

PSICOLOGIA HUMANISTA NA PRÁTICA

Anita Bacellar
[coordenação]

*Reflexões sobre
a Abordagem
Centrada na Pessoa*



Editora Unisul

CARL ROGERS E A MEDIAÇÃO DE CONFLITOS

Maria do Céu Lamarão Battaglia

CAPÍTULO 7 137

UM JEITO DE SER CENTRADO NA PESSOA:

**uma visão pessoal sobre a formação de
psicoterapeutas em Abordagem Centrada na Pessoa**

Ana Lúcia Suñé Cunha Palma

CAPÍTULO 8 153

LUDOTERAPIA CENTRADA NA PESSOA:

**a psicoterapia infantil proposta pela Abordagem
Centrada na Pessoa**

Anita Bacellar

CAPÍTULO 9 172

PLANTÃO PSICOLÓGICO COMO PROMOÇÃO DE SAÚDE

Marcia Alves Tassinari

CAPÍTULO 10 190 ✓

FLORESCIMENTO HUMANO E PROMOÇÃO DE SAÚDE:

interfaces na política e no humanismo de Carl Rogers

Yuri de Nóbrega Sales e André Feitosa de Sousa

CAPÍTULO 11 218 ✓

PSICOTERAPIA FAMILIAR E CONJUGAL NA ACP:

**a abordagem do grupo familiar nas suas
diferentes apresentações.**

Vera Lucia Pereira Alves



A PSICOLOGIA HUMANISTA NA PRÁTICA

Anita Bacellar
[coordenação]

*Reflexões sobre
a Abordagem
Centrada na Pessoa*

2009



Editora Unisul

SIC - Sistema Integrado de Comunicação
Laudelino J. Sardá

Editora Unisul
Raimundo C. Caruso

Secretárias Executivas
Alessandra Turnes
Deise Wernke

Editoração
Ofício

Endereço
Avenida Pedra Branca, 25
Fazenda Universitária
CEP 88132-000
Palhoça - SC
Fone (48) 3279-1088

e-mail
editora@unisul.br

P96 A psicologia humanista na prática : reflexões sobre a prática da Abordagem Centrada na Pessoa. / coordenação de Anita Bacellar. – Palhoça : Ed. Unisul, 2009. 233 p. : 23 cm

ISBN 978-85-86870-90-3

1. Psicologia humanística. 2. Psicologia. 3. Subjetividade
I. Bacellar, Anita. II. Título.

CDD - 150.198

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca Universitária da Unisul



PSICOTERAPIA FAMILIAR
E CONJUGAL NA ACP:
*a abordagem do grupo familiar
nas suas diferentes apresentações.*

Vera Lucia Pereira Alves⁴⁴

"Mais do que inventar um elaborado conceito de sistema familiar para o processo de psicoterapia familiar o que o terapeuta da ACP faz é, na prática, o mesmo que o faz o psicoterapeuta individual – não julgar e atender cada membro da família empaticamente refletindo seus sentimentos"

Ned Gaylin.

Resumo

O Capítulo *Psicoterapia familiar e conjugal na ACP: a abordagem do grupo familiar nas suas diferentes apresentações* é um texto que aborda a importância do atendimento de pais que buscam ludoterapia para seus filhos. Importância esta adquirida após a prá-

⁴⁴ Possui graduação em Psicologia pela PUC de Campinas (1986), mestrado em Psicologia Clínica pela PUC de Campinas (1997) e doutorado em Educação pela Universidade Estadual de Campinas (2005). Ex-professora do curso de psicologia nas universidades: OMEC, UNIP e PUC-CAMPINAS. Professora no curso de pós-graduação em nível de especialização em psicologia clínica humanista na UNOESC. Ministra cursos de extensão e formação em psicologia clínica centrada na pessoa, em consultório próprio. Exerce a atividade de psicoterapeuta desde 1987. Tem experiência na área de Psicologia, com ênfase em Intervenção Terapêutica, atuando principalmente nos seguintes temas: psicoterapia fenomenológico/existencial, processos psicoterápicos, psicologia da saúde e psicologia centrada na pessoa. Membro da Associação Paulista da Abordagem Centrada na Pessoa desde 2006 e membro de sua diretoria para a gestão de 2009

tica e o estudo da psicoterapia conjugal e familiar na ACP. No relato desta experiência, a autora enfatiza seus princípios de atendimento em acordo a ACP e retoma artigos anteriores em que mapeia a prática da psicoterapia do grupo familiar na ACP.

O campo da psicoterapia de casal e família, na Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), tem sido por mim pesquisado há alguns anos. Os trabalhos que publiquei (Alves, 1997, 2002 e 2008) fazem menção a uma ou outra dessas práticas ou mesmo a ambas. Entretanto, no presente texto, faço uso de uma nova designação que, mais do que apenas diferenciar nomenclaturas, descreve práticas e compreensões ampliadas.

