pouco, veremos que nada disto é surpreendente. As pessoas falam sobre um "futuro sombrio" ou "perspectivas brilhantes". "Tudo parece tão pouco claro." "Me deu um branco, agora." "É uma coisa insignificante, mas ela faz com que pareça maior do que é na realidade." Quando alguém diz este tipo de frase, não se trata de metáfora. Em geral, é uma descrição literal e exata da experiência interna da pessoa. Se alguém "faz com que algo pareça maior do que é na realidade", pode-se dizer a ela que diminua o tamanho da imagem. Se ela enxerga um "futuro sombrio", faça com que ela o ilumine. Parece simples... e é. (BANDLER: 1985, 34).

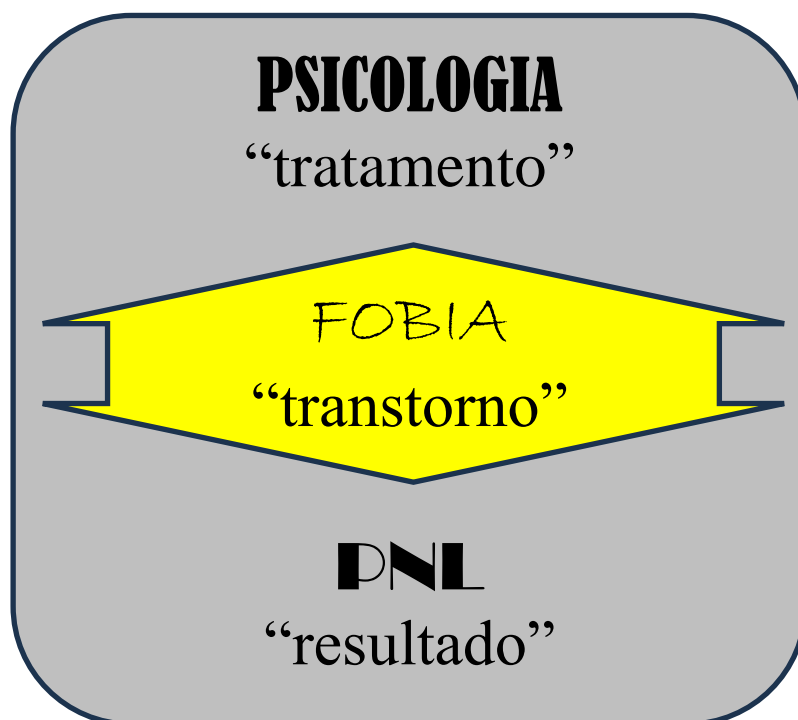




O ambiente social cria modelos, sendo que a área da psicologia foi desmembrada da filosofia, faz menos de 200 anos, tendo nos médicos Freud e Jung, seus maiores expoentes na psicanálise e psicologia analítica, mas:

Infelizmente, no campo da psicologia, não existe muito incentivo para descobrir o que funciona rápido e facilmente. Na maioria dos negócios as pessoas são pagas pelo que conseguem fazer. Mas em psicologia os profissionais são pagos à hora, quer tenham sucesso ou não. Se um terapeuta for incompetente, ele ainda recebe mais do que aquele que consegue atingir rapidamente o resultado desejado. Muitos terapeutas têm uma regra contra a eficiência. Eles acham que estão sendo manipuladores se influenciarem alguém diretamente, e que é ruim manipular alguém. É como se eles dissessem: "Você está me pagando para influenciar você. Mas não vou fazer isto porque não é certo". (BANDLER: 1985, 64).

A PNL apesar de usar muito do conhecimento da psicologia, diverge enormemente na busca da solução pretendida, onde a cura da fobia de um paciente poderá ser alcançada em minutos, quando utiliza-se técnicas da PNL, mas poderá durar anos com a utilização de outros métodos, inclusive nunca ser alcançado o resultado desejado.



AQUI é o fim para alguns, mas para outros é o começo! VOCÊ já está no caminho para alcançar mais conhecimento, basta continuar a caminhar, devagar e sempre!

## POSFÁCIO

O objetivo deste livro foi estimulá-lo a desvendar o ambiente da saúde mental, destacando os fundamentos da PNL (Programação Neurolinguística).

