

O CICLO DO CONTATO À LUZ DA GESTALT-TERAPIA NA EXPERIÊNCIA DO CONFINAMENTO: BIG BROTHER BRASIL

THE CONTACT CYCLE IN THE LIGHT OF GESTALT-THERAPY IN THE CONFINEMENT EXPERIENCE: BIG BROTHER BRASIL

Anna Carolina Bertato de Almeida Centro Universitário Augusto Motta, Rio de Janeiro/RJ, Brasil
carolinabertato@hotmail.com

Isabella Suzano Vertulli Centro Universitário Augusto Motta, Rio de Janeiro/RJ, Brasil
Isabellavertulli17@gmail.com

Luciana Cristina Araújo da Silva Centro Universitário Augusto Motta, Rio de Janeiro/RJ, Brasil
alteridadeounao@gmail.com

Elen Mara Gomes de Léo Centro Universitário Augusto Motta, Rio de Janeiro/RJ, Brasil
elendeleo@gmail.com

Resumo


Com base na Gestalt- Terapia, a pesquisa tem como objetivo descrever o ciclo do contato em um reality show mediante a exemplificação e análise de três participantes de uma edição do programa de entretenimento chamado Big Brother Brasil. Para tal, foi utilizada uma metodologia quali-quantitativa, descritiva, bibliográfica, documental, além de estudo de caso. Foram analisados 3 participantes ao longo de 30 episódios (com recorte para episódios iniciais, intermediários e finais da edição). Através das fichas de análise dos episódios, tais dados foram organizados identificando a ocorrência de bloqueios e fatores de cura no ciclo do contato. Foi observado que a maior incidência foi de awareness, satisfação, ação e retirada, sendo estes, fatores de cura. Após as análises dos episódios, foi possível acompanhar a trajetória e vivência dos participantes analisados na pesquisa, com base em seus processos experienciados no ciclo do contato. Os dados obtidos apontam que os fatores do confinamento não foram impeditivos da ocorrência do fenômeno do ciclo do contato. Através desse estudo, foi possível visualizar a manutenção da saúde durante os processos e que, estar em contato permitiu a todos os analisados a resolução de situações "problemas" e a manifestação da autorrealização, já que tudo o que foi imposto foi aceito e vivenciado. No jogo, os bloqueios de contato foram utilizados como modo de defesa inicial, demonstrando a importância destes para o processo dos participantes como jogadores, já os fatores de cura demonstraram um ajustamento criativo de cada um dos três ao longo de suas experiências dentro do programa. Pode-se perceber a necessidade de serem desenvolvidos mais estudos que abordem o conceito do ciclo do contato em diversos ambientes onde a vida humana acontece.

Palavras-chave

Gestalt-terapia, Ciclo do contato, Confinamento, Reality-show, Big Brother Brasil.

Abstract

Based on Gestalt-therapy, this research aims to describe the contact cycle in a reality show through the exemplification and analysis of three participants of an edition of the entertainment tv program named Big Brother Brasil. In order to do this, a qualitative, quantitative, descriptive, bibliographical, documental methodology was used. Besides, a case study. Three participants were analyzed over thirty episodes (focused on cutouts for initial, intermediate and final episodes of this edition). Through the analysis sheets of the episodes, such data were organized, identifying the occurrence of the blockages and healing factors in the contact cycle. It was observed that the highest incidence was awareness, satisfaction, action and withdrawal, these being healing factors. After analyzing the episodes, it was possible to follow and analyse the participants' trajectories and experiences in the research based on their processes experienced in the contact cycle. The data obtained during this research indicate that the confinement factors were not an impediment to the occurrence of the contact cycle phenomenon. Through this research, it was possible to visualize the maintenance of health during the processes and that being in contact with other people allowed all those analyzed people to solve "problem" situations and the manifestation of self-realization, since everything that was imposed was accepted and experienced by them. During the game, the contact blocks were used as an initial defense mode, demonstrating their importance for the participants' process as players, while the healing factors demonstrated a creative adjustment of each of three participants throughout their experiences within the program. It's no wonder that the need to develop more studies that address the concept of the contact cycle in different environments where human life takes place is still necessary.

Keywords	Gestalt-therapy, Contact cycle, Confinement, Reality-show, Big Brother Brasil.	
	Licença de Atribuição BY do Creative Commons https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/	Aprovado em 15/07/2023 Publicado em 31/08/2023

1 INTRODUÇÃO

A Gestalt-terapia (GT) é uma abordagem da Psicologia que tem como enfoque a centralização do sujeito com a sua rede filosófica no aqui e agora. Dá ênfase no olhar total sobre o indivíduo, amplia a consciência sobre si mesmo, explora e enfatiza potencialidades, usando como ferramenta a autorresponsabilidade, autorregulação e ajustes criativos, tendo em vista, sempre seu ambiente e o contexto do qual faz parte. Ela conta com os conceitos de contato e ciclo do contato.

A partir disso, a presente pesquisa, teve a finalidade de reconhecer a aplicação do conceito de ciclo do contato, considerando um contexto atual popular de confinamento através de um *reality show*, o *Big Brother Brasil*.

Sobre isso, o estudo se debruçou no seguinte problema: como ocorre o ciclo do contato na experiência de um confinamento em um *reality show*?

A pesquisa buscou ter uma clareza sobre o que é o contato e o ciclo do contato, descreveu etapas do ciclo do contato na ótica da Gestalt-terapia, usando elementos do programa para exemplificar e analisar cada etapa e como estas se constituem no cenário não habitual, fora da realidade do cotidiano. Através desta pesquisa, buscou-se apresentar uma forma de compreensão do ciclo do contato em situação de confinamento.

A escolha do tema teve como motivação a importância do Conceito do Ciclo de Contato para o indivíduo, conceito este, presente na Gestalt-terapia. O ser humano vive em constante contato e afastamento com o mundo e os fenômenos que se manifestam nele; na relação com o outro, na troca de experiências, nas escolhas e suas consequências; e até com si próprio, através do autoconhecimento.

Fundamentando-se nos estudos da GT, entende-se que a prática de fazer contato e afastamento em um ciclo equilibrado, contribui para a construção de um sujeito saudável. A análise destes fenômenos, através de casos práticos, pôde facilitar a compreensão da população de um conceito técnico tão complexo, mas que é também tão relevante para o conhecimento humano e suas relações.

Outra relevância ao estudo foi percebida pela possibilidade de que a qualquer momento a vida real pode exigir confinamentos compulsórios e sem prazo, como o vivido compulsoriamente pela pandemia de Covid-19, causada pelo novo coronavírus SARS-CoV-

2. Após meses de confinamento, o mundo precisou se ajustar, se reinventar e criar novas formas de vivência. Algumas relações se fortaleceram e outras se enfraqueceram.