A experiência de atendimento deste grupo de clientes me fez rever a atuação em outro contexto individual: a ludoterapia, e me fez considerar um novo grupo para atendimento, além dos casais e das famílias. Trata-se de pais que não procuram pela psicoterapia conjugal nem pela familiar, mas que, vivendo juntos ou separados buscam espontaneamente ou recebem encaminhamento de psicoterapia para seus filhos. São eles que, considero aqui "novos clientes", dentro das *diferentes apresentações do grupo familiar*.

Desse modo, sob a égide da nomenclatura *grupo familiar*, abordo neste texto, o atendimento de pessoas com ligações de consanguinidade e parentesco que compõem o que nossa cultura designa por família. Pessoas estas, que podem se apresentar conjuntamente para a psicoterapia, nas mais diversas configurações. Há casais que procuram psicoterapia em comum acordo; outros que o fazem por desejo de um dos cônjuges, outros que, com ou sem desejo, são encaminhados a esta psicoterapia em decorrência da psicoterapia própria e individual, da psicoterapia dos filhos e de outras inúmeras e variadas situações. Há famílias que, normalmente, não procuram psicoterapia e sim, são para ela encaminhadas por profissionais da área ou por outros, em decorrência de problemas familiares severos, de transtornos emocionais de um dos membros da família e também por diversos outros motivos, além dos pais que, como explicitado, foram incluídos no amplo contexto do atendimento familiar.

O atendimento ao grupo familiar realizado por profissionais identificados com os princípios da ACP tem sido efetivado, pesquisado e desenvolvido pelos seguidores e estudiosos da teoria de Rogers e tem se configurado de formas bem diversas. Apresento na segunda parte do presente texto uma síntese compreensiva dessa diversidade e centro-

me, de início, na experiência de atendimento de pais que, penso refletir como entendo o atendimento de todo o grupo familiar em acordo aos princípios da ACP, retomados ao final do texto.

O atendimento com pais que procuram ludoterapia para seus filhos

Antes de atender casais e famílias, ao realizar a ludoterapia, mesmo tendo contato com os pais e/ou cuidadores, centrava-me, logo de início, nas crianças e, por vezes chegava a pensar como Axline (1980, p.81), que os pais eram “frequentemente um fator agravante no caso da criança mal ajustada”.

Concordo com esta autora que diz não ser necessário que os pais estejam em atendimento para garantir sucesso para a ludoterapia; que as crianças em psicoterapia podem se fortalecer para resistir a condições penosas e; que podem de certo modo alterar a dinâmica familiar quando se tornam mais maduras, principalmente, quando se trata de situações em que “não havia um mínimo de insight por parte dos adultos que visasse a melhorar seus problemas” (p. 81).

Quando comecei a atender casais e famílias, contudo, minha perspectiva se alterou e passei a questionar se essa verdade de que a criança se fortalece com a ludoterapia, não acabaria propiciando atendimento às crianças “muito prontamente” sem que fosse feita qualquer tentativa de facilitar aos pais este “insight”, por vezes até dado como inexistente. Em caso afirmativo, penso tratar-se de uma conduta que pode gerar à criança, além dos benefícios da ludoterapia, também o ônus de uma responsabilidade solitária por si ou pela modificação da dinâmica familiar, quando seus pais poderiam se tornar aptos a refletir acerca dos acontecimentos não apenas com os filhos, mas de toda a família.

Com esta experiência intensifiquei a importância dada ao contexto relacional em que a criança está imersa, de modo que, para além da atenção à criança pudesse facilitar as relações familiares e a compreensão mútua.

É com grande frequência que os pais ao procurarem psicoterapia para seus filhos, sendo crianças ou adolescentes, se coloquem diante do psicoterapeuta, considerando apenas fazê-lo na situação de relatores da suas preocupações e de informações que pensam necessárias para o atendimento de seus filhos, além de esperar desse contato por parte do profissional, detalhes de sua atuação, bem como as condições de contrato dos seus serviços.

Todavia, neste momento não considero os pais como mero informantes, nem tampouco, no outro extremo, como os clientes deste processo. Eles não estão ali “apenas para informar”. Estão se mostrando no mínimo preocupados com seus filhos, quando não, eles próprios em grande sofrimento.

Acredito que se trabalho em acordo aos princípios da ACP, preciso neste momento centrar-me neles. Centrar em quem se apresenta para mim. Não me importando de início em estabelecer quem é o cliente, mas sim em acolher quem me procura. Meus futuros clientes poderão ser: os pais, ou um deles, ou o casal, ou a família, ou o filho para quem buscam ajuda. Porém, creio que este momento inicial possa ser mais bem utilizado facilitando-lhes uma reflexão, ajudando-os a sair, porventura, de uma situação objetificante em que “tem um filho que precisa ser consertado”, para uma situação na qual possam sentir-se incluídos.

Meu diálogo com eles é o mínimo informativo possível, e é mediado pelas atitudes facilitadoras, propostas por Rogers. Respondo a eles, empaticamente, sendo autêntica, mas acima de tudo, considerando-os incondicionalmente, acreditando como bem pontua Tassinari (1999), que a compreensão empática neste momento não é um mero instrumento, mas “um fim em si mesma, que facilita a auto-expressão genuína e leva a mudança construtiva dos envolvidos na relação”.