O médico psiquiatra Milton Erickson é particularmente conhecido pelos profissionais da psicologia e psiquiatria, mas neste livro ele está associado a Gregory Bateson, fato que aprofunda a compreensão do “duplo-vínculo”, termo criado por Bateson.

Gregory Bateson não possui formação acadêmica (títulos) no ambiente da saúde, fato que poderíamos apontar como sendo a causa do seu “desconhecimento e/ou preconceito”, mas demonstrou cientificamente, sua extraordinária competência para investigar aspectos da comunicação que interverem na saúde mental dos seres humanos, fato que neste livro ele está associado a Virginia Satir, que também não possui formação acadêmica (títulos) no ambiente da saúde, fato que – também – poderíamos apontar como sendo a causa do seu “desconhecimento e/ou preconceito”.

O médico psiquiatra e psicólogo Carl Gustav Jung é amplamente conhecido e reconhecido, mas neste livro ele está associado a Gregory Bateson e Virginia Satir, fato que aprofunda a compreensão do “inconsciente coletivo”, termo criado por Jung.

Virginia Satir ao utilizar (década de 1950) o conhecimento proporcionado pela pesquisa científica de Gregory Bateson foi além, desenvolvendo um processo sistêmico de “terapia familiar” que permitia alcançar resultados clínicos que os demais profissionais não conseguiam, sendo a principal influência para Richard Bandler mudar de curso (fazia computação e mudou para psicologia).

Richard Bandler, um estudante curioso, junta-se a um professor novato, John Grinder, em uma universidade sem “renome” no ambiente da pesquisa científica, Universidade da Califórnia, mas conseguem o improvável em 1975, criam a PNL.

Agora, você já sabe, poderá utilizar a PNL para:  
o seu bem;  
o bem de sua família;  
o bem da comunidade; e  
para o bem da humanidade!

## **BIBLIOGRAFIA**

AFONSO, Marcos Lemos; AFONSO, Tatiana Silva Dunajew Lemos. Saúde e segurança no trabalho: corpo e mente. Formiga: Uniatual, 2024.

ALLEN, Steve. Técnicas proibidas de persuasão: manipulação e influência usando padrões de linguagem e técnicas de PNL. Editora: Createspace Independent Publishing Platform, 2018.

ANDREAS, Steve et al. Programação Neurolinguística: a nova tecnologia do sucesso. Rio de Janeiro: Campus, 1995.

ASSOCIAÇÃO brasileira de normas técnicas. NBR 14.724. Informação e documentação — Trabalhos acadêmicos — Apresentação. Rio de Janeiro: 2011.

\_\_\_\_\_. NBR 6023. Informação e documentação — Referências — Elaboração. Rio de Janeiro: 2018.

BANDLER, Richard e GRINDER, John. A estrutura da magia. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1977.

\_\_\_\_\_. Resignificando: programação neurolinguística e a transformação do significado. São Paulo: Summus, 1986.

\_\_\_\_\_. Sapos em príncipes: programação neurolinguística. São Paulo: Summus, 1982.

\_\_\_\_\_. Atravessando: passagens em psicoterapia. São Paulo: Summus, 1984.

BANDLER, Richard et al. A introdução definitiva à PNL: como construir uma vida de sucesso. Rio de Janeiro: Alta Books, 2019.

BANDLER, Richard. Hora de mudar. Rio de Janeiro: Rocco, 2003.

\_\_\_\_\_. Usando sua mente: as coisas que você não sabe que não sabe. São Paulo: Summus, 1987.

BATESON, Gregory. Mente e natureza. Rio de Janeiro: Editora Francisco Alves, 1986

BURTON, Kate. Programação neurolinguística para leigos. São Paulo: Alta Books, 2014.

DEUTSCH, Bob; ARONICA, Lou. As cinco virtudes essenciais: o passo a passo para uma vida mais autêntica. São Paulo: Paralela, 2014.

ERICKSON, Milton; ROSSI, Ernest Lawrence. O homem de fevereiro: expandindo a consciência e identidade em hipnoterapia. Campinas: Editora Livro Pleno, 2003.

GOGGINS, David. Nunca é hora de parar: liberte sua mente e desenvolva seu potencial inexplorado. São Paulo: Sextante, 2023.

