



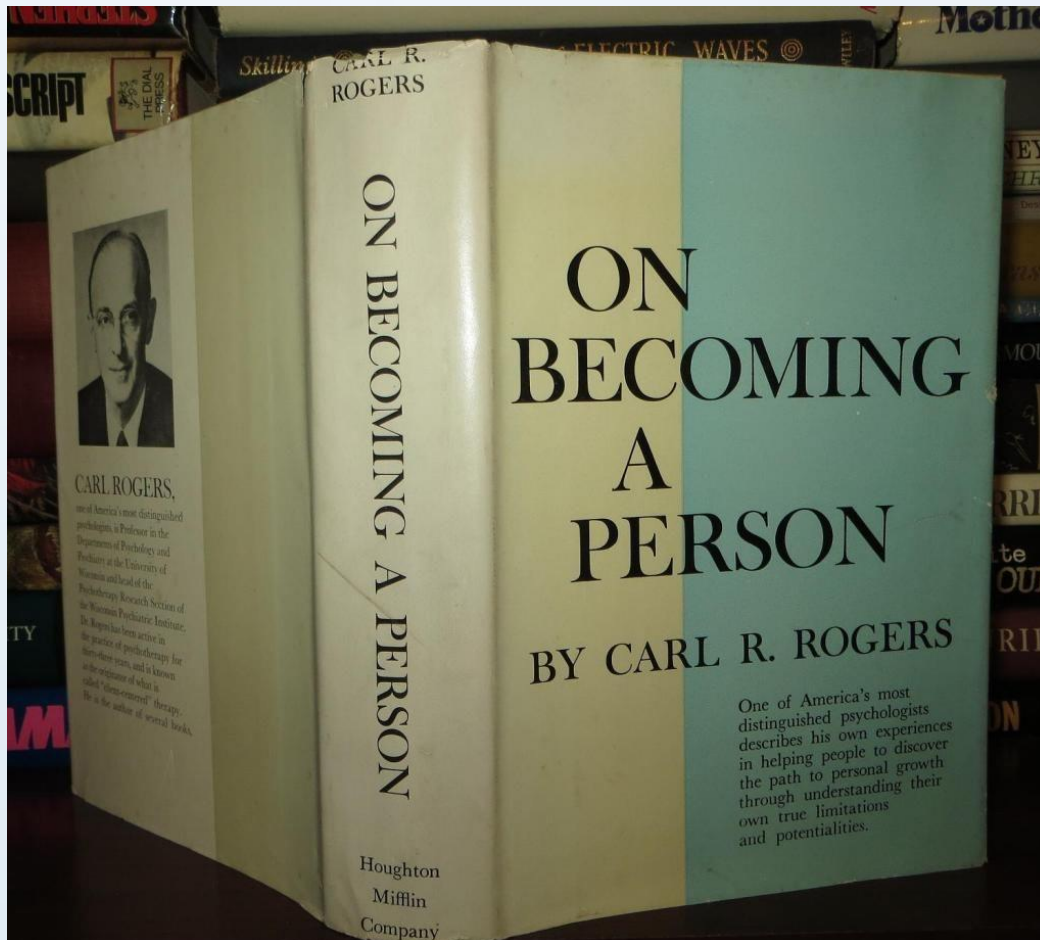
# Tornar-se um(a) psicoterapeuta centrado(a) na pessoa

Reflexões a partir dos apontamentos  
rogerianos

**Msc. Edson Bezerra** (CRP 22/01555)

Psicólogo, Psicoterapeuta, Graduado em Filosofia e Coordenador do Curso de Especialização em ACP da Faculdade Inspirar de São Luís e do Instituto Pessoas