Conversamos sobre suas condutas com os filhos e procuro entender como procedem, aceitando que suas atitudes estão fundamentadas no significado que atribuem à situação vivida. E isto realmente produz sentimentos muito benéficos, pois por vezes, eles chegam ao consultório sentindo-se errados, julgados pela sociedade, família e esperando ser julgados também pelo profissional, que consideram especialista. “*Afinal de contas se precisam de ajuda profissional é porque cometeram erros*”. Com esta ideia, culturalmente estabelecida, podem apresentar-se de forma defensiva ou de forma fragilizada, mas quase sempre se sentindo impotentes. Não apenas sem o poder de corrigir os filhos, mas sem o poder de compreender a situação. Deste modo, neste momento, faz todo sentido devolver-lhes o poder que lhes pertence e que não conseguem visualizar ou que preferem cedê-lo a mim. Nada além do que o próprio Rogers nos ensinou: “não é que esta abordagem dê poder à pessoa, ela nunca o tira” (Rogers, 1986).

Considero que os pais podem ajudar em muito a seus filhos e, não apenas o psicólogo. Eles têm a convivência diária que, neste momento pode ser maléfica e nada facilitadora, mas que creio possa ser transformada. Reflito com eles suas atitudes cotidianas para com os filhos e, frequentemente aqueles que chegam angustiados por se acharem incom-

petentes, passam a se ver como menos desprovidos de recursos; aqueles que não se sentiam compromissados com uma responsabilidade para com os filhos, passam a se confrontar com ela.

Neste momento inicial, fico atenta também em perceber se me procuraram para ajudar os filhos ou se com este ato estão pedindo ajuda para eles próprios. Algumas mães (frequentemente são elas que trazem os filhos ao consultório, mas não apenas elas o fazem) ao iniciar o relato da preocupação com os filhos, logo dizem “*não sei se a psicoterapia é para ele ou para mim*”, “*não sei mais o que fazer com meu filho*”.

Estabelecemos então, uma, duas ou muitas mais sessões conversando ainda sem os filhos. Neste diálogo permeado pelas atitudes facilitadoras, procurando que todos nós possamos compreender a configuração desta situação familiar, não apenas pela objetividade dos fatos, mas pelo que é vivenciado na família. Estas sessões podem ser feitas apenas com a mãe, quando o pai se recusa ou não pode participar, mas sempre procuro ter a presença dos dois e em conjunto. Quando vivendo separados, desenvolvo o mesmo processo com os dois, mas em sessões separadas, caso não queiram ou não possam estar juntos. Eventualmente, os filhos podem estar presentes, sendo do desejo dos pais e/ou dos filhos, sendo fruto da necessidade de uma conversa familiar diferenciada.

Aponto abaixo alguns aspectos bem gerais que permeiam esta compreensão que construo com os pais. São temas apresentados aqui sob forma de questões, mas que não fazem parte de qualquer interrogatório, são apenas percepções que norteiam minha compreensão e que busco elucidar com eles. Provavelmente, são muitos mais os aspectos que se colocam no diálogo, mas a extensão deste texto não me permite aprofundar nesta exploração:

- » O que está acontecendo com este filho para quem buscam psicoterapia, e desde quando;
- » Como eles compreendem o que acontece com o filho;
- » O que eles têm feito para resolver a situação e se isto tem funcionado ou não, além dos motivos que referem para a efetividade ou não de seus atos;
- » Como eles vêem o filho;
- » Como eles acham que o filho se sente;
- » Que significado atribuem para as queixas, e os sintomas do filho;
- » Como eles se sentem em relação ao filho;
- » Como eles se vêem sendo pais deste filho;
- » Como pensam ser vistos pelo filho;
- » Como eles se comportavam na idade do filho;
- » Como se dão as relações familiares.

Tem sido impressionante ver como os pais muitas vezes se surpreendem nesta reflexão. Constatam que nunca se colocaram no lugar dos filhos ou que nunca haviam tomado consciência de como é ser pais para eles. Às vezes se surpreendem ao perceber os sentimentos dos filhos apenas ali, na sala do psicoterapeuta. Como também ficam surpresos com as semelhanças ou diferenças com eles próprios na mesma idade. Um novo mundo se descortina nestas sessões. Os problemas dos filhos podem até não mudar, continuam lá, a espera de um cuidado mais específico – uma psicoterapia – mas, as relações familiares, provavelmente, não serão as mesmas depois destas sessões. E por vezes, estes filhos nem chegam à psicoterapia, não se faz necessário. Trata-se de uma situação que lhes permite chegar, por seus próprios esforços, a estabelecer uma compreensão mútua dentro do grupo familiar. Esta conduta, por vezes, elimina o estigma provável de se colocar uma criança em psicoterapia, mas elimina antes, um processo que não lhe é necessário em muitos momentos e sim aos pais.