HILL, Napoleon. Liberte-se dos seus medos: a chave para uma vida de sucesso. Porto Alegre: Citadel, 2022.

LEFON, Arc. Mundo (des)configurado: além do princípio do prazer nos jogos da vida. Belém: RFB, 2024.

\_\_\_\_\_. Freud explica, mas qual o caminho a seguir? Quem ama, educa! Ananindeua: Itacaiúnas, 2023.

MARCONI, Marina de Andrade & LAKATOS, Eva Maria. Fundamentos de metodologia científica. São Paulo: Atlas, 2003.

MENDONÇA, Helena de Andrade in BACICH, Lilian et al. Metodologias ativas para educação inovadora: uma abordagem teórico-prática. Porto Alegre: Penso, 2018.

MILLER, Robert. PNL: re programe sua mente. Joinville: Clube dos Autores, 2021.

NICHOLS, Michael P.; SCHWARTZ, Richard C. Terapia familiar: conceitos e métodos. Porto Alegre: Artmed, 2007.

CONNOR, Josejh. Manual de programação neurolinguística: um guia prático para alcançar os resultados que você quer.

PISTÓIA, Lenise Henz Caçula. Gregory Bateson e a educação: possíveis entrelaçamentos. Porto Alegre: UFRGS, 2009. Tese de doutorado na Faculdade de Educação da UFRGS.

SCHAFER, John. Manual de persuasão do FBI. São Paulo: Universo do Livros, 2020.

SATIR, Virginia. Nuevas relaciones humanas em el núcleo familiar. México: Pax, 2002. Título original em inglês: The New Peoplemaking, Califórnia, 1976.

SILVA, Diego Fagundes da. Conversações entre alquimia e cibernética: distinção, diálogo e emergência. Belo Horizonte: UFMG, 2021. Tese de doutorado na Escola de Arquitetura da UFMG.

## GLOSSÁRIO

- ALQUIMIA – a química da idade média
- ALUCINAÇÕES – ver, ouvir e etc que não são percebidos pelos demais
- ANCORAGEM – associar um estado emocional a um estímulo específico
- ANTIDEPRESSIVO – substância e/ou tratamento para combater a depressão
- AUTORIDADE – direito e/ou poder para decidir
- AUTORIZAÇÃO – poder e/ou permissão concedida
- BEM-ESTAR – estado de satisfação com as exigências físicas e/ou emocionais
- BENEFÍCIO – privilégio e/ou provento concedido para alguém
- CAPACITAÇÃO – ato de desenvolvimento de competências
- CATÁSTROFE – qualquer acontecimento com grandes proporções de danos
- CATATONIA – alternância de comportamento, ora passiva e ora excitada
- CAUSA – origem e/ou motivo
- CÉREBRO – parte do sistema nervoso central situado dentro da caixa craniana
- CHECKLIST – lista de controle
- CHEFE – detém o poder para mandar
- CIBERNÉTICA – sistemas e mecanismos de controle automático
- CISMOGÊNESE – criação de divisão dentro do mesmo grupo
- CLIMA – conjunto de condições
- COGNITIVO – processo mental de percepção, memória, juízo e/ou raciocínio
- COLABORADOR – quem colabora com outros nas suas funções
- COMPETÊNCIA – agrupamento de conhecimentos
- COMUNICAÇÃO – transmissão de uma mensagem
- CONFLITO – divergência entre duas ou mais partes e/ou situações
- CONFORMIDADE – conforme o pretendido e/ou previamente estabelecido
- CONSCIÊNCIA – conhecimento percebido pelo próprio ser humano
- CONSCIENTE – ser humano que identifica seu próprio conhecimento
- CONSEQUÊNCIA – efeito e/ou resultado
- CONSUMISMO – consumo exagerado de produtos e/ou serviços além das necessidades
- CORRETIVO – se usa para corrigir um defeito e/ou erro
- CRITÉRIOS – aspectos escolhidos e/ou impostos
- DEPRESSÃO – estado mental de perde de interesse com sua própria vida
- DEPRECIVO – ser humano que está com depressão
- DESASTRE – acontecimento que causa sofrimento e/ou prejuízo

