

# **Tornar-se um cientista da pessoa: apontamentos rogerianos**

Dr. Paulo Coelho Castelo Branco

Docente do Departamento de Psicologia da UFC  
Docente do PPG em Psicologia da Saúde da UFBA  
Pós-Doutorando em Psicologia pela UFMG

# Objetivos da fala

- **Geral:** recortar uma exposição introdutória sobre o lado científico presente nos trabalhos de Rogers, expressos nos capítulos 11 e 12 da obra *Tornar-se Pessoa* (1961).
- **Específico 1:** indicar o conflito nomotético (cientista) e idiográfico (experencialista) em Rogers;
- **Específico 2:** explicar o delineamento quase-experimental para validar e fundamentar a terapia centrada no cliente.

**Pessoa ou ciência? Um problema filosófico (Rogers, 1961/1997).**

# Nomotético x Idiográfico (Figueiredo, 1991; Tavares, 2003)

- Tratam-se de visões de ciência e mundo;
- Norteiam as abordagens científicas na Psicologia;
- Matrizes nomotéticas do conhecimento: tendem a se vincular às ciências naturais e as abordagens quantitativas de pesquisa;
- Matrizes idiográficas do conhecimento: tendem a se vincular às ciências humanas e as abordagens qualitativas de pesquisa;
- Na Psicologia, elas podem comparecer de forma contrastante e paradoxal em um expoente.
- Essa tensão alimenta o avanço do conhecimento.

# Noção de nomotético

- Termo kantiano que significa tornar algo próprio em algo geral ou universal;
- Empenha-se em buscar extrair (deduzir) uma ordem natural na manifestação do fenômeno na natureza, independente do sujeito que vivencia esse fenômeno;
- Com base nisso, estabelece leis/formulas que explicam essa manifestação, independente do espaço, tempo e da vivência do cientista/profissional e do sujeito da experiência;
- Usa isso como uma orientação para proceder/intervir sobre o fenômeno.

# Noção de idiográfico

- Termo kantiano que significa enfatizar aquilo que é singular ou particular (idiosincrasia);
- Empenha-se em valorizar as dimensões singulares da manifestação do fenômeno, entendendo que naquele tempo e espaço ela ocorre de maneira única;
- Reconhece que a experiência de quem vive o fenômeno interfere em sua manifestação, pela dimensão dos sentidos, significados e juízos;
- Não busca estabelecer leis/formulas para obter explicações e generalizações, mas se foca em descrever essa manifestação indicando suas especificidades.
- Usa isso como uma orientação para compreender e interpretar o fenômeno em suas nuances vivenciais, históricas, culturais e sociais.

# Exemplo dessa tensão em Rogers (1961/1997)

- **Artigo publicado em 1955:** Pessoa (ser idiográfico) ou ciência (ser nomotético)? Um problema filosófico.
- **Problema:** como conciliar uma postura científica, que é objetiva busca extrair princípios da relação terapêutica e do processo de mudança de personalidade, com uma atitude clínica que se volta para considerar e compreender experiência (subjetiva) daquele cliente?
- **Exposição de uma trama em quatro atos:** protagonista 1 (“experencialista”); protagonista 2 (cientista); o conflito; uma possível conciliação.

# Ato 1: o “experencialista”

- Durante a sessão, o terapeuta se despe da formação teórica e prática para se abandonar na relação com o outro.
- Implica em um movimento pendular para um lugar de não-saber ante o outro e o que ele traz em suas idiossincrasias em relação ao seu sofrimento .
- A base do conhecimento reside na experiência imediata; numa busca por horizontalidade relacional; deixar o outro ser quem ele é e me permitir ser somente uma pessoa, e não um profissional, naquele momento.
- Foco na experiência (realidade) do outro e no que emerge dela na relação.

# Ato 2: o cientista

- Busca de explicação para o fenômeno, além de sua vivência: uso de teorias, diagnósticos e estudos advindos de outras fontes.
- Estabelece relações de causa-efeito, correlações entre comportamentos do cliente e elementos da relação que geram efeitos terapêuticos.
- Uso de hipóteses (predições), instrumentos (testes, avaliação psicológica) e técnicas (protocolos relacionais );
- Busca formulações provisórias e gerais das relações interpessoais baseadas em teorias e pesquisas sobre o comportamento humano. Há um movimento pendular para um lugar de saber.

# Ato 3: o conflito

<b>Questões do cientista</b>	<b>Questões do experientalista</b>
<p>Múltiplas realidades geram confusão e dispersão</p>	<p>O outro tem um realidade que lhe é própria e relevante, porque lhe faz sentido.</p>
<p>Abordagem vivencial dificulta aprendizagens e operacionalizações (técnicas) universais e gerais.</p>	<p>Abordar o outro como pessoa, e não objeto, implica em saber se a minha teoria, explicação hipótese diagnóstica, postura e trato fazem sentido ou não para ele. O foco maior está na relação e no que acontece nela.</p>
<p>Uma vez descoberta as causas de algo, pode-se prever os seus efeitos e seus elementos correlacionais. Isso ajuda a prevenir comportamentos de risco e a controlar suas emergências e reincidências.</p>	<p>Preocupa-se em não manipular/direcionar o outro naquilo que eu quero que ele seja, pense ou faça. O poder de decisão e orientação está no outro. Eu o acompanho demarcando a sua experiência.</p>
<p>Contudo, isso implica em um fechamento da experiência e de outras realidades, incorrendo em uma impaciência para buscar algo fora dessa universalidade.</p>	<p>Isso implica em uma maior abertura à experiência, naquilo que ela me apresenta e pode me deslocar do lugar de saber,</p>

# Ato final: uma proposta de conciliação

1. Atentar para os fatores experiências que geraram o meu interesse pelo objeto de estudo, tema de pesquisa ou abordagem de pesquisa ou intervenção.
2. Todo conhecimento, mesmo aquele objetivo, reside em uma base experiencial. Isso implica em uma base heurística (descobrir para dentro) que busca criar algo ou produzir um conhecimento para si.
3. É preciso ter um critério metodológico adequado para acessar esse objeto de estudo.
4. O que se descobre a partir disso é confrontado com uma realidade pessoal e interpessoal. Por isso, as descobertas têm uma dimensão pública, são colocadas e “xeque” e são provisórias.
5. Saiba para quem e qual comunidade se dirigir para expor essas ideias.
6. Tenha cuidado no uso da ciência, nem sempre ela serve a um “bem”.

**A modificação de personalidade  
em psicoterapia (Rogers,  
1961/1997)**

# Objeto de estudo e intervenção: personalidade

- Os problemas de desajustamento psicológico são correlacionados à desorganização do *self* e que a sua proposta centrada no cliente objetiva compreender a dinâmica da personalidade para reorganizá-la;
- O círculo positivista lógico de pesquisas e comprovações clínicas, ocorridas em 1950-1954 (Silvino, 2007; Rogers, 1961/1997): 1) proposta de psicoterapia no centro de aconselhamento universitário; 2) levantamento de hipóteses; 3) aplicação, adaptação ou elaboração de instrumentos de medida; 4) verificação; 5) teorização e aprimoramento da prática; 6) publicação; 7) colocação à prova.

# O foco deste exemplo de pesquisa (Rogers, 1961/1997)

- Trata-se de uma investigação sobre as modificações que acontecem concomitante a psicoterapia.
- Logo, estabelece hipóteses relacionadas à mudança da personalidade (*self/eu*) durante o processo terapêutico.
- Busca extrair quais variáveis proporcionam um efeito terapêutico que culmina em uma mudança de personalidade.

# 1. Estabelecimento de hipóteses (H)

- Criadas a partir de experiências clínicas e leituras teóricas e de outros estudos;
- Durante o tratamento psicoterapêutico, centrado no cliente: (H1) emoções e percepções anteriormente negadas são assimiladas ao eu; **(H2) o conceito de eu se torna mais coerente com o eu-ideal.**
- Após a terapia, (H3) aumenta-se a auto-aceitação de si, atitude que está em correlação com uma maior aceitação dos outros.
- Vou seguir o exemplo pela **H2.**

## 2. Estabelecimento de instrumentos para testar cada hipótese

- Busca de instrumentos (testes e escalas) para testar cada hipótese e avaliar os efeitos da psicoterapia sobre a personalidade dos clientes.
- Os instrumentos visam a demonstrar: a) se uma alteração significativa da personalidade aconteceu ou não; b) se verificada que essa alteração aconteceu, determinar se isso se deve, ou não, ao exercício da psicoterapia centrada no cliente.

## 2. Exemplo: Técnica Q

- Conjunto de declarações auto descritivas, obtidas de outras fontes clínicas, organizadas em 100 cartões.
- Exemplos: “não confio em minhas emoções (no que eu sinto)”, “no momento estou à vontade e nada me incomoda em relação a mim”, “acho-me atraente”, “tenho receio do que os outros pensam de mim”...
- Cada uma desses cartões tem um valor atribuído por consultores internos e externos.
- Pede-se para o cliente escolher 10 cartões e agrupá-los em relação a como ele se percebe agora (eu); e 10 cartões em relação ao que ele gostaria de ser (eu-ideal). Registra-se isso.

### 3. O Grupo Experimental

- Foi estabelecido um **grupo experimental, ou grupo em terapia**, de clientes que se submeteram a uma **bateria de testes** dois meses antes da terapia, durante o processo (pelo menos seis sessões) e seis-doze meses depois do término.
- Os instrumentos de avaliação empregados foram o Teste de Acepção Temática, Escala de Maturidade Emocional, Inventário de Relações, Escala de Atitudes em Relação a Si-Mesmo e aos Outros, eletrodos e polígrafo para registro de reflexos psicogalvânicos, Escala de Processos e a **Técnica Q**.
- A **amostra de participantes** foi selecionada a partir de clientes cadastrados no Centro de Aconselhamento que foram considerados aptos à psicoterapia, excluindo pessoas com problemas de drogadição, déficit intelectual, psicose, estressadas e com problemas mais severos de personalidade (esquizofrenia, por exemplo).

### 3. O grupo controle

- Sob os mesmos procedimentos avaliativos, porém sem se submeter à terapia centrada no cliente, foi acompanhado outro bloco amostral, nomeado como grupo controle, composto pelo **número aproximado de pessoas do mesmo sexo, idade, nível educacional e estado socioeconômico.**
- O grupo controle **não contou com a psicoterapia** como uma variável.

## 4. Análise dos resultados

- Busca por correlações entre o que a pessoa pensava e percebia de si antes da terapia, durante ela e depois dela (eu recordado).
- Busca por correlações entre *eu* e *eu ideal*.
- Submissão dessa análise por consultores internos e externos à terapia centrada no cliente.

## 5. Estabelecimento do que significa uma mudança de personalidade

- Por exemplo: a mudança de personalidade implica em uma modificação, superficial ou profunda, em direção a uma maior integração do que acontece consigo; percepção da situação problema e como ela o afeta; maior responsabilidade e menos conflito interno; diminuição de condutas imaturas e aproximação de posturas maduras (Rogers, 1957/2008).

## 6. Estabelecimento de novas hipóteses

- Durante a pesquisa, surgem percepções sobre outros fenômenos clínicos.
- Por exemplo, **hipótese 4**: durante e após a terapia deve-se dar um aumento da congruência (coerência) entre o eu, tal como é captado pelo cliente, e como o cliente é visto pelo psicólogo.
- Instrumento: Teste de Acepção Temática e Técnica Q.
- Estabelecimento de grupo experimental e grupo controle.
- Aplicação da terapia e do desenho quase-experimental.
- Análise dos resultados.

## 7. Organização e publicação de teorias

- Consideração e reflexão dos resultados e análise obtidos nos diversos estudos empreendidos;
- Apontamentos sobre a utilidade das evidências obtidas para uma teoria baseada em novas hipóteses;
- Publicação dos estudos para que outros possam aprendê-los, utilizá-los, replicá-los e colocá-los à prova.

# 7. Exemplo de um achado e de elaborações teóricas

- **Se** seis condições (variáveis independentes) são articuladas e dadas, **então** um processo terapêutico ocorrerá (variável dependente) e produzirá mudanças na personalidade (variável dependente).
- **Condições necessárias e suficientes para a mudança de personalidade em psicoterapia**, a saber: 1) **contato** entre terapeuta e cliente; 2) cliente em estado de **incongruência**; 3) terapeuta em estado de **congruência**, 4) **consideração incondicional** e 5) **compreensão empática**; 6) cliente percebe o **esforço do terapeuta** para sustentar as condições anteriores, sobretudo, consideração incondicional e compreensão empática.
- Teoria da personalidade e do comportamento; teoria da psicoterapia; teoria da pessoa em funcionamento pleno; teoria das relações humanas.

# Conclusão

- “O progresso metodológico operado nos últimos anos faz com que um grande número de sutilezas do processo terapêutico esteja agora amplamente aberto à investigação. Procurei ilustrar este aspecto, fundamentando-me na investigação das alterações no autoconceito [*self*]. Mas são igualmente possíveis outros métodos semelhantes para estudar objetivamente a modificação das relações entre o cliente e o terapeuta, as atitudes de ‘transferência’ e de ‘contratransferência’, a alteração da fonte do sistema de valores do cliente e outros aspectos semelhantes” (Rogers, 1961/1997, p. 276-277).

# Fontes consultadas

- FIGUEIREDO, L. *Matrizes do pensamento psicológico*. Rio de Janeiro: Vozes, 1991.
- ROGERS, C. *Tornar-se pessoa*. São Paulo: Martins Fontes, 1997. (Ed or. 1961).
- ROGERS, C. As condições necessárias e suficientes para mudança terapêutica de personalidade. In: WOOD, J et al. (Orgs.). *Abordagem centrada na pessoa*. Vitória: EDUFES, 2008. pp. 143-161. (Ed or. 1957).
- SILVINO, A. Epistemologia positivista: qual a sua influência hoje?. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 27, n. 2, p. 276-289, 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pcp/v27n2/v27n2a09.pdf>
- TAVARES, M. Validade clínica. *Psico-USF (Impr.)*, v. 8, n. 2, p. 125-136, 2003. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-82712003000200004&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-82712003000200004&script=sci_arttext&tlng=pt)