Segundo estudos de pesquisadores da UFF, do núcleo Progepe (UFF, 2020), com uma dinâmica nova de rotina, muitas pessoas precisaram parar e olhar para si, isso gerou conflitos internos. A maioria das pessoas precisou aprender coisas novas para conseguir realizar suas atividades e compromissos dentro de casa. Muito se aprendeu nesse confinamento forçado, muitas mudanças ocorreram, muitos processos se encerraram e outros foram iniciados.

Realizar um estudo de caso de um *reality show* como o *Big Brother* Brasil, que tem uma grande relevância na sociedade brasileira, foi uma forma de aproximar os casos analisados à realidade.

Este tipo de programa traz à tona aspectos sociais importantes à medida em que promove o “viver com” e cria uma oportunidade para as pessoas demonstrarem seus valores, crenças, atitudes, expressando o que trazem da sociedade. Quando submetem pessoas confinadas aos estresses da competição, provocam expressões de tudo isso sob tensão.

Sua análise técnica, em relação aos diversos tipos de possibilidades de ocorrência do Ciclo do Contato, além de facilitar o entendimento do conceito, pode contribuir para a reflexão e discussão destas realidades tão importantes dentro de uma população.

2 – REVISÃO DA LITERATURA

2.1 - A Gestalt-Terapia e o Ciclo do Contato

A Gestalt-terapia, segundo Frazão e Fukumitsu (2013), emerge como uma nova abordagem psicológica, a partir da publicação do livro: *Gestalt-therapy: excitement and growth in the human personality*, em 1951, de Frederick Perls, Paul Goodman e Ralph Hefferline, psicólogos que a algum tempo vinham discutindo alguns conceitos e fundamentos filosóficos, a fim de ampliar o conceito de homem no mundo. Sobre isto:

A Gestalt-terapia surge em meio à psicologia humanista, que traz para a psicologia uma nova visão de homem, significativamente diferente das disseminadas pela psicanálise e pelo behaviorismo – abordagens, na época, bastante deterministas. A psicologia humanista enfatiza a autorrealização por meio do desenvolvimento das potencialidades humanas de crescimento e criatividade. O homem se autodetermina, interage ativamente com seu ambiente, é livre e pode fazer escolhas, sendo responsável por elas no universo inter-relacional no qual vive, o que constitui um novo paradigma.

Como dizia Sartre, “não importa o que fizeram a você, mas o que você faz com o que lhe fizeram”. (FRAZÃO; FUKUMITSU, 2013, p.12).

Através de diversas teorias filosóficas, a Gestalt-terapia desenvolve “[...] uma série de conceitos - como totalidade, *awareness*, autoecorregulação orgânica, aqui-agora, parte-todo, ajustamento criativo, teoria paradoxal da mudança e outros [...]” (RIBEIRO, 2021, p. 45). O contato encontra-se neste grupo de conceitos e se configura como uma das principais concepções utilizadas pela abordagem.

Sendo assim, para a Gestalt-terapia, contato é a relação organismo-campo, através da qual o homem enquanto organismo interage com o mundo e o mundo, por sua vez, interage com o homem. Segundo Pinto (2015, p.49):

Somente existimos em um ambiente; estamos sempre numa relação organismo/campo por meio da qual realizamos ajustamentos criativos que nos possibilitam o contato com o ambiente. Nossa vida e nosso crescimento dependem de que, no contato com o ambiente, mantenhamos nossa diferença para com ele ao mesmo tempo que o assimilamos.

Essa interação envolve um ajustamento criativo sobre o qual Frazão; Fukumitsu (2013, p.105) entenderam que:

[...] conceito que se refere à capacidade de ajustar-se ao ambiente considerando, simultaneamente, nossas possibilidades e as possibilidades deste (nesse sentido é o ajuste tão “bom” quanto as condições da pessoa e do ambiente permitem). É também, segundo os escritos de Frazão a respeito de pensamento diagnóstico processual, a maneira de compreender funcionamento não saudável.

Ainda com base em Pinto (2015), o contato é a via que permite o acesso àquilo que é novo, tanto o que escolhemos integrar como o que escolhemos afastar. É desta maneira que ocupamos nosso lugar no mundo seguindo uma lógica em que, mutuamente, através do contato ocorrem os fenômenos e desses mesmos fenômenos ocorre o contato.

Sendo o contato humano um fenômeno complexo, foi desenvolvido, por diversos autores dentro da GT, o conceito do Ciclo do Contato. Dentre estes autores, Ribeiro (2021, p. 30), afirma que “O ciclo do contato é um sistema em movimento; nele tudo se move, pois o processo humano de crescimento é autômoto, caminha de espaço a espaço, de etapa a etapa, que é o lugar onde a realidade acontece.” Ele ainda complementa:

O ciclo do contato é o espaço de vida total de uma pessoa, de um grupo, de um lugar, de uma empresa. Ele revela as mil possibilidades dentro das quais a realidade, a pessoa ou coisa se expressa. Esse modelo aplica-se tanto à parte clínica quanto às diversas formas que a abordagem gestáltica comporta. Também uma empresa, uma escola, um hospital, um grupo formado de esportistas, como um todo, são um campo, um corpo, um *self*, podem fluir, sentir, mover-se, agir... (etapas

do ciclo do contato), como também ali o contato poderá ser interrompido, bloqueado em outras formas de interrupção. (RIBEIRO, 2021, p. 108).

Através do ciclo do contato é possível compreender padrões de comportamentos que se enquadram em funcionais ou disfuncionais e aspectos psíquicos.

Segundo Ribeiro (2021) padrões cristalizados de comportamentos podem ser entendidos como um sujeito não saudável, tendo uma rigidez como modo de defesa, a interrupção ou evitação do contato interferem no fluxo sadio das necessidades do sujeito.

Já em um sujeito saudável os mecanismos são entendidos como fatores de cura, o ciclo se entende como um processo psicoterapêutico (RIBEIRO, 2021), cada etapa é interligada na outra como uma sequência, originando um todo.

Pela perspectiva de Ribeiro (2021), em sua teoria, o ciclo consiste em nove modos de resistências, conhecidos como bloqueios e/ou interrupções do contato e nove fatores de cura ou mecanismos de saúde.

Em Ribeiro (2021) é apresentada a representação do Ciclo Holográfico do Contato (Figura 1) que representa as etapas do ciclo de forma gráfica:



Fonte: Ribeiro (2021, p.121)

Visto isso, de acordo com a representação acima, tem-se a conceitualização de cada processo de interrupção do contato e o seu mecanismo de cura:

- **Dessensibilização** – Processo no qual sujeito perde a percepção de si, dos outros e do mundo por uma diminuição dos sentidos corporais e indiferença emocional. Confunde-se diante dos estímulos externos e ignora a relação organismo/meio. Seu fator de cura é a **sensação**, um processo onde esse mesmo sujeito começa a sair

de um estado de apatia em relação à sensação do seu próprio corpo percebendo, desta forma, o mundo ao seu redor.