DESCARTÁVEL – que não se destina a conservar e/ou consertar

DEVER – obrigação

DIALÉTICA – dialogar na busca da verdade

DIREITO – conforme as leis

DISFUNCIONAL – apresenta funções alteradas

DOENÇA – afeta negativamente o organismo

DOENTE – quem sofre de uma doença

DOR – sensação desagradável

DUPLO-VÍNCULO – respostas e/ou ações contraditórias

EFEITO – consequência e/ou resultado

EGOÍSMO – prevalência do interesse próprio

EMOCIONAL – alteração física e/ou psicológica de uma pessoa diante de um acontecimento

EPISTEMOLOGIA – ramo da filosofia que estuda o conhecimento científico

ESCRIZOFRENIA – pensamento e/ou ação dissociada da realidade

ESCRIZOFRÊNICO – ser humano com esquizofrenia

ESTRESSE – alteração física e/ou emocional diante de uma pressão de perigo e/ou ameaça

ESTRUTURA – disposição e ordem dos elementos essenciais

ETIOLOGIA – estudo das causas

EVITAR – escapar antes do fato consumado

FANTASIA – criação da mente para substituir a realidade

FELICIDADE – estado de satisfação e contentamento

FERIDO – quem recebeu alguma ação danosa

FINITUDE – que tem ou poderá chegar ao fim

FISCAL – quem zela pelo cumprimento das leis e/ou normas

FISCALIZAÇÃO – ação de averiguação do cumprimento das leis e/ou normas

FOBIA – aversão exagerada que afeta o comportamento

FUNCIÓNÁRIO – quem executa as funções sob ordens

GRAMÁTICA – regras da língua

GESTALT – abordagem psicológica que trabalha o ser humano de forma total

HABILITAÇÃO – aptidão adquirida

HIGIENE – conjunto de condições e/ou hábitos relacionados a saúde

HIPNOTERAPIA – terapia baseada no hipnotismo

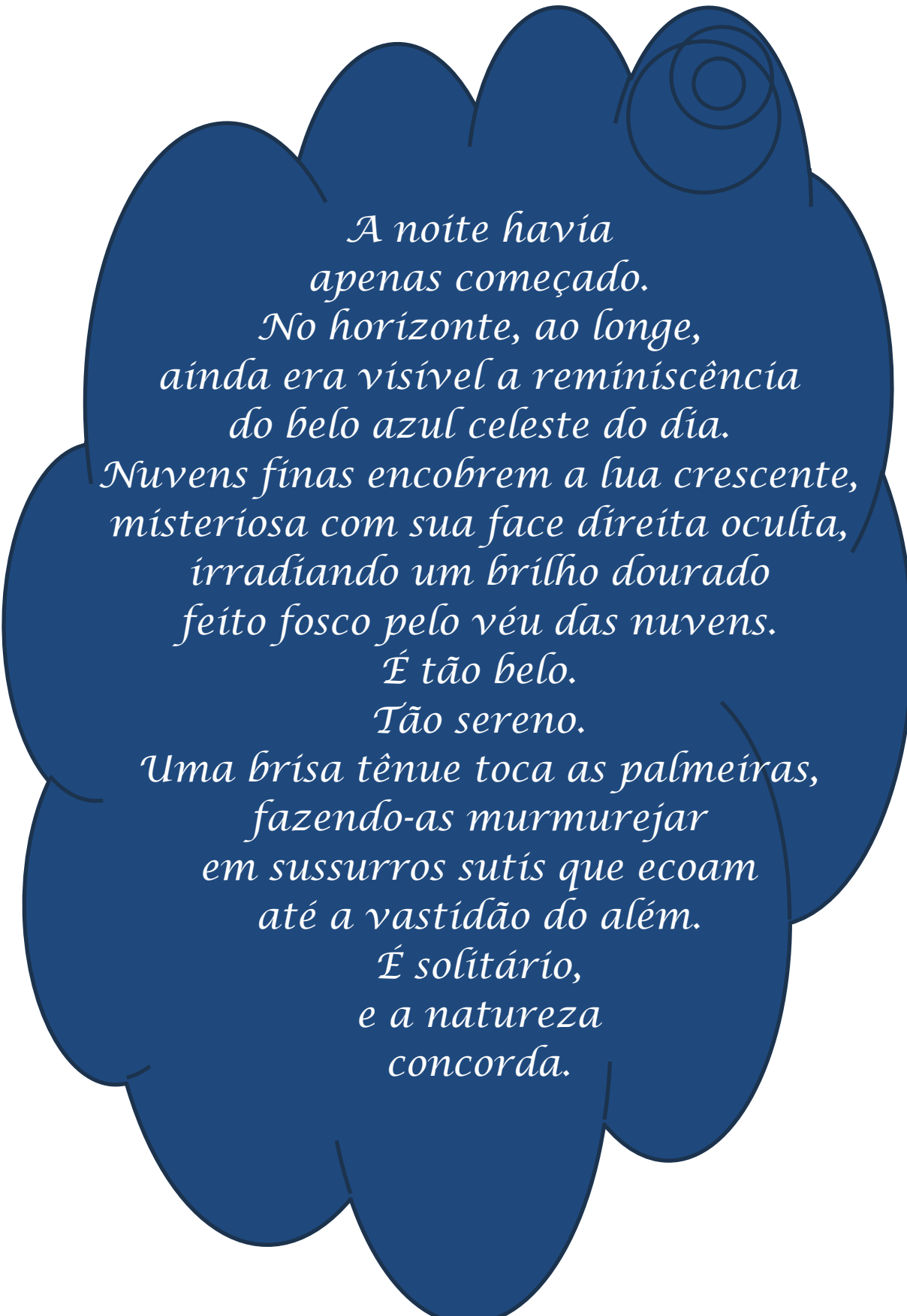
HIPNOSE – estado alterado com baixa vigilância de quem foi hipnotizado

