

A EQUAÇÃO DO PROCESSO DA PSICOTERAPIA

**O LEGADO DE
CARL ROGERS**
2ª temporada - Outras Obras Básicas
Uma série de reflexões sobre as
obras de Carl Rogers

Episódio 4
**Entre sementes
e árvores**
Os seis artigos seminais de
Carl Rogers

Com

- Vera Alves
- Edson Bezerra
- Iago Araújo
- Paulo Castelo Branco

Sexta e sábado
05 e 06/11
18:00h e 09:00h

sim Espaço John Wood
ESTUDOS E PESQUISAS NA
ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA



PROFA. DRA. VERA ALVES

NOVEMBRO DE 2021.

O LEGADO DE CARL ROGERS – Segunda temporada – Episódio 4 "Entre sementes e árvores" – Os seis artigos seminais de Carl Rogers

sim
Espaço John Wood
ESTUDOS E PESQUISAS NA
ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

ROGERS, C. A equação do processo de psicoterapia.

In WOOD et al. *Abordagem Centrada na Pessoa*.

Vitória: EDUFES, 2008, p. 93-116. Tradução de

ROGERS, C. The process equation of psychotherapy.

American Journal of Psychotherapy, vol.15, n.1, p.

27-46, 1961.

 POR QUE EU, A TRATAR DESTE TEXTO AQUI?

 TRIO DE TEXTOS SOBRE O PROCESSO PSICOTERÁPICO

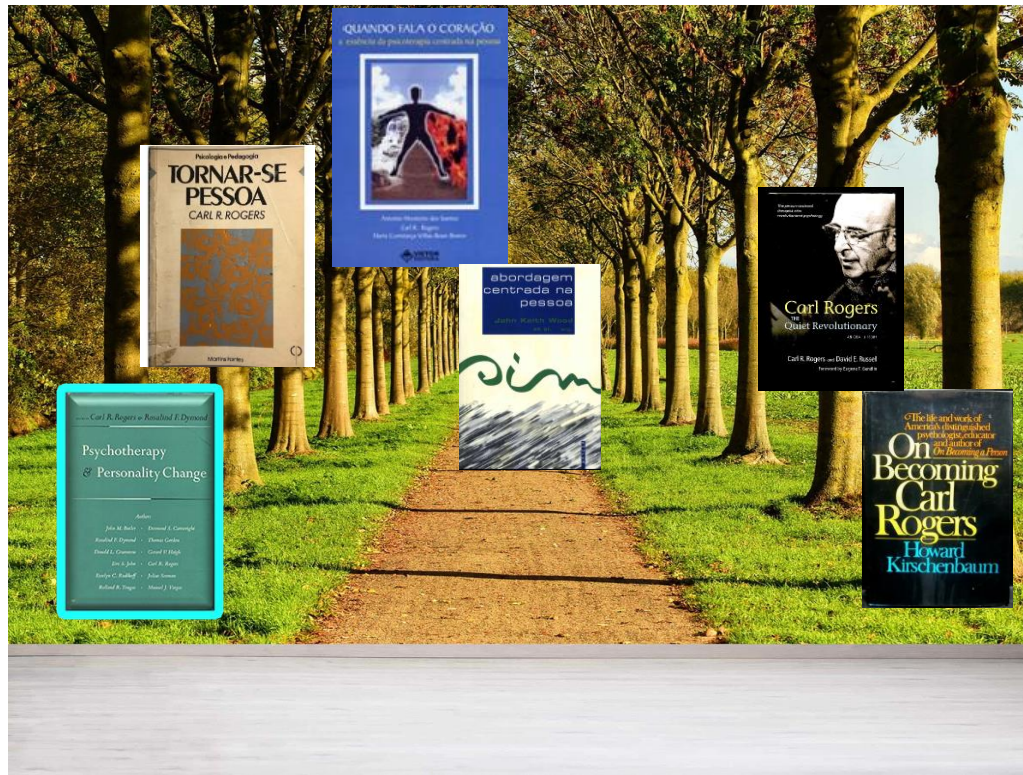
A equação do processo de psicoterapia - 1961 (publicado no Brasil desde 1994 no livro organizado por Wood et al).