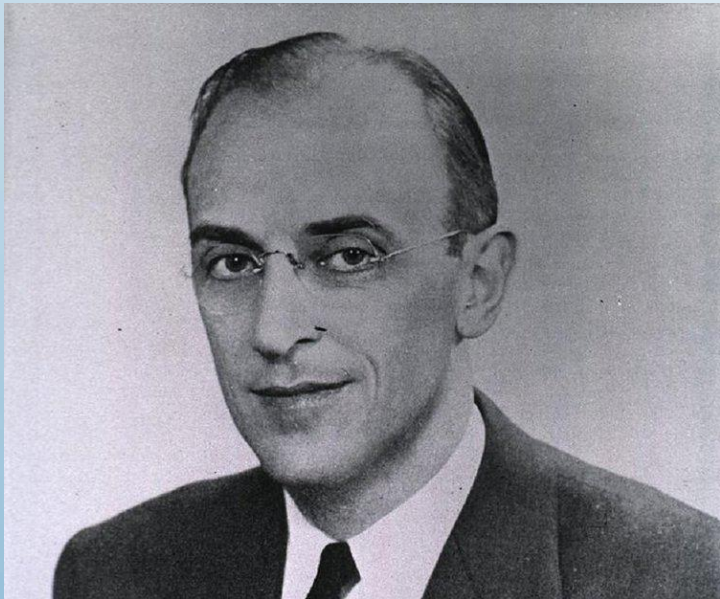
# Tornar-se um(a) psicoterapeuta centrado(a) na pessoa



- Algumas hipóteses com relação à facilitação de crescimento pessoal (1954)
- As características de uma relação de ajuda (1958)
- O que sabemos da psicoterapia – objetiva e subjetivamente (1960)



# Algumas hipóteses com relação à facilitação de crescimento pessoal (1954)



## Algumas hipóteses com relação à facilitação de crescimento pessoal (1954)

- Condensação dos princípios fundamentais de psicoterapia;
- Foco: Facilitação de crescimento pessoal → Pessoa do(a) facilitador(a);
- Força e engajamento da pergunta básica (p.35);
- Exposição de uma jornada subjetiva como psicoterapeuta (p. 36);
- Novidade: caráter científico de abordagem do fenômeno psicoterápico (p. 36);





## Algumas hipóteses com relação à facilitação de crescimento pessoal (1954)

- Mudança na pergunta disparadora, a partir de sua jornada subjetiva (p. 36):
  - ✓ Importância da **confiança** na dimensão relacional;
  - ✓ Tira o foco da disfuncionalidade;
  - ✓ Generalização de sua aplicação;
- Aprendizagem negativa: Inutilidade do tom “professoral” (ensino) (p.37) → tentação (poder)/mudanças de curta duração;



## Algumas hipóteses com relação à facilitação de crescimento pessoal (1954)

- Mudança: Experiência em uma relação específica (p. 37);
- Tipo de relação → Relação facilitadora
  - ✓ Sobre autenticidade: Consciente, o mais que puder, dos próprios sentimentos + capacidade de expressá-los → *ser real*;
  - ✓ Sobre consideração positiva incondicional: aceitação, apreço, respeito; autovalia incondicional como uma pessoa separada (singular), vivenciando seus sentimentos à sua própria maneira;





## Algumas hipóteses com relação à facilitação de crescimento pessoal (1954)

- Tipo de relação → Relação facilitadora
  - ✓ Sobre empatia: Desejo contínuo de compreender; empatia sensível;
- Aceitação não significa muito até que esta envolva a compreensão;
- Processo de desconstrução dos juízos de valor moral (inclusive os diagnósticos) → contexto histórico-social → liberdade experiencial (p. 39);



## Algumas hipóteses com relação à facilitação de crescimento pessoal (1954)

- Indivíduo traz dentro de si [expressa] a capacidade e a tendência, latente se não evidente, para caminhar rumo à maturidade. Em um clima psicológico adequado [dependência], essa tendência é liberada, tornando-se real ao invés de potencial (p. 40):
  - ✓ O que é figura: o essencialismo (caráter estrutural explicativo; instância psíquica) ou o funcionalismo (caráter adaptativo, regulativo, situacional, dinâmico e maturativo)?





## Algumas hipóteses com relação à facilitação de crescimento pessoal (1954)

- Indivíduo traz dentro de si [expressa] a capacidade e a tendência, latente se não evidente, para caminhar rumo à maturidade. Em um clima psicológico adequado [dependência], essa tendência é liberada, tornando-se real ao invés de potencial (p. 40):
  - ✓ Capacidade, tendência, potencialidade ≠ Efetividade, realidade;



## Algumas hipóteses com relação à facilitação de crescimento pessoal (1954)

- Resultados (p. 41) → Funcionalismo!
  - ✓ Reorganização da personalidade;
  - ✓ Maior integração e efetividade;
  - ✓ Mudança perceptiva (compreensão, sentido, comportamento);
  - ✓ Mais maduro, mais adaptativo, mais apto a enfrentar situações de forma criativa (p. 41);
  - ✓ Baseado em evidências objetivas.