HUMANIDADE – natureza humana  
HUMANISMO – valorização prioritária do ser humano  
IGNORÂNCIA – ausência de conhecimento da realidade  
IGNORANTE – ser humano que desconhece a realidade  
INCOSCIENTE – ser humano que não identifica seu próprio conhecimento  
INFORMAÇÃO – conteúdo da mensagem  
IMAGINAÇÃO – criação da mente de imagens e/ou situações  
IMINENTE – está a ponto de acontecer  
IMPRUDÊNCIA – ação sem cautela e/ou precipitada  
IMPRÓPRIO – indevido e/ou inadequado  
IMPROVISO – sem ensaio prévio  
INCAPACIDADE – insuficiência e/ou inaptidão  
INCERTEZA – hesitação e/ou imprecisão  
INCIDENTE – episódio inesperado que altera a ordem das coisas  
ÍNDICE – indica texto e/ou número como referência  
INFORMAÇÃO – conjunto de dados referentes a um determinado fato  
INFRAÇÃO – transgredir regras  
INSEGURANÇA – sentimento e/ou sensação de não estar protegido  
INTELIGÊNCIA – capacidade para transformar informações em conhecimento  
INTERDIÇÃO – ato de proibição  
ISOLAMENTO – estado e/ou tempo de afastamento  
LIBERDADE – delimitação da independência do cidadão perante sua comunidade  
LIMITE – fronteira espacial e/ou temporal  
LÓGICO – funcionamento racional e repetitivo  
MAGIA – crença na possibilidade de manipular eventos  
MAGO – quem pratica magia  
MÁSCARA – peça para cobrir a face  
MAL-ESTAR – estado físico e/ou emocional de insatisfação  
MANDALA – diagrama composto por formas geométricas  
MANÍACO – pessoa obcecada  
MAPA – representação gráfica de determinado espaço  
MENTE – parte não corpórea do ser humano que executa ações cerebrais  
MEDO – estado mental de receio e/ou temor  
METÁFORA – descrição de ideais e/ou cenários para retratar uma realidade  
MODELAGEM – transformar situações em modelos que possam ser replicados