Porém, quando a criança necessita da psicoterapia imediata, seu atendimento será feito o quanto antes por outro profissional, para que não haja simultaneamente o atendimento dos pais e da criança pelo mesmo psicoterapeuta. Conduta esta que condeno, pois penso inviabilizar um verdadeiro vínculo com a criança e também com os pais.

Esse também não é um processo de orientação, pois de modo algum julgo ou oriento estes pais para apropriadas condutas na criação de seus filhos. Eles não precisam de ensinamentos. Muitos já estão cansados dos mesmos, pois têm conselhos de familiares, já leram todos os livros de auto-ajuda, assistiram aos programas de TV com “babás pedagogas” e não conseguiram grandes mudanças. Afinal, conselhos e leituras se não fazem parte de uma aprendizagem significativa, não provocam grandes mudanças.

Em minha experiência, em nada ajudo o grupo familiar quando lhes ensino algo, também não os ajudo, se os vejo como um sistema. Sei que eles procuram minha ajuda querendo um resultado, uma receita, uma mudança rápida. Entretanto apenas sei ajudá-los a que se ajudem. Não tenho manuais, nem me proponho a ser professora, mas não omito informações que seriam igualmente facilitadoras: a indicação de um médico, de busca por outras escolas, e outras tantas coisas que não sei de antemão, pois são oferecidas dentro do processo. Em muitos momentos, também me angustio e muito ao constatar situações de risco que me parecem, se olho de fora, exigir soluções rápidas. Aprendi que apenas as soluções desenvolvidas por eles são efetivas, por isto tento a cada instante centrar-me neles e não em minhas suposições, necessidades,

teorias, etc. E deste modo dou valor a qualquer tipo de comunicação que ocorra entre os membros do grupo familiar, diferente do que pregam os psicólogos de abordagem sistêmica no atendimento de famílias.

São atendimentos em que também se trabalha, por vezes, não mais com uma família, mas sim com duas outras, decorrentes da recomposição dos grupos familiares de pais que, outrora separados, formaram novos casais e novas famílias. E assim todo este processo de compreensão da dinâmica familiar se torna expandido, de modo a atingir o genitor e seu companheiro com quem a criança vive durante a semana, e o genitor e companheiro que recebem a criança no final de semana, em parte das férias ou, eventualmente, quando têm a guarda compartilhada. E, muitas vezes se recebe também a presença no consultório de avós e avós e outros familiares que cuidam da criança, que têm com ela uma rotina estabelecida.

O leitor deve ter notado que não denomino de psicoterapia de pais e sim do atendimento aos pais. Faço-o por entender psicoterapia como algo processual, buscado pelo próprio cliente. Nestes atendimentos como já dito, os pais não me procuraram para uma psicoterapia de um deles, do casal ou da família. A psicoterapia buscada era para os filhos. Como também não se trata de um processo de orientação, creio que a denominação atendimento é a que melhor traduz estas sessões marcadas a cada uma, em acordo ao desejo dos pais e indicação do psicólogo que os atende.

Entendo, igualmente, este atendimento como plenamente alinhado aos princípios norteadores da ACP, àquilo que Rogers descreveu como condições necessárias e suficientes para o processo psicoterápico, embora estas não tenham sido por ele desenvolvidas para a psicoterapia do grupo familiar.

O atendimento do grupo familiar realizado pelos seguidores da ACP

O grupo familiar é um grupo específico que não foi atendido por Rogers. A psicoterapia familiar e/ou conjugal não foi teorizada ou pesquisada por ele. Esta, por sua vez, se diferencia da psicoterapia de grupo (muito praticada e pesquisada por ele), em que o afeto das relações parentais e consanguíneas não se fazem presente. Trata-se, portanto de uma atividade realizada e teorizada pelos seus seguidores.

Embora tenha escrito uma obra sobre o casamento (Rogers, 1972), este não é um livro sobre psicoterapia conjugal e familiar, uma vez que

ele não a exerceu, nem tampouco um livro de conselhos o que, para ele, seria algo estúpido⁴⁵. Trata-se de uma obra em que ele apresenta as configurações de conjugalidade, encontrada entre os jovens de sua época, os modelos “modernos” de vida conjugal e da qual considero ser possível obter pequenas e riquíssimas indicações do que acredito, seria sua forma de atender casais, em acordo aos princípios da teoria que criou.

Na transcrição da entrevista de Dick e Gail, registrada no livro *Novas formas do Amor, o casamento e suas alternativas* têm alguns trechos de diálogo entre Rogers e este casal que apresentava alguns conflitos, e após cada trecho de conversa estão anotados comentários de Rogers acerca da sua postura com o casal. Ele enfatiza quanto e como desejou, realmente, compreender o que estava acontecendo na interação entre eles. A resposta que lhes dá, é empática, como ele mesmo refere: “minha declaração é empática, não é uma acusação; tentativa e não judicante, e expressa um genuíno desejo de compreensão” (Rogers, 1972, p.53), e lhes possibilita, em consequência, alterar o tom do diálogo por terem percebido que alguém os compreendia. Esta compreensão gerou, segundo Rogers, um aumento na capacidade em pesquisar com “maior profundidade e coerência a natureza das suas divergências” (p. 53).