# As características de uma relação de ajuda(1958)



## As características de uma relação de ajuda(1958)

- Maior ênfase na **relação**;
- Dicotomia existente entre o objetivo e o subjetivo (p. 45) → Maior tensionamento → justaposição de dois universos, mesmo sem conseguir reconciliá-los plenamente (id.);
- Finalidade da relação de ajuda profissional: Facilitar o crescimento → Autonomia → Envolve implicações (que serão aprofundadas nas décadas seguintes);





## As características de uma relação de ajuda(1958)

- Características da relação de ajuda profissional (p. 51/58) são derivadas das pesquisas expostas (domínio das evidências científicas):
  - ✓ Atitudes e sentimentos – **personalidade** – do(a) terapeuta são mais importantes que sua orientação teórica;
  - ✓ A maneira *como* e *se* as atitudes e procedimentos do(a) terapeuta são *percebidos* pelo outro;



## As características de uma relação de ajuda(1958)

- Exemplo do problema da interpretação apressada dos textos rogerianos: apresentação da pesquisa de Verplanck, Greenspoon e outros (p. 52) → Estereótipo da prática clínica da abordagem;
- Adequação didática da estratégia dialética (sentido socrático): uso de perguntas e respostas;
- 1ª → Confiança na relação depende da autenticidade;





## As características de uma relação de ajuda(1958)

- 2ª → Sensivelmente consciente e aceitando os próprios sentimentos (processo interminável) é possível comunicar-se de modo claro;
- 3ª → Segurança em vivenciar atitudes positivas (proximidade entre personalidades) para com o outro → rompimento com a impessoalidade;
- 4ª → Autonomia pessoal para transitar em meio à experiência do outro (não me perder);



## As características de uma relação de ajuda(1958)

- 5ª → Maior segurança do(a) terapeuta favorece a maior autonomia do outro (garantia do lugar da diferença);
- 6ª → Compreensão de modo empático, sem viés avaliativo;
- 7ª → Aceitação incondicional → Condicionalidade como limites à relação → Limite da questão ética X Poder do especialista sobre o cliente (foco de Rogers) → Confirmado pela 8ª → comportamento do(a) terapeuta como ameaça (e com repercussões na 9ª e 10ª).





## As características de uma relação de ajuda(1958)

- 9ª → Relação livre de qualquer juízo de valor como capaz de libertar o outro do receio de ser julgado → Dimensão significativa de outras relações (familiares e sociais) não é levada em conta;
- 10ª → Confirmar o outro (Buber) permite perceber o outro em processo de tornar-se si mesmo → Restringe-se à dimensão do(a) terapeuta → Ausência do impacto sobre o modo como o outro se percebe → Presença de um limite para o(a) terapeuta que não é abordado.



## As características de uma relação de ajuda(1958)

- Quanto mais Rogers se aprofunda em aspectos da relação propriamente dita, como ocorre nas últimas questões, mais explicita seus limites quanto ao atravessamento das questões éticas, históricas e sociais presentes nas relações de ajuda profissional (e não tematizado por ele). Conseqüentemente, explicita limites ao(à) facilitador(a) e ao processo de facilitação, ou aponta para a insuficiência das condições necessárias à mudança terapêutica.





# O que sabemos da psicoterapia – objetiva e subjetivamente (1960)



## O que sabemos da psicoterapia – objetiva e subjetivamente (1960)

- Maior ênfase na dimensão subjetiva (experiential) e processualidade;
- Função da psicoterapia (p. 70): Espaço de facilitação do processo de atualização ( $\neq$  oferecer motivação para a ocorrência do processo de atualização);
- Conhecimento hesitante e incompleto de sua teoria, com tendência a ser modificado futuramente (p. 71): caráter científico da teoria da terapia de Rogers.
- Congruência: Não é alcançada em sua plena condição (p. 71);





## O que sabemos da psicoterapia – objetiva e subjetivamente (1960)

- Compreensão empática: vivência do outro apreendida “de dentro” X entendimento;
  - ✓ Raro: O comum é entender julgando (somos seres judicativos);
- Processualidade (p. 73-75): Síntese das fases do processo terapêutico (1957) → categorização (sentimentos e significações pessoais – modo de vivenciar – cognição);
- Imagem subjetiva: Abordar a questão por dentro (p. 77) → experiencialmente (influência da colaboração de Eugene Gendlin).