MODELO – regra e/ou formato que representa algo  
MORFOLOGIA – estudo da forma e/ou aparência externa  
MORTE – fim das funções vitais  
NATUREZA – elementos e fenômenos presentes no meio ambiente  
NORMA – regula procedimentos e/ou atos  
NOTIFICAÇÃO – ato e/ou efeito de informar legalmente  
ÓBITO – termo usado legalmente para atestar o falecimento da pessoa  
OBRA – qualquer criação material e/ou intelectual  
OCORRÊNCIA – algo que aconteceu e/ou está acontecendo  
OCUPACIONAL – relativo à atividade e/ou ocupação  
PADRÃO – norma aceita para ser imitada  
PARALISAÇÃO – interrupção e/ou suspensão  
PERÍCIA – exame e/ou avaliação especializada  
PERMANENTE – permanece no tempo  
PERSUASÃO – convencimento pela argumentação e/ou influência  
PRÉVIA – aquilo que se faz antes do tempo  
PREVENÇÃO – medidas e/ou preparação antecipada  
PREVIDÊNCIA – previsão do futuro  
PROGRAMAÇÃO – processo na criação de rotinas  
PSICOSSOCIAIS – envolve aspectos psicológicos e sociais  
PSICOSE – alteração do estado mental com alucinações  
PSIQUIRIA – ramo da medicina que trabalha com os aspectos mentais  
QUALITATIVO – atributos relativos à qualidade (ex: beleza)  
QUANTITATIVO – atributos relativos à quantidade (ex: tamanho)  
QUEDA – ato e/ou efeito de cair  
RECICLÁVEL – material que poderá ser transformado em novo produto  
REGRA – aquilo que regula e/ou estabelece ações  
REGULAMENTO – prescreve o que deve ser realizado  
RESPONSABILIDADE – obrigação de responder por ações próprias e/ou de outros  
RESPONSÁVEL – aquele que deve prestar contas das ações sob sua responsabilidade  
REPROGRAMAR – processo na alteração das rotinas anteriores  
REUSO – utilizar novamente  
REUTILIZÁVEL – algo que permite ser utilizado novamente  
RISCO – probabilidade conhecida de insucesso  
SÂNSCRITO – língua antiga da Índia



SAÚDE – disposição física e psíquica dentro do normal  
SEGURANÇA – ato e/ou efeito de garantia contra as incertezas e/ou perigo  
SELF – essência do ser humano  
SEMÂNTICA – sentido das palavras  
SIMBÓLICO – representa algo além da própria palavra  
SISTEMA – conjunto de partes interdependentes  
SISTÊMICA – resultante da ação ou reação do todo  
SOCORRO – auxílio e/ou ajuda  
SOLIDÃO – ausência afetiva e/ou sensação de estar só  
SOLITÁRIO – que está e/ou vive só  
TERAPIA – prestação de cuidados na busca do bem-estar  
TERAPEUTA – prestador de cuidados na busca do bem-estar  
TERRITÓRIO – espaço delimitado com base nas relações de poder  
TOLERÂNCIA – aceitação diante de algo que não se quer e/ou não se pode impedir  
TRANSAÇÕES – ato e/ou efeito de trocas em duas ou mais partes  
TRANSFORMACIONAL – mudança de um esquema oracional para outro  
TRAUMA – lesão mental causada por evento externo ao seu próprio corpo  
TRAUMÁTICO – evento externo ao seu próprio corpo causador de lesão mental  
TRAVA – dispositivo para impedir o movimento e/ou passagem  
URGÊNCIA – situação grave e/ou perigosa com baixo risco de vida  
VIDA – propriedade da existência  
VÍNCULO – ligação entre as partes  
VONTADE – força interior da pessoa na realização de ações



*A noite havia  
apenas começado.  
No horizonte, ao longe,  
ainda era visível a reminiscência  
do belo azul celeste do dia.  
Nuvens finas encobrem a lua crescente,  
misteriosa com sua face direita oculta,  
irradiando um brilho dourado  
feito fosco pelo véu das nuvens.  
É tão belo.  
Tão sereno.  
Uma brisa tênue toca as palmeiras,  
fazendo-as murmurar  
em sussurros sutis que ecoam  
até a vastidão do além.  
É solitário,  
e a natureza  
concorda.*

*Sophia Lemos Afonso*



**Autoria: Sophia Lemos Afonso; Título: Seriema (nome científico Cariama Cristata);  
Ano da criação: 2020; Descrição do material: Arte em papel com giz.**