Numa segunda conversa, Rogers relata ter percebido a mudança que houve nos dois: não mais se julgam um ao outro e assumem a responsabilidade por seus sentimentos. Ele considera promissor aos dois, os indícios de compreensão e ternuras mútuas, bem como a expressão dos sentimentos no momento em que estes ocorrem. Rogers toma conhecimento, depois da entrevista, que o casal sentiu-se compreendido e ajudado por ele.

Acredito ser possível captar, destes trechos de entrevista, que Rogers propõe para o atendimento de casal, as mesmas atitudes mantidas no atendimento individual. As *condições necessárias e suficientes* parecem ser apontadas por ele, como de importância e consistência para a ajuda ao casal na resolução de seus conflitos. A compreensão e o não julgamento provocaram em Dick e Gail, nas palavras de Rogers, a expressão mais livre de seus sentimentos, a responsabilização pessoal e a compreensão mútua. Algo que, a meu ver, aponta para os meandros e resultados que podemos esperar para o processo de psicoterapia do grupo familiar. Nos meandros do processo: a expressão pessoal, individual; a responsabilização também individual e, como resultados: uma relação mais compreensiva e terna. Creio que Rogers indica assim, não para o atendimento do “sistema” familiar, mas também para ele, atendendo

45 Palavras do próprio Rogers na referida obra.

aos seus participantes, facilitando que cada cônjuge possa expressar-se, compreender a si e ao outro e assim aprimorar a relação entre ambos.

Ao final da transcrição, Rogers reflete sobre quanto o casal se beneficiaria de uma terapia em que o conselheiro matrimonial fosse receptivo e compreensivo: "Receio que a nossa cultura não ofereça este tipo de serviço, e que apenas uma minoria de conselheiros teria as atitudes que poderiam aproveitar a Dick e a Gail". (Rogers, 1972, p. 57).

Ele estava parcialmente enganado e parcialmente correto. Nossa cultura oferece sim este tipo de atendimento, e a encontramos no meio psicoterápico da ACP. Todavia, neste mesmo meio encontramos posturas bem diferenciadas do que acredito, Rogers havia vislumbrado para o atendimento do grupo familiar.

Muitos dos profissionais da Abordagem Centrada na Pessoa, ao atender ao grupo familiar, tomam posturas bem diferenciadas do que indicou Rogers para a psicoterapia individual e de grupo. Ao estudar as diversas práticas registradas em livros ou artigos científicos tracei um panorama (Alves, 2002) em que considero haver três grandes grupos diferenciados por atuação. Há um grupo de autores que segue uma postura pedagógica, quando do atendimento de famílias e outro grupo que agrega princípios de outras teorias de psicologia, notadamente, a teoria sistêmica. Apenas poucos autores seguem os princípios da ACP, adaptando-os para o atendimento deste grupo.

A diversidade da prática de psicoterapia familiar na ACP:

Psicoterapia familiar na ACP numa ação pedagógica

Utilizando-se dos pressupostos desenvolvidos por Rogers, contudo não em acordo a eles, há um grupo de seguidores que trabalham, a meu ver, de forma técnica, orientando-se mais numa linha que denominei pedagógica, no atendimento familiar (Alves, 2002). Eles apresentam práticas que visam à observância e utilização das atitudes de empatia, congruência e aceitação positiva incondicional, tanto como técnica, quanto conteúdo do que é ensinado. Esses profissionais têm por objetivo ensinar os membros da família a lidar com suas dificuldades e aprimorar suas relações interpessoais. Gordon (1970), os Guerneys (1989), Snyder (1989) e os Karlsberg (1994) justificam que ao ensinar aos membros da família, as atitudes propostas por Rogers, guiam-se pela própria concepção de Rogers de que a empatia, por exemplo, não

é uma habilidade com que se nasce, mas sim uma habilidade que pode ser aprendida.

Eles estabelecem, na verdade, programas de treinamento para relacionamentos interpessoais, em que as condições facilitadoras pas-sam a ser reconhecidas como habilidades e não mais como atitudes, embora, treinamento e psicoterapia sejam termos utilizados por eles de forma indiscriminada. O papel de educador é assumido pelo psicoterapeuta ou pelo facilitador no caso dos programas de treinamento, e aos clientes se ensina transformarem-se em seus próprios "psicoterapeutas" ou psicoterapeuta do familiar em questão.

Levant (1983) explica este fenômeno pedagógico como decorrente do "sucesso" que as condições facilitadoras da ACP foram obtendo na psicoterapia. Creio que ele está correto ao afirmar o quanto as atitudes facilitadoras se mostraram sedutoras por sua efetividade. Elas provocam "resultados", mudanças construtivas de personalidade e parecem, teoricamente, "bem simples"; "fáceis de ensinar e de se colocar em ação". Todavia, esta ideia de "facilidade" é uma grande incompreensão, visto encontrar-se na obra de Rogers toda uma enorme importância dada ao que se experiencia, ao que é vivenciado. Deste modo, o ser empático, que pode parecer "um simples" colocar-se no lugar do outro, envolve toda uma sensibilidade a ser adquirida, segundo entendo, não por meio de uma aprendizagem puramente da ordem do racional, como parece ser a proposta nestes treinamentos. O mesmo se dá com a capacidade de autenticidade e de aceitação com a expressão dessas atitudes, além, obviamente, da capacidade e disponibilidade para estar em contato com o outro.