- **Deflexão** – Processo em que o sujeito evita a relação com o outro, negando cognitivamente a situação ali posta, vivida. De maneira geral, não costuma pensar no que está acontecendo e evita o contato ou faz de forma vaga, havendo superficialidade ao lidar com o ambiente e sentimentos, a fim de não aprofundar o contato. Por isso, seu fator de cura é a *awareness*, (tomada de consciência). O sujeito se torna mais atento ao ambiente, dando-se conta de si, das pessoas e das coisas, evidenciando reciprocidade. Há mudança na perspectiva temporal, pois o sujeito sai do passado ou do futuro e passa a se encontrar com o presente, experienciando o aqui-agora.
- **Introjeção** – Processo pelo qual o sujeito recebe opiniões de outros e sempre astomam como verdadeiras, sem um pensamento crítico, não levando em consideração sua própria percepção do mundo. Esta etapa do ciclo do contato ocorre devido ao receio que o indivíduo tem dos impactos que as suas escolhas possam provocar na relação com o outro. Seu fator de cura é chamado **mobilização**, marcado pela constante movimentação em direção a si mesmo, respeitando suas opiniões e colocando o outro como fundo e a si como figura direcionando as suas escolhas em sua trajetória existencial.
- **Projeção** – Processo no qual o sujeito culpabiliza o outro por todos os fenômenos indesejados que ocorrem no ambiente, não identificando a sua responsabilidade diante das situações que se apresentam nas relações. Seu fator de cura é a **ação**, que demonstra um sujeito com uma postura responsável sob as suas ações, compreendendo não só a sua autoria no que acontece, como também, caracterizando os fatores causadores das consequências.
- **Proflexão** – Esse processo caracteriza-se fortemente como um estado voltado asi e, ao mesmo tempo, com valor nulo. O sujeito não se reconhece como fonte de satisfação, então, essa necessidade é deslocada para o outro como gerador de seus desejos. É comum o sujeito manipular situações para obter algo em troca, e transformar o outro em um ser conforme seu ideal. Seu fator de cura aparece como **interação**, o reconhecimento próprio se faz presente sem expectativas de devolução, seu valor é a fonte necessária para a satisfação.

- **Retroflexão** – O indivíduo tem o outro como ditador determinante para uma imagem ideal de como ser e agir. Funde-se tão significativamente no desejo alheio que suas ações, contrárias a isto, tornam-se vergonhosas e inadequadas em seu julgamento. O sujeito vê-se como antagonista de si mesmo. O **contato final**, como fator de cura, o sujeito se reconhece como sua própria fonte de prazer, sem necessidade essencial de um terceiro, sendo seu verdadeiro eu.
- **Egotismo** – Processo em que o sujeito se percebe como o centro absoluto no ambiente, desconsiderando o território existencial do outro. Por consequência disso, tem a tendência em estar à parte das relações, pois ignora os desejos e as opiniões dos que estão à sua volta. Tende a um controle excessivo dos fenômenos. A **satisfação** é o fator de cura para este bloqueio de contato. Por ela, o indivíduo procura trocar mais com o outro e reconhece a importância das relações mútuas como fonte de prazer.
- **Confluência** – Nesta etapa, a dependência é um elemento determinantemente forte. O indivíduo perde a habilidade de separar-se do outro. Dificuldade em saber diferenciar o que é seu do que é da relação com o outro. Quando o sujeito tem a capacidade de sentir a ocasião ideal de se separar do outro, realiza o fator de cura chamado de **retirada**. É perceber-se ora no individual e ora no coletivo, sabendo diferenciá-los.
- **Fixação** – Processo em que o sujeito permanece estagnado em determinada realidade, tornando-se rígido a qualquer possível mudança aparente. A abertura de novo vem com o processo da **fluidez**, que é o seu fator de cura. O movimento da vida é aceito, explorado e entendido como a única possibilidade de mudança.

Desta forma, é possível afirmar que o conceito do ciclo do contato é uma importante ferramenta no fazer gestáltico, contribuindo e facilitando a compreensão das diversas formas que pode se manifestar o contato, já que este, como já afirmado por Ribeiro (2021), é um fenômeno passível de contribuir para um sujeito saudável ou não, de acordo com a homeostase entre o fazer contato e afastar-se. Ele ainda complementa:

Devo lembrar que os chamados bloqueios ou interrupções do contato só se tornam patológicos, doentes, quando usados compulsivamente, de maneira continuada, desnecessária, fora de um real contexto. Fora desses contextos, constituem formas eficazes de ajustamento criativo. (RIBEIRO, 2021, p.162)

2.2 - Confinamento e *Reality Show*

Do francês *isoler* + *mento*, a palavra isolamento, segundo o Dicionário *Online* de Português (2020, s.p), tem diversos significados. Alguns deles são de “estado de uma coisa ou de uma pessoa isolada, privada do contato social” ou “ação ou efeito de isolar, de separar dos demais; separação”. Logo, o isolamento social pode ser entendido como o fenômeno de quebra na conexão de um sujeito com o meio em que está inserido, posto à parte, por si próprio ou por terceiros.

De acordo com Balduino (2015) confinamento se constitui, linguisticamente, como um ato de isolamento, lugares delimitantes ao sujeito. Já no Dicionário *Online* de Português (2020, s.p) diz assim: “Condição da pessoa que opta por se afastar do convívio social, permanecendo sem contato com o mundo exterior; clausura: freiras em confinamento; Ação ou efeito de confinar, cercar, limitar, restringir”.

Pode-se entender, então, o confinamento como o aprisionamento em determinado local fechado. Neste sentido, é perceptível diversos tipos de confinamento na sociedade, ao longo da história. Alguns exemplos são: sistemas carcerários, manicômios, o confinamento no holocausto, quarentena por infecção de doença viral, programas de *realityshow* que tem como base o isolamento social e outros.

De acordo com Barnfield (2002, *apud* MATEUS, 2012, s.p.), o termo *reality-show* é usado como definição para um significativo número de programas de televisão “que, de forma nem sempre assumida, cruzam as fronteiras da informação e do entretenimento, do drama e do documentário, da ficção e da realidade”.

Neste gênero, é possível a exploração do estado de vigilância. A grande exibição se caracteriza como um estado de vigia, denominado como ‘*reality show*’. É organizado sobre bases de monitoramento e espaços delimitados, onde os participantes são submetidos a uma série de situações determinantes arquitetadas em um ambiente fiscalizado e visto. Junto a isto, traz um certo impacto na população em que está inserido, colocando em pauta assuntos relevantes para sociedade.

2.3 - O Ciclo do Contato no *Big Brother Brasil*

Originalmente o programa *Big Brother*, nasceu em 1999, na Holanda, pelos sócios produtores de TV, Joop Van Den e John De Mol, da empresa Endemol, que possui os direitos autorais do *reality show* (SILVA, 2008).

No Brasil, a emissora responsável pela transmissão do *reality show* é a Rede Globo de Televisão. O programa estreou em 2002, com duas edições. A partir do ano seguinte até a data vigente, as edições ocorrem anualmente, com apenas um programa, iniciando-se no mês de janeiro (SOUSA, 2021).