## **SOBRE O AUTOR**

**MARCOS LEMOS AFONSO** é escritor e professor, possuindo especialização em Programação Neurolinguista (PNL), além dos títulos acadêmicos de bacharelado em Administração e Engenharia, especialista em Docência, mestrado em Administração e doutorado em Ciências Empresariais, mas considera que a fonte de maior conhecimento é a sua própria (sobre)vivência diária na busca de soluções (para as demandas individuais, familiares, comunitárias, organizacionais e sociais), iniciada com sua carteira de trabalho assinada aos 14 anos (em 1979). Na busca da compreensão da gestão (eficácia e eficiência) trilhou os caminhos da pesquisa acadêmica ao iniciar (em 1990, após aprovado em prova nacional – no currículo zero de artigos e 45 certificados de curso de extensão) o mestrado científico, sem jamais objetivar ser docente (nem antes e nem depois de sua conclusão em julho de 1992). Posteriormente ao término do mestrado, recebeu convite para ser instrutor de treinamento empresarial, fato que permitia estar em sala com profissionais (empresários e/ou funcionários e/ou curiosos) interessados (sem educação bancária, nada de nota) em usar o conhecimento na prática (tipo pronto socorro), sendo tudo que desejava (sem nunca ter imaginado). Somente depois – agora já apaixonado pela experiência como docente – entraria na docência do ensino superior (em faculdade particular). Mas enfrentaria os conflitos da educação bancária (além do desinteresse de alguns estudantes), fato que a cada final de semestre (fechamento das notas) gerava a motivação para abandonar a docência (nunca ocorreu, mas motivos não faltaram). Em 2021, “após” o período pandêmico provocado pela COVID 19, inicia pesquisa na compreensão do comportamento humano, buscando identificar aspectos mentais que possam afetar o comportamento pessoal e/ou profissional. Em 2024, lança o livro “Saúde e Segurança do Trabalho: corpo e mente”, compartilhando – em parceria – sua aprendizagem que é sempre estimulada pelos ilustres professores pesquisadores com os quais compartilha a sala 7, bloco A na Escola de Engenharia Elétrica, Mecânica e Computação (EMC) da Universidade Federal de Goiás (UFG).

A escolha do tema “PNL, terapia familiar, hipnotismo e esquizofrenia: SATIR, ERICKSON e BATESON” foi motivada pela curiosidade em separar os mitos da realidade, investigando os pilares da PNL (Programação Neurolinguística). Bandler e Grinder ao formularem o conceito da PNL, reuniram fundamentos de pesquisas diversas, posteriormente testadas semanalmente em sala de aula, tudo seguindo aspectos científicos, mas em 1975, publicam o livro – o primeiro – com o título “A estrutura da magia”. Na elaboração deste ensaio utilizou-se a pesquisa bibliográfica e documental, tendo como objeto de análise a PNL. A pesquisa revelou que a PNL foi formulada na década de 1970 – na Universidade da Califórnia, uma escola comunitária no condado de Santa Cruz, Califórnia, USA – por Richard Bandler e John Grinder, sendo Grinder (com 32 anos) professor de Linguística e Bandler (com 22 anos) estudante de computação, mas posteriormente mudaria para o curso de psicologia. Bandler e Grinder realizaram a junção dos estudos da esquizofrenia (Bateson), hipnotizadores (Erickson), humanos (Satir) e outros, dentro de um contexto que aplicava a linguagem aos aspectos psicológicos, fato jamais realizado ou pensado, anteriormente, como formador de um modelo, passível de ser programado. As palavras “magia” ou “milagre” eram sempre associadas aos resultados produzidos por Erickson e Satir, ele médico psiquiatra (terapia com hipnotismo) e ela assistente social (terapia familiar sistêmica), ganharam fama em conseguir resultados positivos com seus pacientes, após outros profissionais terem falhado. A PNL é resultado de um trabalho científico, longo e profundo, reunindo pesquisadores consagrados entre seus pilares, mas acima de tudo é prática, sendo possível para qualquer pessoa utilizar, deste que supere suas próprias crenças. A palavra “magia” poderá ser associada a PNL apenas para atrair ou provocar a atenção, mas é pura ciência, tendo como pilares as pesquisas – consagradas – realizadas por Satir, Erickson e Bateson, dentre outros. Este livro é indicado para quem gosta de ler, mas também para quem aprecia figuras, pois em cada página encontrará uma figura que permite identificar o sentido do texto, ou seja, em poucos segundos saberá a “moral da história” do texto científico retratado.