Quando as atitudes são transformadas em técnicas e quando então são aprendidas como técnicas, não se tem a "garantia" de que possam melhorar a disponibilidade de cada um para com o outro. Hines e Hummel (1988) já apontaram que as habilidades aprendidas por treinamento, às vezes, nem chegam a ser colocadas em ação. Também não se tem a garantia de que não possam ser efetivas de qualquer forma. A questão não é focar o resultado, mas o processo e os princípios que dirigem tal intenção pedagógica. Entretanto, as atitudes facilitadoras inseridas em um movimento processual para o qual se crê na capacidade do indivíduo, continuam a ser ensinadas em larga escala, como técnicas, nem sempre por psicoterapeutas, nem sempre por afiliados à ACP. Nesse rumo educativo, tornaram-se populares e têm sido conteúdo e técnica de uma nem tão moderna pedagogia popular: a literatura de auto-ajuda, notadamente a que se dirige à conjugalidade (Alves, 2005 e 2008).

Os profissionais da ACP que trabalham nesta ação pedagógica mostram uma postura muito semelhante à mantida por um terceiro grupo de trabalho no campo familiar - aquele que agrega princípios de outros referenciais teóricos à ACP. Eles focam-se no problema: nas dificuldades de comunicação dos membros de um casal e/ou família e não na pessoa. Visam ainda uma mudança de comportamento e, para atingir tais objetivos valem-se das atitudes propostas por Rogers como técnicas. Pode-se especular que, descreem igualmente da necessidade e suficiência das atitudes facilitadoras para o atendimento do grupo conjugal e familiar.

Psicoterapia familiar na ACP associada a princípios de outros referenciais de psicologia

Alguns dos seguidores da teoria de Rogers não consideram suficientes os princípios de psicoterapia, por ele propostos, quando do atendimento ao grupo familiar e assim utilizam-se dos princípios da ACP em associação a outros referenciais, como, por exemplo, da Teoria Sistêmica.

O'Leary (1989), considera que na psicoterapia familiar os psicoterapeutas centrados na pessoa necessitam ir além das atitudes facilitadoras, integrando-as num papel terapêutico mais ativo, ao qual, segundo ele, muitos terapeutas de famílias se sentem compelidos. Por exemplo, a aceitação positiva incondicional sendo dirigida a cada um dos membros da família, resultando na percepção de que nenhum deles é superior ao outro, seria manifestada de forma "mais ativa". Com relação à empatia, diz ele que os terapeutas podem demonstrá-la sob a forma, por exemplo, de solicitação de exercícios a serem feitos em casa pela família!

Warner (1989) mescla em seu atendimento familiar os princípios tanto da ACP quanto da Teoria Sistêmica, numa tentativa de que o terapeuta familiar não permaneça num "nível superficial de compreensão" (p. 340). Essa "superficialidade" poderia ter consequências no trabalho de um profissional da ACP ao desconsiderar a *comunicação estratégica* que há dentro de uma família. Tal forma de comunicação - definida como discrepância entre o que as pessoas dizem/fazem e o que elas, realmente, querem dizer/fazer - faz surgir aspectos que, segundo Warner, o referencial centrado na pessoa não abarca: "um terapeuta centrado no cliente, pode permanecer num nível superficial de compreensão das famílias estratégicas se ele considerar as declarações [estratégicas] dos membros da família como tendo valor". (p. 340).

Snyder (1989) acredita não ser suficiente a utilização "apenas" da ACP, justificando sua adoção de uma visão sistêmica, por terem ambos referenciais, estruturas democráticas de atuação: "O modelo de primo-

ramento de relacionamentos de terapia familiar/conjugal oferece uma possibilidade de integrar critérios Rogerianos para uma terapia efetiva com contribuições feitas por teóricos sistêmicos, como Bateson" (p.358).

A postura profissional desses autores é fruto de uma concepção sistêmica de família, que se desenvolveu a partir da Teoria Geral dos Sistemas de Von Bertalanffy e da Cibernética e que parte, em minha opinião, de uma concepção filosófica de ser humano bem diferente da que permeia a ACP. Como bem ressalta Gaylin (2008, p. 237) "A terapia familiar centrada na pessoa, em que cada pessoa é atendida dentro do íntimo contexto interativo da família, é distinta da terapia de casal e família da orientação sistêmica, em que o casal ou família como um todo é o foco de atenção".