O objetivo principal do programa é mostrar a disputa entre “participantes que topam ficar confinados em busca de um prêmio milionário” (GLOBOPLAY, 2023), objetivo este que acompanha o programa ao longo dos anos até a edição atual. Entre o ano de estreia até 2019, os participantes eram compostos apenas por pessoas anônimas.

A partir da edição do ano de 2020, os participantes foram divididos em dois grupos: os “pipocas”, que contém os anônimos, e o grupo “camarote”, que compõem o grupo de pessoas famosas convidadas para participar.

Sabendo que o contato ocorre na relação organismo/campo (PINTO, 2015), os fenômenos que acontecem em um programa de *reality show* provocam uma forma de fazer contato. Sobre isto, Ribeiro (2021, p.161) apresenta:

Mudança, cura, são conceitos universais e, como processos, ocorrem em qualquer lugar em que o ser humano se encontre, independentemente de qualquer categorização. [...] esse modelo se aplica perfeitamente à visão da Gestalt-terapia como abordagem multifacial, aplicável aos diversos campos de atividade humana, e pode nos ajudar a ter uma visão clínica de qualquer estrutura onde possam intervir conceitos de desenvolvimento e mudança – uma empresa, uma escola, um hospital.

Usando como exemplo o *Big Brother* Brasil, os participantes se encontram em uma nova rotina, em um novo ambiente, com pessoas desconhecidas e diferentes entre si, além de estarem em isolamento do mundo exterior. Neste sentido, um participante do programa é um organismo, enquanto que a casa, o jogo e as outras pessoas configuram um campo. Outro aspecto bem característico deste programa, é a exposição 24 horas com dezenas de câmeras simultâneas, que transmitem o dia a dia dos participantes sem o mínimo de privacidade. Contando com os seus espectadores como juízes que determinam quem permanece no programa e, ao final, vence o jogo.

Logo, compreendendo o Ciclo do Contato em Ribeiro (2021, p. 108), “ele revela as mil possibilidades dentro das quais a realidade, a pessoa ou coisa se expressa.” Desta

maneira, pode-se perceber as possíveis formas deste ciclo se manifestar dentro do programa. Sobre isto, ainda:

Variáveis psicológicas e não psicológicas são igualmente determinantes do comportamento humano. Na verdade, embora distintos, self-eu-mundo formam uma trindade na qual o princípio regulador de tudo, a vida, que os inunda, é a energia unificadora dos três, a qual está presente em todas as coisas, produzindo semelhanças e diferenças entre elas.

Ainda para este autor:

[...] a teoria do ciclo do contato, como foi exposta, talvez nos possa dar elementos para pensar uma teoria do desenvolvimento humano, em etapas do crescimento. Cada passo ou etapa do ciclo pode ser pensada como etapa do crescimento humano, com seu oposto, constituído pelos bloqueios de contato ao longo do desenvolvimento (RIBEIRO, 2021, p.161).

3- METODOLOGIA

A pesquisa teve natureza descritiva, pois segundo Gil (2002), uma pesquisa descritiva é aquela em que os pesquisadores desenvolvem uma apresentação de um fenômeno ou população, que neste caso foi o Ciclo do Contato à medida que aborda um programa de televisão de experimentação de um confinamento (provocado, controlado e monitorado) de participantes específicos.

Quanto a abordagem da pesquisa, ela se constituiu enquanto quali-quantitativa pois segundo Minayo (2007, p.23) uma pesquisa qualitativa:

Visa a compreender a lógica interna de grupos, instituições e atores quanto a: (a) valores culturais e representações sobre sua história e temas específicos; (b) relações entre indivíduos, instituições e movimentos sociais; (c) processos históricos, sociais e de implementação de políticas públicas e sociais.

Em conjunto a este, o método quantitativo também se tornou presente no estudo, pois dados numéricos foram utilizados e organizados em um quadro sobre a frequência das ocorrências dos bloqueios de contato e fatores de cura usuais ao ciclo do contato, com o objetivo de se tornar mais claro o que se foi observado e diminuir possíveis equívocos nas análises presentes (RICHARDSON, 2008).

Ademais, a pesquisa se delineou, quanto aos seus procedimentos, inicialmente, como bibliográfica, já que se fundamentou em materiais científicos produzidos anteriormente (GIL, 2002), partindo, inicialmente, do referencial dos livros “Gestalt-Terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas” (FRAZÃO; FUKUMITSU, 2013), “O

Ciclo do Contato” (RIBEIRO, 2021) e “Elementos para uma compreensão diagnóstica em psicoterapia: O ciclo do contato e os modos de ser” (PINTO, 2015), ampliando os estudos a outros textos, dos mesmos autores dos livros citados anteriormente, de artigos e pesquisas científicas catalogadas nos *sites* Scielo e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e sites de revistas científicas, que abordam o conceito de confinamento e discutem a ideia de *Reality Shows*.

Ao mesmo tempo, este estudo, apesar de ter foco em comportamento de pessoas reais em uma realidade midiática, por ter se pautado em material disponibilizado pela plataforma de *streaming* oficial da rede globo chamado GloboPlay, enquadra-se como um estudo apoiado em materiais documentais apresentando dispensa de submetimento a Conselho de Ética em Pesquisa por tratar-se de pesquisa a partir de material documental de caráter não restritivo, conforme o documento “Orientações sobre Ética em Pesquisa em Ambientes Virtuais” (CEP/ENSP/FIOCRUZ, 2020, p.11) ao afirmar que:

PESQUISA DOCUMENTAL:

A pesquisa documental pode-se realizar em ambientes que têm acesso restrito ou em ambientes de acesso público e irrestrito. **ACESSO RESTRITO:**

São consideradas pesquisas documentais de acesso restrito aquelas realizadas em ambientes virtuais que requerem inscrição ou autorização para se ter acesso ao documento. Pesquisadores que, dado à sua condição profissional, têm acesso a bancos de dados, documentos ou páginas de acesso restrito devem requerer autorização da instituição responsável e apresentar termo de compromisso em manter a confidencialidade dos dados.

ACESSO PÚBLICO E IRRESTRITO:

Pesquisas em páginas públicas na Internet que não requerem inscrição ou autorização do administrador para se ter acesso ao conteúdo dispensam avaliação ética e o registro de consentimento. São exemplos aquelas pesquisas realizadas em websites, blogs, Youtube etc.

Estudos documentais baseiam-se na análise de documentos, materiais e informações disponíveis publicamente, sem a necessidade de interação direta com os participantes. Nesse caso, o programa de televisão em questão pode ser considerado uma fonte de documentação que fornece os dados para análise sob a forma de pesquisa documental.

Contudo, ainda em CEP/ENSP/Fiocruz (2020, p.11) há orientação de que sejam adotados “Cuidados na pesquisa documental em ambiente virtual”, destacando o “Cuidado e respeito à privacidade dos autores dos comentários ou *posts* ao realizar referências diretas a nomes, discursos e imagens, respeitando a Lei Geral de Proteção de Dados (Leino. 13.709/2018)”.