A psicoterapia considerada como um processo - 1957 (publicado no livro Tornar-se Pessoa, original de 1961).

A essência da psicoterapia: momentos de movimento - 1956 (publicado no Brasil desde 1987 no livro Quando fala o coração).

O LEGADO DE CARL ROGERS – Segunda temporada – Episódio 4 “Entre sementes e árvores” – Os seis artigos seminais de Carl Rogers

DIÁLOGO DESTES 3 TEXTOS COM PSYCHOTHERAPY AND PERSONALITY CHANGE – 1954 e +



“Gostaria que me acompanhassem numa viagem de exploração”
(Plagiando Rogers, 1985, p.108).

O LEGADO DE CARL ROGERS – Segunda temporada – Episódio 4 “Entre sementes e árvores” – Os seis artigos seminais de Carl Rogers



O LEGADO DE CARL ROGERS – Segunda temporada – Episódio 4 "Entre sementes e árvores" – Os seis artigos seminais de Carl Rogers

USOS DO ARTIGO:

Crítica principalmente aos usos de **A psicoterapia considerada como um processo** – Tornar-se Pessoa.

Intitulado "vulgarmente" como "As fases do processo.

Utilizado no relatório final de atendimento dos alunos do final da graduação. Com o pedido para numerar a fase em que se encontrava o cliente atendido.



CONSIDERO:

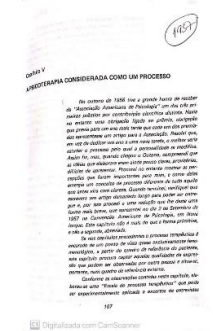
0 A equação do processo de psicoterapia

(De 1961 publicado no Brasil desde 1994 no livro organizado por Wood et al).



0 A psicoterapia considerada como um processo

(De 1957 publicado no livro Tornar-se Pessoa, original de 1961)



SÃO DUAS VERSÕES DO MESMO TEXTO

O LEGADO DE CARL ROGERS – Segunda temporada – Episódio 4 "Entre sementes e árvores" – Os seis artigos seminais de Carl Rogers

PORQUE DUAS VERSÕES DO MESMO TEXTO?

Rogers refere na introdução o capítulo **A psicoterapia considerada como um processo**, como um texto longo que não se adequaria a ser publicado como artigo como foi pedido, ao ser premiado pela APA.

O artigo publicado em 1961 sob a alcunha de **A equação do processo de psicoterapia** é então a versão reduzida, no formato de artigo. É a versão do “longo” capítulo publicado em 1957.

Eu os considero duas versões de um mesmo texto! Serão? Eu os vejo deste modo.



Inserção de **A essência da psicoterapia: momentos de**

Movimento (De - 1956 publicado no Brasil desde 1987 no livro

Quando fala o coração). POR QUE?

No capítulo **A psicoterapia considerada como um processo**, Rogers faz menção a importância dada pelo cliente à exatidão da simbolização e aponta que havia reconhecido o valor dos **Momentos dinâmicos**. Movimentos em que se manifesta uma mudança.

Se assim não foi, assim é minha narrativa.



O LEGADO DE CARL ROGERS – Segunda temporada – Episódio 4 "Entre sementes e árvores" – Os seis artigos seminais de Carl Rogers

sim
Espaço John Wood
ESTUDOS E PESQUISAS NA
ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

CONTEXTO

De onde surgem estes textos?

No capítulo *A psicoterapia considerada como um processo* aponta que para o artigo solicitado (*A equação do processo de psicoterapia*) Rogers diz que decidiu não se dedicar a uma nova tarefa.

PORQUE TRATAR DA MUDANÇA DE PERSONALIDADE NÃO SERIA TAREFA NOVA?

Ele não explica e ainda refere que:

"emergia um conceito de processo diferente de tudo aquilo que antes vira com clareza" (1985, p. 107). [sobre processo]

Minha resposta:

Por conta da obra de 1954 *Psychotherapy and personality change*.

Obra redigida, a partir de suas pesquisas com um grupo de pesquisadores na Universidade de Chicago.