Psicoterapia familiar em acordo aos princípios da ACP

São poucos os profissionais, a minoria apontada por Rogers, que atende o grupo familiar de forma a desenvolver o que nomeei como *tradução dos princípios da psicoterapia individual da ACP para o atendimento familiar* (Alves, 2002). No entanto, são eles que nos ajudam a entender e desenvolver o atendimento ao grupo familiar. Gaylin (2008, pg.240), um dos profissionais que considero "representante" do grupo que trabalha em acordo aos postulados psicoterápicos de Rogers, entende que as atitudes de empatia, congruência e aceitação positiva incondicional, quando do atendimento ao grupo familiar, são mantidas, simultaneamente, para um maior número de pessoas. Isto torna a vida do psicoterapeuta mais complexa, sendo-lhe mais difícil, porém não impossível, atingi-las e mantê-las para com todos os membros da família.

O contato psicológico entre psicoterapeuta e clientes também é dificultado pelo maior número simultâneo de pessoas. A postura do psicoterapeuta precisa ser percebida na psicoterapia familiar, segundo ele, ao menos por um dos membros da família como uma atitude cuidadosa e compreensiva. Mas frisa a importância de que mais atitudes sejam percebidas por todos os membros da família, para que o psicoterapeuta tenha maior possibilidade em facilitar o processo.

Quanto à resposta psicoterápica, Gaylin (2001) diz ainda que, na psicoterapia familiar, não a utiliza somente para cada um dos membros presentes, mas também a emprega para trabalhar a interação entre estas pessoas. Essa resposta, ele a nomeia de "*reflexo do interespaço*": "Embora, certamente, o reflexo do interespaço seja feito para compartilhar sentidos ou argumentos interpessoais entre os membros da família, ele também é utilizado quando existe uma incongruência interpessoal" (pg. 118).

Em um artigo de 1990, este mesmo autor aponta para um possível “resultado” promovido por estas atitudes na interação familiar. Os membros da família, ao perceberem o terapeuta demonstrar empatia e aceitação por todos eles com suas diferenças específicas e até contraditórias, sem apontar julgamento de valor, passam a desenvolver também, entre eles, estas mesmas atitudes, assimilando que suas relações estão muito mais permeadas por diferenças de percepção, do que pela existência de certo e errado. Ao perceberem a autenticidade do psicoterapeuta para com eles, passam a experimentá-la também entre si, como se a postura do terapeuta fosse usada de ‘modelo’ para suas novas relações, mesmo que ele assim não se coloque, pois não se trata de uma atuação pedagógica como mantêm outros profissionais da ACP.

O atendimento que realizo com casais e famílias

Os casais que me procuram para psicoterapia conjugal são atendidos conjuntamente. Os dois cônjuges devem estar presentes na sessão, para que possam descobrir-se e comunicar-se. A presença simultânea dos cônjuges é fruto do meu entendimento de que os clientes do processo são essas duas pessoas com a conjugalidade que mantêm e não apenas os dois indivíduos e, discordo do atendimento de casal mesclando sessões conjuntas e individuais, pois acredito que esta conduta acaba por criar uma representação de psicoterapia individual com o mesmo psicoterapeuta, podendo não se configurar como psicoterapia conjugal.

O mesmo não ocorre com o atendimento familiar. Os membros da família podem escolher estar ou não presentes. A ausência e seu significado são discutidos durante a sessão e por vezes em casa, com esse familiar, o que creio, enriquece o processo pela via da responsabilização pessoal.

Como, frequentemente, um casal procura psicoterapia por não conseguir comunicar-se, atendê-los separadamente pode reforçar esta dificuldade ao invés de contribuir para saná-la. Portanto, uma vez diante desses dois cônjuges, respondo ao que eles manifestam, quer sejam aspectos individuais, quer da conjugalidade. Tento compreendê-los diante da relação que compõem, como tento compreender aos pais frente às atitudes tomadas para com seus filhos.

As sessões do processo psicoterápico com o casal e com a família são semanais, com duração de oitenta minutos cada, sem predeterminedar a duração de todo o processo.

Como “resultado” destes processos não os considero bem sucedidos, se ambos os cônjuges ou todos os familiares tiverem, ao final, a mesma percepção, como refere Gaylin (2001), mas sim quando se aceitam e às suas diferenças e semelhanças.

Na psicoterapia individual, num processo bem sucedido, o cliente que vai constatando a forma ‘especial’ com que é compreendido, passa a ter para consigo próprio esta mesma compreensão e, também, para com as pessoas com as quais se relaciona. Este processo ocorre também na psicoterapia conjugal e familiar, mas de uma forma “duplicada, triplicada, etc”. Um familiar ou cônjuge começa também a tomar consciência de como seu parceiro, ou seu familiar está sendo compreendido ali, diante dele, de uma forma ‘especial’. Ele poderá então, não só escutar melhor o outro, como também ouvir o que e como o psicoterapeuta lhe responde. Assim, além de se sentir empaticamente compreendido, uma vez que este processo também ocorre com ele, constata o mesmo se dando com seu familiar.

Penso que este não é um trabalho nada simples para os psicoterapeutas. No caso de casais e famílias, facilitar um processo com atitudes importantes mantidas, simultaneamente, para com todos; no caso do atendimento aos pais, romper com a exigência, premente, que fazem muitas vezes para que se atenda logo à criança e se interrompa com estas “conversas nada fáceis”. No entanto, vencer essa dificuldade pela via do pedagógico ou de uma postura mais ativa, parece de grande incongruência para com os valores básicos da ACP – a crença de que os casais, os membros de uma família, e os pais têm dentro de si capacidades de solucionar seus problemas e tendem a um crescimento que por vezes, pode se concretizar até numa ruptura do vínculo. Parece-me uma postura, unicamente, centrada no psicoterapeuta, no psicólogo. Ele se “livra do trabalho duro”, mas também da emoção de constatar a alegria de pais, cônjuges e familiares que se sentem aceitos, incondicionalmente, compreendidos empaticamente ao invés de serem “re-educados” ou analisados naquilo que não dizem. Estes profissionais livram-se também da emoção de ver essas famílias retomando todo seu poder de vida.

Bibliografia

- ALVES, V. L. P. *As práticas de psicoterapia conjugal e familiar na abordagem centrada na pessoa: uma re-educação para a conjugalidade? Conceituações e reflexões. Manuscrito A ser publicado, 2008.*
- ALVES, V. L. P. *Receitas para a conjugalidade: Uma análise da literatura de auto-ajuda.* 2005. 222 p. Tese (Doutorado em Educação) Faculdade de Educação, UNICAMP, Campinas, 2005.
- ALVES, V. L. P. *Psicoterapia Conjugal na Abordagem Centrada na Pessoa: Panorama e Reflexões. A Pessoa como Centro. Revista de Estudos Rogerianos.* Lisboa, Portugal, 9/10, p. 33-43, maio-novembro 2002.
- ALVES, V. L. P. *Atendimento de Casais: Descrevendo Processos.* Campinas, 1997. 191 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) – Instituto de Psicologia, PUCCAMP, Campinas, 1997.
- ALVES, V. L. P. (2009). *Família e Transtornos Emocionais: Atendimento Centrado na Pessoa.* Texto para o Evento comemorativo dos 40 anos do SAR, USP.
- AXLINE, V. (1980) *Ludoterapia: A dinâmica interior da criança.* Belo Horizonte: Interlivros.
- GAYLIN, Ned. (2008) *Person-Centered Family Therapy: Old wine in new bottles.* *Person-Centered and Experiential Psychotherapies. Special Issue,* 7(4), 235-244.
- GAYLIN, Ned. (2001) *Family, Self and Psychotherapy: a Person-Centered Perspective.* Ross-on-Wye: PCCS Books.
- GAYLIN, Ned. (1999) *Princípios e Métodos da Terapia Familiar Centrada no Cliente. A Pessoa Como Centro – Revista de Estudos Rogerianos,* 3, 25-32.
- GORDON, Thomas. (1970) *A Theory of Healthy Relationships and a Program of Parent Effectiveness Training.* In HART & TOULINSON. *New Directions on Client-Centered Therapy.* Boston, Houghton Mifflin-Company. Cap 21, 407-425.
- GUERNEY, Louise & GUERNEY, Bernard, Jr. (1989) *Child Relationship - Enhancement: Family Therapy and Parent Education. Person-Centered Review,* 4(3), 344-357.
- HINES, Max & HUMMEL, Thomas. (1998) *The effects of three training methods on the empathic ability, perceived spousal empathy, and marital satisfaction of married couples. Person-Centered Review,* 3(3), 316-336.
- KARLSBERG, Jane & KARLSBERG, Robert. (1994) *The affectionate bond: The goal of couple centered therapy. Journal of Humanistic Psychology,* 34(1), 132-14.
- LEVANT, Ronald. (1983) *Client-Centered Skills - Training Programs for the Family: A Review of the Literature. The Counseling Psychologist,* Boston. 11 (3), 29-46.
- O'LEARY, Charles (1989) *The Person-Centered Approach and Family Therapy. A Dialogue Between Two Traditions. Person-Centered Review,* San Luis Obispo, CA, 4 (3), 308-323.
- ROGERS, Carl. (1986) *Sobre o poder pessoal.* São Paulo: Martins Fontes.
- ROGERS, Carl. (1972) *Novas formas do Amor. O casamento e suas alternativas.* Rio de Janeiro: José Olímpio.
- SNYDER, Marihelen. (1989) *The Relationship Enhancement Model of Couple - Therapy: An Integration of Couple-Therapy: An Integration of Rogers and Bateson. Person-Centered Review,* 4(3), 358-383.
- TASSINARI, M. *A experiência de plantão na escola. Carta a Rachel Rosenberg para o evento "Serviço de Aconselhamento Psicológico do IPUSP: trinta anos de prestação de serviços psicológicos, pesquisa e ensino na USP.* 18 a 21/05/99.
- WARNER, Margaret (1989) *Empathy and Strategy in the Family System. Person-Centered Review,* San Luis Obispo, CA, 4 (3), 324-343.