No Brasil, pesquisas com seres humanos devem seguir diretrizes e resoluções estabelecidas pelo Conselho Nacional de Saúde (CNS), destacando-se:

- 1) a Resolução CNS nº 466/2012 (CNS, 2012) que estabelece diretrizes e normas regulamentadoras para pesquisas com seres humanos no Brasil e que torna obrigatória a obtenção de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) de todos os participantes da pesquisa.
- 2) a Resolução CNS nº 510/2016 (CNS, 2016) que aborda especificamente a utilização de dados de saúde em pesquisas, exigindo sigilo e proteção dos participantes e confidencialidade dos dados.

Embora não seja necessária a obtenção de anuência específica do programa de televisão para realização do estudo documental por não fazer contato direto com participantes e se apoiar nos materiais divulgados, é sempre importante seguir as diretrizes éticas de pesquisa, garantindo a integridade, a confidencialidade e o respeito aos direitos dos indivíduos envolvidos na pesquisa. Desta forma, para que não ocorresse identificação de participantes, foi adotado um conjunto de medidas para assegurar o anonimato dos participantes expostos documentalente. Dentre esses cuidados, os seguintes:

- Respeito aos direitos autorais e políticas de uso aceitáveis.
- Citação de fonte dos dados utilizados, garantindo a transparência e o crédito adequado aos produtores do programa de televisão, contudo, ainda que limitando parcialmente a transparência, sem identificar com precisão máxima o número da edição do programa analisado para não haver identificação possível de dados e caracterização de participantes em função da necessidade de manter o sigilo sobre os nomes dos destes, também não sendo explicitadas as falas analisadas dos participantes. Ainda, não foi caracterizada a duração e número dos episódios da edição.

Sendo assim, as pesquisadoras analisaram episódios de um programa no qual não havia objetivo científico, não representando, assim, uma forma de coleta de dados intencionada à análise do ciclo do contato. A pesquisa se construiu a partir de um programa televisivo popular que tem como finalidade a observação de pessoas isoladas convivendo somente entre si e sujeitas a dinâmicas que o jogo oferece.

O estudo se deu, também, através do procedimento de estudo de caso por ter envolvido uma edição específica à análise pois, segundo Gil (2002), é o meio ideal para a

investigação de um fenômeno no seu cenário real, assim, o estudo procurou “explicar as variáveis causais de determinado fenômeno em situações muito complexas que não possibilitam a utilização de levantamentos e experimentos” (GIL, 2002, p. 54). Sendo as variáveis, as diversas manifestações de contato e afastamento, próprias do conceito do Ciclo do Contato, trazidas pela Gestalt-terapia, e o fenômeno, a experiência de confinamento em um *reality show*. Desta forma, as análises tiveram como foco os acontecimentos dentro do jogo, sem considerar os comportamentos dos participantes fora do programa, em suas vidas cotidianas.

No tocante aos procedimentos, o estudo de caso realizado teve por foco os participantes do programa *Big Brother* Brasil, de uma edição específica, que delimitou três jogadores entre os dez últimos chamados “moradores da casa”, não havendo identificação por nome de participante em razão do sigilo e da ética em pesquisa. Ressalta-se que o artigo “o” que acompanha o substantivo “participante” foi utilizado como artigo neutro neste estudo, para não identificação, não caracterizando, necessariamente, participantes do gênero masculino.

Para tal pesquisa, foi confeccionado e revisado um modelo de formulário para transcrição e análise sistemática dos comportamentos verbais e não verbais em cada episódio (Apêndice A) para que houvesse um padrão de investigação do problema da pesquisa. O modelo é composto por algumas informações do episódio, uma síntese do mesmo, seguido de análise dos participantes quanto às etapas do ciclo do contato.

Por meio de material documental, as pesquisadoras operaram como juízas, analisando amostralmente os 10 primeiros episódios, em seguida os 10 episódios da metade da edição e, por fim, os 10 últimos episódios, sendo essa amostra significativa da edição. A escolha por essa análise amostral dos episódios iniciais, intermediários e finais deu-se para, na impossibilidade de recurso de tempo para a análise integral da edição, redução de viés da seleção de episódios, permitindo observar o ciclo do contato de modo tanto contínuo quanto em saltos de que dessem a ideia do todo.

Cada juíza observou e analisou os mesmos três participantes escolhidos ao estudo e em um grupo de 10 episódios. A medida em que uma pesquisadora analisou determinado grupo de episódios, ocorreu uma discussão entre as três pesquisadoras sobre todas as análises do estudo produzido para que houvesse um consenso nos resultados obtidos.

Sobre os três participantes analisados nos episódios, estes se configuraram como “figura” na análise, enquanto os demais permaneceram como “fundo”.²

4 - RESULTADOS E ANÁLISE DOS RESULTADOS

Com base nas Fichas de Análise dos Episódios (cujo modelo se encontra em Apêndice A) em que constam as análises, episódio a episódio, participante a participante, tais dados foram organizados identificando a ocorrência de bloqueios e fatores de cura no ciclo do contato. Também vale ressaltar, mais uma vez que, estas análises não consideraram o comportamento de cada participante no seu dia a dia, e sim em uma realidade, como jogadores do programa, que tem como objetivo final, ganhar um prêmio milionário.

Para melhor compreensão das análises dos resultados, estas foram sintetizadas no Quadro 1 a seguir.

Quadro 1: Mapa do Ciclo do Contato no Episódio BBB analisado

Ciclo do Contato	Dessensibilização	Sensação	Deflexão	Awareness	Introjeção	Mobilização	Projeção	Ação	Proflexão	Interação	Retroflexão	Contato Final	Egotismo	Satisfação	Confluência	Retirada	Fixação	Fluidez
1º participante																		
Episódios de Início								x									x	x
Episódios intermediários				x		x		x									x	x
Episódios finais				x		x		x						x			x	x
Total parcial				2		2		3						1			3	3
2º Participante																		
Episódios de Início			x										x					
Episódios intermediários				x										x				
Episódios finais				x				x						x				
Total parcial			1	2				1					1	2				
3º participante																		
Episódios de Início			x											x			x	x
Episódios intermediários				x										x			x	
Episódios finais				x				x						x				x
Total parcial			1	2				1						3			2	1
TOTAL			2	6		2		5					1	6		5	2	4

² “[...] *princípio de figura/fundo*: percebemos totalidades e, dependendo das circunstâncias, algo se destaca, torna-se mais proeminente, fica em primeiro plano – a figura – enquanto o restante permanece em segundo plano – o fundo” (FRAZÃO; FUKUMITSU, 2013, p. 102)

LEGENDA:	
	Bloqueio de Contato
	Fator de Cura

Conforme Quadro 1, observam-se 2 ocorrências do bloqueio de contato deflexão, 6 ocorrências do fator de cura *awareness*, 2 ocorrências do fator de cura mobilização, 5 ocorrências do fator de cura ação, 1 ocorrência do bloqueio de contato egotismo, 6 ocorrências do fator de cura satisfação, 5

ocorrências do fator de cura retirada, 2 ocorrências do bloqueio de contato fixação e 4 ocorrências do fator de cura fluidez.