Período em que ele estava em Chicago (1945-1957).

A obra faz parte do que Kirschenbaum nomeia como *a segunda metade dos Anos Chicago* (1945-1951 e 1951-1957) = Caracterizada pela apresentação do conceito de congruência e de consideração positiva incondicional.

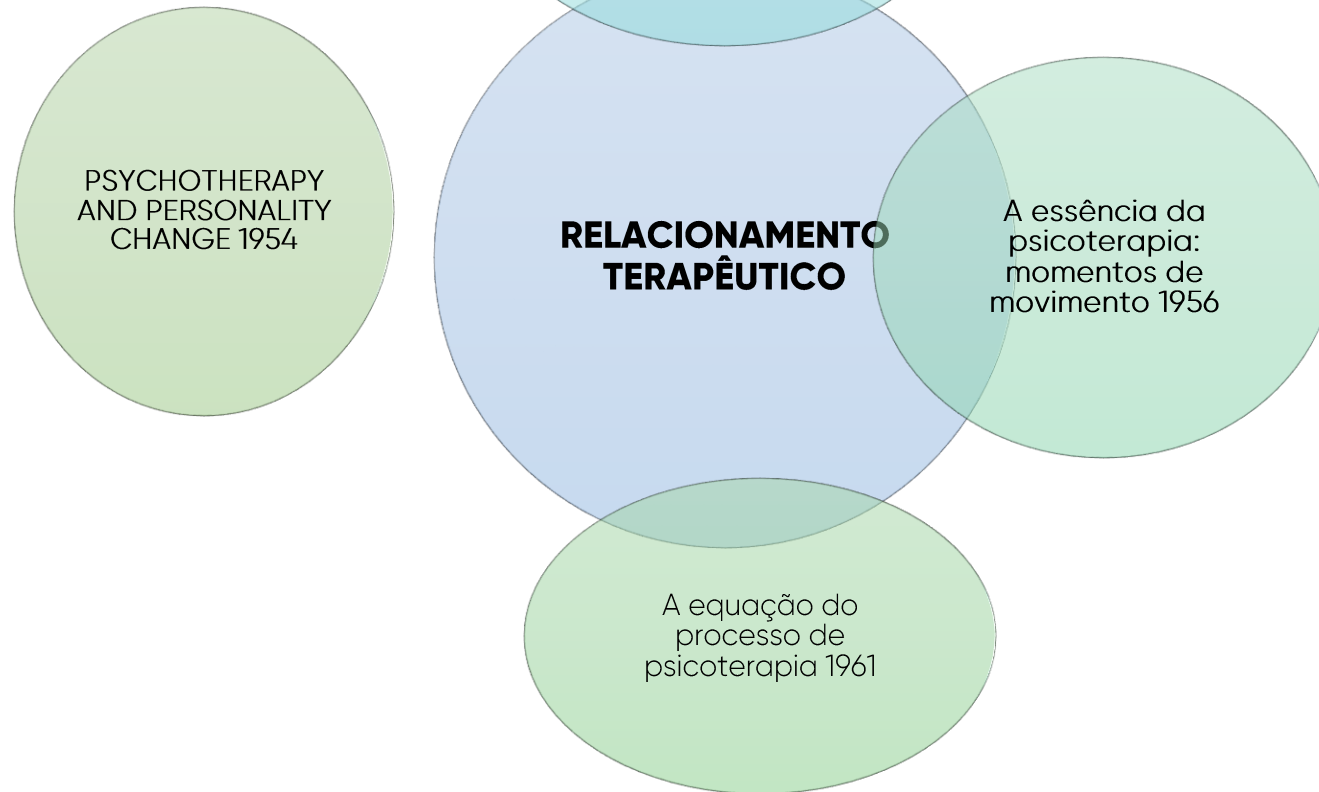
E assim Rogers "solidifica sua concepção do papel do terapeuta" (Kirschenbaum, 1979, p. 200).

Para retomar:

A **psicoterapia considerada como um processo** é de 1957 e está publicado no livro Tornar-se Pessoa de 1961

A **equação do processo de psicoterapia** é de 1961. (publicado no Brasil desde 1994 no livro organizado por Wood et al).