Assim, foi observado que a maior incidência foi de *awareness*, satisfação, ação e retirada, sendo estes, fatores de cura.

4.1 – 1º participante analisado (Quadro 1)

4.1.1 – Participante 1 nos dez episódios iniciais analisados

Após análises feitas, dos 10 primeiros episódios, foi percebido que o 1º participante iniciou o programa sem um bloqueio de contato aparente, trazendo comportamentos característicos de determinados fatores de cura.

De primeira mão, o participante se mostra observador e analista ao restante da casa, não se delimita a trocas sociais, pelo contrário, se mostra divertido e aberto às relações que aparecem.

O fator de cura chamado **ação** se faz presente pela postura marcante em ser responsável, pois compreende seu lugar no jogo e deixa bem evidente seu propósito na casa.

A **retirada**, é um outro fator de cura observado, pois o participante tem consciência da sua posição tanto individual quanto coletiva. O participante demonstra respeito a suas ideias individuais em um momento em que é exposto a uma roda de conversa coletiva e decide não fazer parte pelas suas crenças criadas em cima do autor do ato.

Ademais, a **fluidez** é percebida pelo estilo fluido que se dá pelas coisas e acontecimentos. O jogador esteve participativo à novas possibilidades, explorando todo o campo dinâmico do jogo. Isso se torna bastante característico nas provas em que é submetido e em momentos de descontração. Um exemplo disto é o seu destaque nas festas, pois está sempre se divertindo e dançando, aproveitando todas as festas até o final. No decorrer dos episódios o jogador está sempre trocando com outros, conversando e fazendo brincadeiras de modo livre e espontâneo.

4.1.2 – Participante 1 nos dez episódios intermediários analisados

Foi possível perceber uma estabilidade durante o percorrer dos episódios intermediários. O jogador manteve a postura antes concluída pelas juízas.

Nesse estágio, outros fatores de cura foram notados, como a *awareness*, através de uma dinâmica específica que ocorreu no jogo. A percepção do jogador se amplia em relação aos seus aliados que se desalinham com sua noção de parceria, quando não é incluído como prioridade. Isso

se caracteriza fortemente como o ato de perceber o ambiente, seus sentimentos sobre o outro, de si mesmo e evidencia a falta de reciprocidade.

Essa tomada de consciência logo, conduziu o participante a outro fator de cura, a **mobilização**. Onde ocorreu uma movimentação que demonstrou, com mais clareza, as suas opiniões e escolhas dentro do jogo, que nem sempre iam ao encontro com as ideias daqueles que estão ao seu redor. Desta forma, o participante priorizou suas escolhas individuais mais do que as escolhas coletivas do grupo que estava inserido.

4.1.3 – Participante 1 nos dez episódios finais analisados

Nos dez últimos episódios analisados, o participante apresentou estabilidade no decorrer do programa, o que, aparentemente, contribuiu para o seu desempenho no jogo.

Nesse bloco de episódios, aconteceram poucos conflitos entre os participantes, o que propiciou ao jogador evidenciar, mais ainda, os fatores de cura já apresentados anteriormente.

Em determinado momento, o jogador relembra e comenta sobre o acontecimento relatado na análise do bloco de episódios intermediários. Trouxe sua leitura a respeito do fato e revelou como se sentiu e como agiu para mudar o ambiente e a si próprio.

Confirmando, assim, a análise das pesquisadoras com relação à realização de um fator de cura, a **mobilização**.

Até determinado episódio o participante permanece focado no jogo, se frustrando em uma prova específica que havia se preparado o programa inteiro para ganhar, mas acaba perdendo. Após atingir seu objetivo dentro do programa, a descontração, que sempre foi uma característica presente no jogador, se sobressaiu mais do que o seu foco no jogo, o mostrando de forma mais leve e passando a sensação de dever cumprido.

Demonstra significativamente o fator de cura **satisfação** quando a maior parte do tempo troca com os competidores restantes de forma intensa, se descreve em gratidão pela companhia, abraçando os demais e realizado pelo momento em que vive em conjunto com os outros participantes.

4.2 – 2ª participante analisado (Quadro 1)

4.2.1 – Participante 2 nos dez episódios iniciais analisados

Através das análises feitas, dos dez primeiros episódios, percebeu-se que o 2º participante

percorreu por alguns tipos de bloqueio de contato.

Inicialmente, demonstrou o bloqueio de contato chamado **deflexão**, pois após sua entrada na casa, foi observado o seu isolamento do restante dos jogadores, evitando o aprofundamento das relações. Ao longo dos dias, seu comportamento foi bastante comentado em razão de causar um certo incômodo em alguns participantes.

Sendo sempre muito observador, introspectivo e pouco comunicativo, o jogador obteve pouca presença nos primeiros episódios. Em determinado momento do jogo, se envolveu em um conflito com outro participante que se incomodava com as características citadas acima.

Ao decorrer dos episódios analisados, o participante se encaixou no bloqueio de contato chamado **egotismo**, pois apresentava um grande comportamento de não tomar iniciativa para se aproximar das pessoas ao seu redor, esperando que o outro tivesse esta ação, porém se o mesmo não a fizesse, ele também, aparentemente, não se afetava com isso. Tentava controlar os fenômenos que apareciam no desenrolar do jogo, se colocado como prioridade no ambiente em que vivia, enquanto confinado na casa.

Ao final dos 10 primeiros episódios analisados, é observado que o jogador inicia um primeiro passo de fator de cura, a **satisfação**. Realiza um movimento contrário à sua zona de conforto, saindo da introspecção e pouca atitude para uma iniciativa de interação com os outros através de uma roda de conversa.

4.2.2 – Participante 2 nos dez episódios intermediários analisados

Dando prosseguimento aos episódios, a **awareness**, enquanto fator de cura, aparece como uma nova movimentação do jogador quando ele passa a perceber e a olhar para o outro. Sendo isto observado, principalmente, em um momento em que o participante analisa a relação entre outros dois jogadores, expondo sua opinião para um deles.

Por um outro lado, é notório que o participante se movimentou em ações sutis, características de um possível fator de cura, **satisfação**, pois valorizou outras relações, saindo de um lugar individual para um coletivo, quando confessou fazer questão da permanência de um dos participantes na casa.

4.2.3 – Participante 2 nos dez episódios finais analisados

Nos 10 últimos episódios analisados, o jogador faz uma análise da sua trajetória, recordando os seus momentos ao longo do jogo. Ele confessa ter ficado mais introspectivo no início com a intenção

de observar os outros antes de se enturmar. Neste momento do jogo, o participante apresenta alguns fatores de cura que, aparentemente, foram conquistados ao longo do programa.

Diferente do que foi analisado nos episódios do meio, a *awareness*, enquanto fator de cura, aqui, é percebida, no jogador de forma recorrente e não mais em poucas movimentações. Quando ele realiza uma maior troca com o meio e com as suas relações no jogo, entendendo a sua posição no programa e demonstrando afetamento com isso.

O fator de cura **ação** aparece nestes últimos episódios quando o participante assume a responsabilidade diante das suas escolhas e ações dentro da casa. Em determinado momento, revela acreditar que fez tudo que deveria ter feito, mesmo tendo errado em algumas formas de se expressar, como em certas brigas, por exemplo.

A **satisfação**, como fator de cura, apareceu em pequenas movimentações nas análises do bloco de episódios intermediário. Já nas análises do bloco de episódios final, o mesmo fator de cura se manteve presente, porém de maneira mais evidente. Ficando bem claro com a valorização ocorrida do participante em relação aos demais jogadores. Ele percebe a importância dos outros para si. Confessa entender a necessidade de troca, tanto para o jogo, quanto para a sua satisfação pessoal.

4.3 – 3º participante analisado (Quadro 1)

4.3.1 – Participante 3 nos dez episódios iniciais analisados

Com base nas análises dos dez primeiros episódios, o participante apresentou o bloqueio de contato conhecido como **fixação**, a partir de comportamentos rígidos em relação ao jogo. Adaptou-se a um personagem a fim de evitar o contato, permanecendo estagnado em uma realidade fantasiosa até determinado momento do jogo.

Em conjunto, realizou **deflexão** como um mecanismo de defesa para evitar lidar com situações em que o jogo impõe e nega cognitivamente cenários impostos e vividos, agiu de forma superficial ao ambiente e sentimentos. Isso é facilmente percebido quando usa o humor para mascarar assuntos pertinentes ao jogo, não se comprometendo com as provas descartando qualquer responsabilidade competitiva.

É possível observar que o participante também realizou fatores de cura, como a **satisfação** e a **retirada**.

O participante demonstra a **satisfação** quando a troca com os outros jogadores é bem forte, nesse começo, não se desfazendo das relações.

Apesar das trocas estarem presentes, sabe reconhecer seu espaço e o do outro, setornando individual quando necessário e seguindo suas vontades, característica do fator de cura **retirada**.

4.3.2 – Participante 3 nos dez episódios intermediários analisados

Ao longo do segundo bloco de episódios analisados, foi perceptível a movimentação do participante para o fator de cura **awareness**, à medida que o jogo vai ganhando forma através das dinâmicas e das circunstâncias expostas.

O participante se apresenta mais envolvido com o acontecer do jogo, demonstrando maior interesse e desejo em ganhar as provas, com um leve comportamento competitivo. Em uma determinada prova até expressa um descontentamento por perdê-la.

O ponto alto desta **tomada de consciência** ocorre quando vivencia a experiência de ir e voltar de um paredão, pois neste momento, sentiu medo por correr o risco de ser eliminado do programa, acreditando que o resultado do paredão era definido pelo julgamento dos espectadores, simplesmente pelo o que cada participante é.

Uma de suas falas permite perceber o seu desejo em permanecer no jogo, pois, para ele, não teve tempo suficiente para mostrar quem era de verdade. Permanece com os fatores de cura apresentados anteriormente e também com o boqueio de contato **fixação**, pois troca um personagem por outro, permanecendo rígido à realidade fantasiosa que criou para si.

4.3.3 – Participante 3 nos dez episódios finais analisados

Nestes últimos dez episódios analisados, o jogador permaneceu com o fator de cura **awareness**. É possível percebê-lo totalmente em contato com a realidade em que se apresenta, dando-se conta de onde se encontra no jogo. Pontua diversas vezes sobre a "ficha" ter caído.

O jogador, nessa reta final, mais uma vez, também realiza o fator de cura **satisfação**. Durante os episódios, troca muito com os terceiros, agradece e pontua a importância que cada um tem. Se mostra grato por estar com aqueles que o cerca.

Diferente dos grupos de episódios anteriores, neste, o jogador demonstra mais as suas vulnerabilidades, expõe seus sentimentos, confessa seus medos e inseguranças. O que permite compreender tais movimentações enquanto fator de cura **fluidéz**.

Outro fator de cura também se apresenta nesse último bloco de episódios, a **ação**. É possível notar a responsabilidade em que age sobre as suas ações. Em um momento do jogo, o apresentador do programa faz um retrospecto da trajetória de cada participante, e o jogador analisado afirma que, ao se assistir, não sentiu orgulho por tudo o que fez e falou,

mas que fez o que deveria ter sido feito naquele momento, pois foi exatamente ele mesmo, e que aprendera com isso.

5 - CONCLUSÕES

Para compreensão de como ocorre o ciclo do contato, foi proposto este estudo para correlacioná-lo com uma realidade de confinamento em um *reality-show*. Determinados episódios foram analisados, tendo como foco principal os participantes previamente selecionados.

Após as análises dos episódios, foi possível acompanhar a trajetória e vivência dos participantes analisados na pesquisa, com base em seus processos experienciados no ciclo do contato.

Os dados obtidos apontam que os fatores do confinamento não foram impeditivos da ocorrência do fenômeno do ciclo do contato, confirmando a compreensão de Ribeiro (2021) de que o ciclo do contato ocorre em qualquer situação com atividade humana.

Através dos dados analisados percebeu-se que os participantes não seguiram um padrão ordenado das etapas do ciclo do contato. Os três jogadores realizaram etapas semelhantes e distintas em diversas situações. Não concluíram, necessariamente, todas as etapas que constituem o ciclo do contato, mesmo que vivenciando as mesmas circunstâncias provocadas pela competição, não sendo isso invalidador da configuração do ciclo do contato.

Os diferentes resultados que foram observados, podem ser interpretados devido à subjetividade de cada um, construída nas experiências vividas ao longo da sua existência, antes do confinamento do jogo. Isso ocorre pois, de acordo com as suas vivências, o sujeito tende a interpretar e a se adaptar ao mundo conforme a sua necessidade de autorregulação. Sendo este fenômeno, compreendido pela Gestalt-terapia como ajustamento criativo, conforme Frazão; Fukumitsu (2013).

Em síntese, o participante 1, se demonstrou potencialmente com maior domínio sobre o jogo. Foi marcante uma mesma postura em toda sua trajetória, de acordo com: falas, atitudes, opiniões, escolhas e principalmente, com a forma que passou o ciclo do contato, sinalizado apenas fatores de cura. O jogador, durante todos os episódios analisados, se manteve estável emocionalmente não necessitado de uma transição entre

contato e afastamento. Neste, é possível identificar que estar em contato com os elementos apresentados, foi um dos fatores que o prestigiou a chegar a final do programa.

No entanto, os demais analisados apresentaram bloqueios, sendo assim, os fatores de cura não se tornaram, isoladamente, um determinante para se estar na posição de finalista.