A **essência da psicoterapia: momentos de movimento** é de 1956 (publicado no Brasil desde 1987 no livro Quando fala o coração)



O LEGADO DE CARL ROGERS – Segunda temporada – Episódio 4 “Entre sementes e árvores” – Os seis artigos seminais de Carl Rogers

RELACIONAMENTO:

PSYCHOTHERAPY AND PERSONALITY CHANGE - 1954

- A capacidade [do indivíduo para compreender o vivido e se reorganizar] será liberada, e a terapia ou o crescimento pessoal será mais facilitado, quando o terapeuta puder criar um clima psicológico caracterizado por a) genuína aceitação do cliente como uma pessoa de valor incondicional; b) uma contínua e sensível tentativa para compreender os sentimentos e comunicações do cliente, como parecem ao cliente, sem qualquer esforço para diagnosticar ou alterar tais sentimentos; e c) uma contínua tentativa de comunicar de alguma forma sua compreensão empática do cliente
- Em tal atmosfera psicológica de aceitação, compreensão e não ameaça, o cliente irá se organizar tanto no nível consciente e no profundo de sua personalidade de tal forma a lidar com a vida mais construtivamente, de forma inteligente, e de modo mais socializado, bem como mais satisfatório. Não há congruência e nem aceitação incondicional positiva, mas sim aceitação.

A essência da psicoterapia: momentos de movimento – 1956

O relacionamento é considerado crucial para a terapia. Para o terapeuta porque “a qualidade da relação é um elemento que ele pode influenciar diretamente” (pg. 15).

Rogers se pergunta:

“É possível, na interação rica do relacionamento psicoterapêutico, discernir algum elemento crucial ou essencial para o qual todo o resto dessa experiência seja subsidiária?”

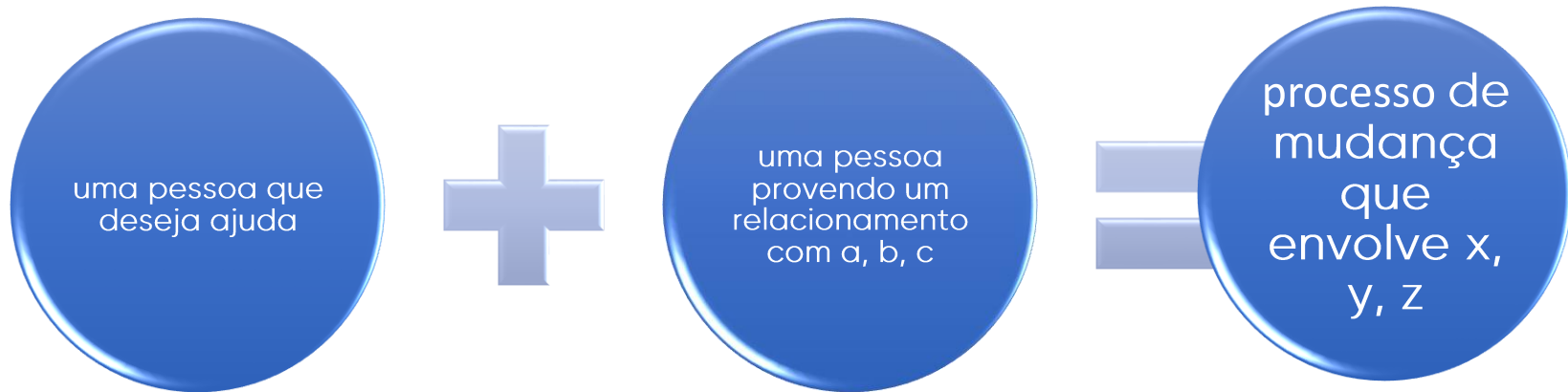
“quando penso em psicoterapia como mudança de personalidade e pergunto a mim mesmo se existe ou não algum elemento crucial ou essencial para tal mudança, me pego dando uma resposta diferente”.

A psicoterapia considerada como um processo – 1957

Rogers diz que para teorizar o processo da modificação da personalidade em psicoterapia tem que aceitar um “conjunto ótimo de condições constantes que facilitem esta modificação” (Rogers, 1985, p.112). O conjunto ótimo ele refere como o redigido em Condições necessárias e suficientes.

Ele enfatiza que é a experiência que o cliente faz da aceitação e da empatia do terapeuta que otimiza o processo e não apenas a presença no terapeuta.

A equação do processo de psicoterapia - 1961



Rogers inicia mostrando estudos que provam a eficácia do relacionamento para o processo psicoterápico.

- Estudo de Halkides que indica que atitudes do terapeuta de compreensão empática, consideração positiva incondicional e congruência presentes em alto grau se correlacionam com os casos bem-sucedidos.
- Estudo de Barrett-Lennard que estudou como os clientes percebiam o relacionamento. Terapeuta com alto grau destas atitudes tem correlação com bons resultados da terapia.

Na explicitação sobre a equação Rogers, enfatiza:

a percepção do cliente sobre as atitudes do terapeuta, como uma melhor formulação para esta equação. "quanto mais o cliente percebe..."

A GUIA DE CONCLU...COMPREENSÕES:

O estudo do processo sempre considerou o relacionamento terapêutico.

Em **PSYCHOTHERAPY AND PERSONALITY CHANGE - 1954**

as atitudes não estavam definidas como se fizeram depois, mas há ali uma concepção de processo em que terapeuta é responsável pelo clima facilitador.

Em **A psicoterapia considerada como um processo - 1957 e A equação do processo de psicoterapia - 1961**

as atitudes estão presentes e Rogers indica que o cliente deve perceber o terapeuta como facilitador e não apenas que o terapeuta expresse tais atitudes.

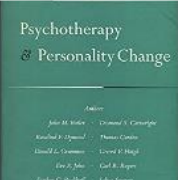
Em **A essência da psicoterapia: momentos de movimento – 1956**

Rogers considera o relacionamento crucial, por ser aspecto sob controle do terapeuta, mas procura outros elementos para referendar a mudança de personalidade....

Será que ele indica que o relacionamento facilitador não basta para compreender o processo?

Será que ele quer ir além, ou seja, quer transitar “essencialmente” pelo cliente, perscrutar suas entranhas?

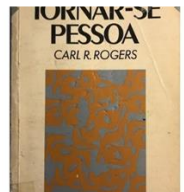
Não me parecem excludentes.



1954

- Mudanças no conceito de self e self ideal
- Mudanças na consciência de si
- Mudanças quanto a maturidade do comportamento
- Mudanças nas atitudes para com os outros

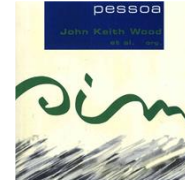
O CLIENTE COMEÇA COM UMA DISCUSSÃO INTELLECTUAL E SE MOVE NA DIREÇÃO DE UMA EXPLORAÇÃO DE SI E NA EXPERIENCIAÇÃO DE SUAS REAIS REAÇÕES ORGANISMICAS ÀS SITUAÇÕES



1957

- Mudanças na comunicação pessoal
- Mudanças nos sentimentos e significados
- Mudanças nos construtos pessoais
- Mudanças nos relacionamentos
- Mudanças na comunicação interna
- Mudança na consciência de si
- Mudança na forma de experienciar
- Mudança na relação com seus problemas

O INDIVÍDUO MODIFICOU-SE, MAS O QUE PARECE SER MAIS SIGNIFICATIVO É O FATO DE ELE TER SE TORNADO UM PROCESSO INTEGRADO DE TRANSFORMAÇÃO



1961

- Mudanças em relação aos sentimentos
- Mudanças na maneira de experienciar
- Mudanças nos construtos pessoais
- Mudanças na comunicação do self
- Mudanças em relação aos problemas
- Mudanças nas relações interpessoais
- QUANTO MAIS O CLIENTE PERCEBA O TERAPEUTA COMO REAL, GENUINO, EMPÁTICO, MANIFESTANDO UMA CONSIDERAÇÃO INCONDICIONAL POR ELE, MAIS SE DISTANCIARÁ DE UM TIPO DE FUNCIONAMENTO ESTÁTICO, SEM SENTIMENTOS, FIXO, IMPESSOAL E MAIS SE APROXIMARÁ DE UM MODO DE FUNCIONAMENTO CARACTERIZADO PELA EXPERIÊNCIA FLUIDA, MUTÁVEL E ACEITADORA DOS SENTIMENTOS PESSOAIS DIFERENCIADOS



O LEGADO DE CARL ROGERS – Segunda temporada – Episódio 4 "Entre sementes e árvores" – Os seis artigos seminais de Carl Rogers

1956



- Unidade de mudança = momentos de movimento (ocorrendo numa linha reta ou em conjunto ou com longos intervalos). Com 4 elementos qualidades psicológicas:
 - 1)Experienciar – não é pensamento, é uma experiência
 - 2)Vivência sem barreiras
 - 3)Vivência repetida no passado, mas não completamente vivenciada
 - 4)Aceitação desta vivência

É UM RECONHECIMENTO REPOUSANTE DE QUE VIVER UMA EXPERIÊNCIA COMO ELA É CONSTITUI UMA MANEIRA MAIS SATISFATÓRIA DE ENTRAR EM CONTATO COM A VIDA DO QUE NEGÁ-LA OU DISTORCÊ-LA. É UM MOMENTO DE AUTOACEITAÇÃO, BEM COMO DE INTEGRAÇÃO

COMO A EQUAÇÃO OCORRE SUBJETIVAMENTE EM AMBOS, terapeuta e cliente:



Rogers finaliza o texto mostrando o caminho pelo qual passa o terapeuta no atendimento. Do medo do cliente, de suas profundezas, ao interesse em conhecê-lo, senti-lo, de mostrar que o compreende ao trânsito por um desejo de acompanhar este cliente, de se mostrar aberto e transparente. "Não tenho necessidade de estar apreensivo se meus próprios sentimentos estão sendo 'terapêuticos'".

O que eu [terapeuta] sou e o que sinto formarão uma base suficientemente segura para a terapia, caso no relacionamento com o cliente eu chegue a ser transparentemente o que sou e o que sinto. Então, talvez ele possa ser o que é, abertamente e sem medo" (Rogers, 1961 in Wood et al, 2008, p. 112).

Entendo que o processo terapêutico para Rogers

Sempre foi compreendido/teorizado como demandando um bom relacionamento terapêutico.

Os aspectos que ele evidencia de mudança no cliente sempre se mantiveram praticamente os mesmos.

Contudo, a importância da experienciação que ele insere (refletindo sobre esse conjunto de textos) já em 1956, alcança no artigo em questão **A equação do processo de psicoterapia – 1961** a relevância da experienciação para os dois participantes do processo: Cliente e terapeuta.

PERCORRI O CAMINHO SÓ PELOS ANOS CHICAGO

O QUE O LIVRO

The therapeutic relationship and its impact: A study of psychotherapy with schizophrenics

PODE NOS REVELAR?

O LEGADO DE CARL ROGERS – Segunda temporada – Episódio 4 "Entre sementes e árvores" – Os seis artigos seminais de Carl Rogers

REFERÊNCIAS

KIRSCHENBAUM, H. On becoming Carl Rogers. New York: Delacorte Press, 1979.

ROGERS, C.; DYMOND, R. Psychotherapy and Personality Change. Chicago: The University of Chicago Press, 1978 (original de 1954).

ROGERS, C. **Tornar-se Pessoa**. São Paulo: Martins Fontes, 1985.

ROGERS, C.; Russell, D. Carl Rogers: The quiet revolutionary. California: Penmarin Books, 2002.

ROGERS, C. A essência ad psicoterapia: Momentos de Movimento. In SANTOS, A.; ROGERS, C.; BOWEN, M. **Quando fala o coração**. São Paulo: Vetor, 2004.

ROGERS, C. A equação do processo de psicoterapia. In WOOD et al. **Abordagem Centrada na Pessoa**. Vitória: EDUFES, 2008, p. 93-116.