Apesar dos participantes 2 e 3 apontarem o mesmo bloqueio de contato, a deflexão, este, aconteceu

em contextos diferentes. O participante 2, demonstrou o bloqueio de contato em relação aos demais jogadores, enquanto que o participante 3, apresentou uma deflexão em relação ao jogo. O tempo de processo entre o bloqueio de contato e o fator de cura também foi diferente entre os participantes, não sendo possível afirmar-se um padrão entre eles. Esta ação foi mais lenta para o jogador 2, evidenciando a não obrigatoriedade de um determinado tempo entre um bloqueio e um fator de cura, conforme Ribeiro (2021). Concluindo os episódios, foi notória a transição dos três para seus respectivos fatores de cura, dentro do contexto de confinamento. Aos integrantes do jogo foram impostos lidar com seus conflitos, entrando em contato com as circunstâncias que apareciam e as resolvendo. No final do programa, todos estiveram apenas em fatores de cura, sendo isso indicativo de etapa do crescimento humano (RIBEIRO, 2021).

Estar confinado, pode contribuir para um fazer contato, ao exigir do sujeito a construção de relações com o outro, com o ambiente e até com ele mesmo. Isso pode ocorrer não só como uma forma de viver, mas também de sobreviver.

Ao tentar fugir de determinados conflitos, os participantes eram impedidos de ignorar ou se afastar por muito tempo das situações impostas, devido a obrigatoriedade de estar naquele ambiente, com aquelas pessoas, naquelas circunstâncias. Sem também a possibilidade de direcionar sua atenção para outro campo.

A pesquisa, neste contexto, possibilitou a visualização de como ocorre a transição entre etapas no Ciclo do Contato, além de trazer a contribuição da alta amplitude que é fazer contato com o que é vivenciado. A realidade possibilita fugas, estas que, em longos períodos sem interrupções, podem se tornar disfuncionais à saúde. No entanto, no jogo, os bloqueios foram usados como modo de defesa inicial, com aquilo que não era suportável no momento, demonstrando assim, a sua importância de estar presente em alguns processos.

Diante de tudo isso, pode-se perceber a necessidade de serem desenvolvidos mais estudos que abordem o conceito do ciclo do contato em diversos ambientes onde a vida humana acontece, a medida em que o fazer contato e afastamento contribui na construção de um sujeito saudável, levando em consideração todos os territórios existenciais que atravessam a realidade do indivíduo. Compreender como ocorre o ciclo do contato em cada um desses territórios permite a ampliação da autoconsciência do sujeito que vivencia, a integração de experiências, a percepção de si e de outros ao seu redor e, de suma, a responsabilidade pessoal.

Viver o aqui e o agora, possibilita o ser a experimentar os momentos de forma autêntica, já que faz parte do processo gestáltico a aceitação de sentimentos, sejam eles bons ou ruins. É por meio deste, que se encontra significado e conexão com a vida.

Através desse estudo foi possível visualizar a manutenção da saúde durante os processos. Estar em contato permitiu a todos os analisados a resolução de situações "problemas" e a manifestação da autorrealização, já que tudo o que foi imposto foi aceito e vivenciado.

6 - REFERÊNCIAS

BALDUINO, Naiara Valdelaine. **O Confinamento e suas novas formas de segregação espacial**, 2015 Disponível em: <http://www.eaic.uem.br/eaic2015/anais/artigos/105.pdf>. Acesso em: 02 nov. de 2022.

CEP/ENSP/FIOCRUZ Comitê de Ética em Pesquisa. Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca (ENSP/ Fiocruz). **Orientações sobre ética em pesquisa em ambientes virtuais**. Versão 1.0 / Comitê de Ética em Pesquisa. Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca (ENSP Fiocruz). Rio de Janeiro: ENSP/Fiocruz, 2020. 12 p. Disponível em: https://cep.ensp.fiocruz.br/sites/default/files/orientacoes_eticapesquisaambientevirtual.pdf. Acesso em: 10 jul. 2023.

DICIONÁRIO ONLINE DE PORTUGUÊS. **Isolamento**. Dicionário Online de Português, 2020. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/isolamento/>. Acesso em: 09 nov. de 2022a.

DICIONÁRIO ONLINE DE PORTUGUÊS. **Confinamento**. Dicionário Online de Português, 2020. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/confinamento/>. Acesso em: 09 nov. de 2022b.

FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima [organizadoras]. **Gestalt-terapia: Fundamentos epistemológicos e influências filosóficas**. São Paulo: Summus, 2013.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002.

GLOBOPLAY. **Big Brother Brasil**. Globoplay, 2023. Disponível em: <https://globoplay.globo.com/v/11562787/?s=0s>. Acesso em: 02 de jul. de 2023.

MATEUS, Samuel. **Reality-show - uma análise de Gênero**. Academia, 2012. Disponível em: https://digituma.uma.pt/bitstream/10400.13/2907/1/Reality_Show_uma_analise_de_generoSamuelMateus.pdf. Acesso em: 12 de nov. de 2022.

MINAYO, M. C. de S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 10. ed. São Paulo: Hucitec, 2007.

PINTO, Ênio Brito. **Elementos para uma compreensão diagnóstica em psicoterapia: o ciclo do contato e os modos de ser**. São Paulo: Summus, 2015.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **O Ciclo do Contato: temas básicos na abordagem gestáltica**. 9ª Edição. São Paulo: Summus, 2021.

RICHARDSON, R. J. **Pesquisa Social - Métodos e Técnicas**. 3ª edição. São Paulo: Atlas, 2008. 334 p. SAÚDE. Conselho Nacional de. **Resolução CNS N° 466, de 12 de dez. de 2012**.

Disponível em:

<https://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>. Acesso em: 14 de novembro de 2022.

SAÚDE. Conselho Nacional de. **Resolução CNS N° 510, de 7 de abril de 2016**. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2016/res0510_07_04_2016.html. Acesso em: 14 de nov. de 2022.

SILVA, Valdeci Gonçalves da. **O Big Brother Brasil e o sexo dos anjos**. Psicologia.pt, 2008. Disponível em: https://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo.php?codigo=A0437. Acesso em: 12 de nov. de 2022.

SOUSA, Daniel. **Análise das Estratégias de Convergências Midiáticas utilizadas pelo Reality Show Big Brother Brasil**. 2021. Disponível em: A0437.pdf (psicologia.pt). Acesso em: 15 de nov. de 2022.

UFF - UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE. **Relacionamentos Interpessoais em tempos de confinamento: dicas para lidar com conflitos**. Universidade Federal Fluminense, 2020. Disponível em: <https://www.uff.br/?q=relacionamentos-interpessoais-em-tempos-de-confinamento-dicas-para-lidar-com-conflitos#:~:text=Procure%20entender%20as%20necessidades%20e,conflito%20como%20sendo%20sempre%20negativo>. Acesso em: 10 de jul. de 2023.

7 - APÊNDICE A

ANÁLISE DE PARTICIPANTES POR EPISÓDIO

Número da análise: _____

Tempo de duração: _____

Síntese:

1ª participante:

2ª participante:

3ª participante:
