

OS RECURSOS PSICOTERAPÊUTICOS SOB A PERSPECTIVA DA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA: REFLEXÕES PRÁTICA E TEÓRICAS

Eloy Reinert Filho¹, Beatriz Hering Faht¹

¹Centro Universitário Avantis - Uniavan, Balneário Camboriú – SC, Brasil
e-mail: eloy5886@gmail.com, beatriz.hering@uniavan.edu.br

Recepção: 05/10/2023
Aprovação: 07/12/2023

Resumo – O artigo aborda as possibilidades de atuação no contexto da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) utilizando recursos oriundos de outras abordagens ou formas de expressão artística. Para tanto, tem-se como objetivo geral analisar a funcionalidade dos recursos psicoterapêuticos como facilitadores na prática clínica sob a perspectiva da Abordagem Centrada na Pessoa. Esta pesquisa é de natureza básica e descritiva com abordagem qualitativa e revisão bibliográfica. Os princípios achados apontam que é possível que o terapeuta rogeriano, atuando como um facilitador busque mais recursos para auxiliar em sua atuação, sem temer descaracterizar a proposta de Carl Rogers ou alterar os princípios da ACP, uma vez que se identificou que essa prática já vem sendo explorada, tendo como representante a filha de Rogers, e que a utilização de recursos oriundos de abordagens ou formas de expressão artísticas já foram utilizadas como instrumentos de pesquisa por outras perspectivas psicológicas que comprovam sua eficácia.

Palavras-Chave – Carl Rogers, Abordagem Centrada na Pessoa, Humanismo, Recursos Psicoterapêuticos.

PSYCHOTHERAPEUTIC RESOURCES FROM THE PERSPECTIVE OF THE PERSON-CENTERED APPROACH: PRACTICAL AND THEORETICAL REFLECTIONS

Abstract – The article addresses the possibilities of acting in the context of the Person-Centered Approach (PCA) using resources from other approaches or forms of artistic expression. To this end, the general objective is to analyze the functionality of psychotherapeutic resources as facilitators in clinical practice from the perspective of the Person-Centered Approach. This research is basic and descriptive in nature with a qualitative approach and literature review. The main findings indicate that it is possible that the Rogerian therapist, acting as a facilitator, seeks more resources to assist in his performance, without fear of mischaracterizing Carl Rogers' proposal or altering the principles of the PCA, once it has been identified that this The practice has already been explored, with Rogers' daughter as a representative, and the use of resources from artistic approaches or forms of expression have already been used as research instruments by other psychological perspectives that prove their effectiveness.

Keywords – Carl Rogers, Person-Centered Approach, Humanism, Psychotherapeutic Resources.

I. INTRODUÇÃO

A. Tema

Desenvolvida pelo psicólogo americano Carl Rogers na década de 40, a abordagem centrada na pessoa (ACP) se consolidou como uma das maiores representantes da teoria humanista, considerada a terceira força da Psicologia, antes amparada pelas correntes da psicanálise e do behaviorismo. Rogers descreveu sua teoria como um processo de aceitação de si, de responsabilidade e autonomia. Nela, o terapeuta é caracterizado como um observador, que ao lado do cliente, propicia um ambiente facilitador, para que este abandone suas defesas e caminhe em direção a sua autorrealização [1]. Nesse propósito, Rogers defendia que sua abordagem era baseada em atitudes e não em um compilado de técnicas.

As atitudes a que Rogers se refere são a empatia, aceitação incondicional e congruência, apresentadas como os três pilares centrais da abordagem, e que devem guiar o trabalho do terapeuta. Portanto, essa é uma atuação pessoal do terapeuta na relação, baseada na valorização da pessoa e na experiência do cliente, onde a “[...] autenticidade do terapeuta é fundamental numa relação que é, deste modo, sobretudo humana” (p.23) [2].

A partir desta afirmação, e em contraste com outras perspectivas que visam o comportamento humano, a atuação sob a óptica rogeriana tende a ser erroneamente compreendida como um processo terapêutico restrito às suas três atitudes facilitadoras defendidas por Rogers. Cabe salientar que, devido a esses aspectos a atuação proposta pelo autor é alvo de críticas, uma vez que é visto como inacessível o uso de técnicas e ferramentas, como, por exemplo nas atuações fundamentadas na teoria cognitiva comportamental e psicodrama.

B. Objetivo

Deste modo, a partir de uma revisão bibliográfica, o estudo apresenta as possibilidades de recursos psicoterapêuticos sugeridos na ACP, além dos apresentados pela teoria rogeriana, que facilitam uma atuação não-diretiva. Com isso, o artigo busca contribuir na expansão dos conhecimentos e nas possibilidades de atuação no contexto da ACP.

C. Metodologia

O estudo é composto por uma pesquisa de natureza básica e descritiva onde há o registro, observação, análise e interpretação por parte do pesquisador, sem a sua interferência ou manipulação [3].

Quanto a utilização da abordagem qualitativa e revisão bibliográfica, possibilita que o pesquisador tenha como base de comparação e análise do objeto materiais já publicados, como livros e artigos científicos, e a ampliação dos conhecimentos acerca da referida temática [4].

A abordagem qualitativa permite que o pesquisador seja o instrumento principal na coleta dos dados, preferencialmente descritivos, que posteriormente foram interpretados por ele [5].

Os dados bibliográficos utilizados na pesquisa têm como base fontes secundárias, ou seja, “[...] toda bibliografia já tornada pública em relação ao tema de estudo, desde publicações avulsas, boletins, jornais, revistas, livros, pesquisas, monografias, teses, material cartográfico etc.” (p.182) [6].

As publicações literárias utilizadas contemplaram autores clássicos e contemporâneos que apresentaram maior relevância no assunto. Os periódicos foram retirados das plataformas online Scielo e Google Acadêmico, além de outras fontes publicadas em sites, utilizando as seguintes palavras-chave: Carl Rogers; Abordagem Centrada na Pessoa; Recursos Terapêuticos; Humanismo. Os periódicos compreenderam o período de 2001 a 2022, com publicações em português e inglês.

II. DISCUSSÕES TEÓRICAS

A. Humanismo: A Terceira Força da Psicologia

Desde 1879, com a criação do primeiro Laboratório de Experimentos em Psicofisiologia, pelo psicólogo alemão Wilhelm Wundt, o processo de desenvolvimento da Psicologia como ciência, definindo como objeto de estudo o comportamento, a vida psíquica e a consciência, resultou no nascimento de diversas escolas teóricas, tendo como principais representantes a psicanálise de Freud e o behaviorismo de Watson. Este último, sendo fundamental para que a Psicologia alcançasse o status de ciência [7].

Conhecidas como a primeira e segunda força da Psicologia, o behaviorismo e a psicanálise, alcançaram grandes feitos, contudo, também havia um grupo que estava insatisfeito com a forma que eram conduzidos seus trabalhos. Deste modo, surgiu nos anos 50 um movimento em contraposição às teorias de Freud e Watson, denominado como humanismo, e apontado como a terceira força da Psicologia. Esse movimento teve como principais teóricos Abraham Maslow, Carl Rogers, Gordon Allport, Kurt Goldstein, Rollo May, Gardner Murphy e Anthony Sutich [8].

No humanismo, há um resgate das visões de mundo constituídas pelo existencialismo e pela fenomenologia. Na perspectiva da Psicologia humanista, o homem é posto no centro de sua existência, há a valorização de sua capacidade de escolha e a validação de seu livre-arbítrio. Ou seja, segue um caminho oposto de outras abordagens, quando o enfoque deixa de priorizar o estudo das psicopatologias, se concentrando em seu desenvolvimento como ser humano, em

suas potencialidades e auto-realização, que Carl Rogers descreve como tendência atualizante. O conceito de tendência atualizante está presente na abordagem centrada na pessoa (ACP) desenvolvida por Rogers, uma das principais representantes do humanismo [9].

B. Abordagem Centrada na Pessoa

O psicólogo norte-americano Carl Rogers deixou um legado notável para história da Psicologia, sua forma de ver o homem, tendo como base filosófica os pensamentos fenomenológicos e existencialistas, contribuíram, juntamente com os trabalhos de Abraham Maslow, para a consolidação do movimento americano de Psicologia humanista [10].

Na década de 40, Rogers propôs uma nova perspectiva para o atendimento clínico, seguindo uma abordagem não-diretiva, onde “os indivíduos possuem dentro de si vastos recursos para autocompreensão e para modificação de seus autoconceitos, de suas atitudes e de seu comportamento autônomo” (p.54) [11].

Denominada na época de terapia centrada no cliente, após algumas alterações metodológicas, a abordagem que viria estabelecer a atuação humanista como a terceira força da psicologia, em 1976 consolidou-se como a abordagem centrada na pessoa (ACP). Nesta abordagem, a figura do ser humano “doente” denominado paciente, cede espaço para a pessoa ou cliente, termo adotado por Rogers diante da perspectiva humanista, que contempla a visão de homem sadio, dotado de capacidade para autocompreensão, que não precisa ser curado, mas que necessita de um auxílio para identificar as ameaças que o impedem de alcançar um funcionamento pleno. Ou seja, homem capaz de alcançar seu processo de mudança, diante de atitudes que facilitem este movimento. Um cliente em busca de um serviço [12].

Neste modelo voltado para a valorização da pessoa, para que ocorra um contato baseado nos princípios da abordagem centrada na pessoa, são necessárias seis condições: que duas pessoas estejam em contato psicológico; o cliente esteja em um estado incongruente; o terapeuta esteja congruente na relação; que a consideração positiva incondicional seja externada pelo terapeuta; que ocorra uma escuta empática do profissional e está seja compreendida pelo cliente; e que tais atitudes do terapeuta sejam perceptíveis ao cliente, mesmo que em um grau mínimo [13].

Assim, para que as mudanças ocorram, o cliente que se encontra em um estado incongruente, necessita de um espaço que lhe ofereça um ambiente acolhedor, assim como o papel do terapeuta deve ser baseado no que Rogers denominou das três atitudes facilitadoras que fundamentam sua abordagem: a consideração positiva incondicional, a compreensão empática e a congruência [14].

Dessa forma, com a concepção deste ambiente acolhedor e seguro de escuta, é possível que o cliente “[...] retome está bússola auto-orientada e auto-orientadora, são-lhe devolvidos seus melhores instrumentos naturais para decidir, aceitar ou modificar seu ambiente externo, suas condições de vida e as modalidades de seus relacionamentos” (p. 14) [1].

Rogers justifica a atuação baseada na abordagem centrada na pessoa afirmando que nas relações em que se priorizou o movimento da pessoa que busca o atendimento, num encontro

vivido a dois – terapeuta e cliente – o cliente conseguiu elaborar melhor as experiências vividas e, tão logo, alcança a tendência atualizante. Sob a ótica rogeriana, o essencial na construção dessa relação é a abertura a aceitação do outro em que se perceba uma presença capaz de alterar a ambos os envolvidos, aceitando o movimento do cliente “[...] acolhê-lo, inclusive na vontade de não estar ali e tentar compreender o fenômeno como aparece, dando lugar ao método fenomenológico na clínica e não mais o método reducionista ou positivista” (p.46) [15].

À vista disso, para melhor compreender a abordagem centrada na pessoa, tem-se como propósitos elucidar a responsabilidade do papel do terapeuta rogeriano e, posteriormente, as possibilidades de intervenções na referida abordagem.

C. O papel do terapeuta rogeriano

Cada pessoa experiencia uma sensação única ao iniciar a terapia. O que um paciente atendido sob a perspectiva da psicanálise vive, não é o mesmo que o consultante da Gestalt, ou o sujeito atendido por um profissional da teoria cognitiva comportamental. O mesmo ocorre com os clientes da abordagem centrada na pessoa que recebem atendimento e vivenciam na relação terapeuta-cliente uma experiência singular, que se atingida seu objetivo, promoverá o crescimento deste que se encontra num estado de incongruência. Para Rogers, independente do modelo psicoterapêutico, o papel do terapeuta nessa relação é de extrema importância. O autor destaca que: “Aquilo que faz, as atitudes que assume, a concepção de base sobre o seu papel, tudo isso exerce uma forte influência na terapia” (p.19) [16]. Na abordagem centrada na pessoa, cabe ao terapeuta fazer o uso de atitudes não-diretivas, assumindo o papel de facilitador. Dessa forma, o cliente encontra um ambiente que potencializa sua autonomia, uma vez que as intervenções realizadas na sessão são contrárias ao modelo exploratório, ou qualquer atitude que visa interpretar e devolver soluções [17].

Rogers traz em seus estudos que uma relação terapêutica atinge um grau de eficácia se ela se distanciar de qualquer outra relação que o cliente venha a ter com outras pessoas. O que se propõe aqui, é um ambiente onde o cliente tem a oportunidade de ser e de se expressar livremente, enquanto o terapeuta o reconhece e aceita, porque “independentemente dos valores morais do terapeuta, ele deve reconhecer e aceitar plenamente todos os sentimentos e atitudes expressos pelo cliente[...]” (p. 40) [14].

Os autores supracitados complementam que a atitude do terapeuta não pode se pautar por demonstrações de aprovação ou desaprovação, ou mesmo julgamentos ou críticas. Ainda que o conteúdo manifestado seja um sentimento agradável ou desagradável, doloroso ou prazeroso, o papel do profissional é estar ali presente participando dessa experiência do cliente, livre do que Rogers denominou, juízo de valores [14].

O terapeuta, quando capaz de atingir um grau de confiança na relação com o cliente, permite que este, se manifeste de forma natural, sem temer julgamentos ou críticas sobre o conteúdo que está trazendo para a sessão. Para isso, compete ao profissional oferecer essa escuta empática e de aceitação ao cliente, sem se preocupar em diagnosticar a queixa ou oferecer uma solução para ela [11].

Assim, o papel do terapeuta rogeriano é fazer parte dessa relação, compreendendo que sua atuação se define principalmente por suas atitudes. Os fundamentos da abordagem centrada na pessoa, se constituem na valorização da pessoa e da experiência do cliente, como sua capacidade de superar as incongruências, podendo assim alcançar seu funcionamento adequado. Todavia, o terapeuta deve-se atentar para que suas atitudes não sejam reduzidas a fórmulas prontas a aplicar de forma mecânica e impessoal. Para a autora “A autenticidade do terapeuta é fundamental numa relação que é, deste modo, sobretudo humana” (p.23) [2].

Como previsto, na sequência apresentar-se-ão as principais estratégias de intervenção segundo a abordagem centrada na pessoa.

D. As intervenções na Abordagem Centrada na Pessoa

O contato amparado pelos princípios da abordagem centrada na pessoa ocorre diante de um conjunto de condições, e que para que as mudanças ocorram, o cliente que se encontra em um estado incongruente, necessita de um espaço que lhe ofereça um ambiente acolhedor [13].

Assim como o papel do terapeuta deve ser baseado no que Rogers chamou de atitudes facilitadoras, sendo elas a consideração positiva incondicional, a compreensão empática e a congruência [14].

O manejo do terapeuta rogeriano segue o princípio da acolhida, escutando a queixa, sem jamais direcionar ou demonstrar alguma reação de reprovação, que possa influenciar o cliente a tomar alguma atitude que não seja a dele próprio. Os terapeutas devem ser autênticos, assegurando que a sua comunicação verbal e não verbal seja congruente. Para os autores, o terapeuta pode não concordar com tudo o que o cliente faz, mas deve continuar a comunicar sua aceitação do cliente como pessoa, pois essa é uma condição fundamental para desenvolver uma identidade integrada [18].

Dentro do *setting* terapêutico, a demanda apresentada pelo cliente deve ser considerada e validada; o profissional passa a ter lugar no espaço da relação intersubjetiva terapeuta-cliente, aos quais a percepção e as atitudes do terapeuta durante esse processo irão possibilitar que as intervenções ocorram naturalmente [19].

Essas intervenções “[...] criam principalmente uma atmosfera permissiva e não permissiva, aceitação e esclarecimento, reflexão de sentimentos, empatia, consideração positiva e autenticidade” (p. 49) [18].

As intervenções feitas pelos terapeutas rogerianos durante a sessão, seguem a premissa de que o profissional deve participar da experiência imediata do cliente, se afastando totalmente de uma postura que venha analisar, julgar, interrogar ou avaliar o cliente. “A terapia rogeriana não tem técnicas, mas, ela tem formas características” (p. 11) [1].

A atitude do terapeuta rogeriano deve-se pautar no campo da acolhida, a percepção do mundo do cliente pelo terapeuta se dá através do olhar do cliente, e não de uma forma externa. Cabe ao terapeuta experienciar a demanda apresentada pelo cliente se afastando de sua própria visão de mundo, “[...] percebendo esta pessoa da forma como ela mesma se percebe, tentando senti-la como ela se sente, tentando entrar na sua pele

e ver com os seus olhos, estaremos adotando o seu referencial, isto é, estaremos centrados nela” (p.57) [14].

Os autores ora supracitados destacam ainda que, nessa abordagem a acolhida, a confiança e a segurança compartilhadas pelo terapeuta ao cliente se fazem presentes mais da forma não-verbal, pois o cliente necessita sentir que está sendo acolhido e não sendo alvo de um processo de análise, onde o terapeuta se assume um papel de observador externo. A participação verbal do terapeuta se estrutura na forma de facilitador para o andamento da sessão, elucidando ao cliente o sentimento de que está sendo compreendido, verificando se há compreensão de sua atitude empática e pontuando sua presença junto a ele. O cliente precisa sentir a presença do terapeuta junto a ele. A interação junto ao cliente é uma das intervenções da ACP denominada resposta-reflexo. Outro aspecto relevante está na reiteração, considerada uma intervenção na qual o terapeuta utiliza a comunicação verbal, porém não acrescenta nenhum conteúdo novo, apenas traz um resumo ou mesmo reproduz algumas palavras significativas comunicadas pelo cliente. Ainda que pareça um processo simples, se o terapeuta estiver em sintonia com o cliente, essa intervenção possibilita um resultado que venha contribuir para ativar as forças de crescimento e autonomia do cliente [14].

No reflexo de sentimento, a forma de interagir com o cliente se assemelha com o conceito de figura e fundo da Gestalt. Aqui o terapeuta trabalha para ampliar a demanda trazida, para que, sem impor uma condição, se descubra a intenção ou sentimento no que está sendo apresentado “sem usar meios explícitos, isto é, sem tranquilizar ou encorajar, ele cria o calor, a acolhida e a segurança que conduzem naturalmente à expressão do sentimento [...]” (p.68) [1].

Seguindo um caminho inverso, a elucidação visa tornar evidentes atitudes e sentimentos que não se manifestam nas palavras do cliente, trabalha-se com uma ideia de dedução, na compreensão do terapeuta sobre algo que ainda não foi simbolizado pelo cliente. Essa é uma prática que exige um cuidado do terapeuta para não parecer uma atitude ameaçadora, e assim prejudicar o vínculo construído junto ao cliente [14].

Cabe observar neste contexto, que a forma como o terapeuta vai realizar seu trabalho não se limita apenas a atitudes, e assim, serão apresentados no capítulo a seguir os demais recursos que podem ser aplicados na atuação da ACP, como a utilização de metáforas através da linguagem cinematográfica, música, desenho, jogos e uma outra perspectiva defendida pela filha de Carl Rogers, Natalie Rogers, sem deixar de considerar a autonomia do cliente durante a condução dos trabalhos.

E. A Utilização de Recursos na Clínica Rogeriana

Na perspectiva da abordagem centrada na pessoa, o processo terapêutico busca facilitar a reorganização do self e um funcionamento integrado da pessoa, possibilitando que ela consiga alcançar um estado mais congruente, ou seja, um nível de plenitude que possibilite um desenvolvimento saudável. Contudo, ao expor suas vulnerabilidades e compartilhar sua intimidade a pessoa pode percorrer um caminho demorado e doloroso, que envolve a intensificação de sofrimentos, até que se encontre um ponto de autoconhecimento [16].

Para Rogers, a realidade objetiva não existe, a sua visão fenomenológica compreende a realidade da pessoa na forma em que esta é percebida, sentida e vivenciada, ou seja, de acordo com seu mundo interno [20].

Dessa forma, é fundamental que o terapeuta esteja vivenciando o mundo do cliente durante a sessão através do conteúdo que lhe é compartilhado. E assim, caso isso ocorra, o profissional pode utilizá-lo como instrumento facilitador, expressando o mundo do cliente para a ele, fazendo que ele experimente uma sensação de liberdade e valorização de si, permitindo que ele explore com mais intensidade seu campo perceptivo [14].

O uso de recursos terapêuticos surge como um facilitador na quebra dessa barreira inicial, auxilia na formação do vínculo entre o cliente e terapeuta, e torna a relação terapêutica uma fonte de intervenção. Compete ao profissional utilizar de sua criatividade para elaborar novos recursos que facilitem esse processo, e que estes podem ser bastante úteis no decorrer dessa relação, tanto para o profissional quanto para o indivíduo que está sendo atendido [21].

De acordo com a autora supracitada, a utilização de recursos artísticos, expressivos, lúdicos e esportivos como forma de mediação e facilitação do trabalho terapêutico apresentam resultados positivos, e se tornam imprescindíveis na formação de um bom vínculo, auxiliando o terapeuta e promovendo a mudança do cliente. Assim, cabe aos psicólogos rogerianos buscar novas formas de seu foco para além das três condições fundamentais da abordagem centrada na pessoa [21].

O uso da metáfora, tanto por iniciativa do cliente quanto do terapeuta, demonstra ser um instrumento eficaz no processo psicoterapêutico. Por ser uma figura de linguagem muito utilizada no cotidiano, a facilidade de expressar algo relacionado a outro objeto semelhante, pode auxiliar a comunicação do cliente, assim como ser utilizada para alcançar objetivos terapêuticos [22].

No que diz respeito ao uso da metáfora, a inserção da linguagem fílmica pode contribuir nesse processo de comunicação. Para Merleau-Ponty a relação entre cinema e psicologia promovia uma nova concepção do olhar como atividade dotada de sentido [23].

Complementa que, a imagem cinematográfica torna manifesta a união do espírito com o corpo e a expressão de um no outro. O cinema, com suas diversas formas de leitura, possibilita que o espectador experiencie um movimento de transferência para aquele conteúdo que está sendo exibido, através da identificação com personagens, sentimentos e situações [23]. Na ampla esfera dos recursos terapêuticos, o jogo é outra opção de mediador nesse processo. Considerado um recurso que facilita a ampliação do conteúdo a ser apresentado pelo cliente, uma vez que permite a expressão das emoções diante da dificuldade de manifestá-las através da fala. Para os autores “Com o uso do referido jogo não é o psicoterapeuta que questiona ou se dirige ao jovem, mas é através desse lúdico que surgem as questões, propiciando ao jovem um contexto facilitador para suas vivências e até as mais difíceis” (p. 405) [24].

A arte é outra forma de expressão que pode facilitar a interação entre o cliente e o terapeuta, sendo utilizada tanto para crianças quanto para adultos. “O desenho é a

manifestação de uma necessidade vital da criança: agir sobre o mundo que a cerca, intercambiar, comunicar. A criança projeta no seu desenho o seu esquema corporal, deseja ver a sua própria imagem refletida no espelho do papel” (p. 51) [25]. O desenho apresenta uma forma de expressão subjetiva, predominando a singularidade da criança, pois ato de desenhar expressa emoção, curiosidade, medo, alegria e verdades internas. Neste sentido, pode-se perceber através de seus traçados “[...] quem é essa criança que desenha, quais conteúdos está expressando, gostos por brincadeiras com objetos e, ainda, se ela permanece em apenas uma única atividade ou se interessa pelo meio diverso que a cerca” (n.p.) [26].

Partindo dessa premissa, vale destacar o emprego da fantasia no atendimento infantil, é um recurso, que dentre suas finalidades fornece “[...] pistas sobre a formação de conceitos e regras, além de possibilitar que o cliente expresse sentimentos e relate eventos externos” (p.51) [30].

O legado deixado por Melanie Klein é outro exemplo, a utilização de sua caixa lúdica permite que as crianças expressassem seus conflitos da maneira como utilizam os itens [27].

A mesma fonte destaca que, com o tempo os psicólogos começaram a utilizar outros itens mais elaborados, como jogos de tabuleiros e brinquedos de montar, fazendo com que a caixa lúdica tradicional fosse, até certo ponto, perdendo suas principais características, e mais recente, com o surgimento de novas tecnologias, jogos eletrônicos. Porém, pondera que ser necessário refletir a respeito da eficácia dessas novas ferramentas como meio de auxiliar nos processos terapêuticos [27].

Considera-se neste contexto que, embora Rogers não tenha trabalhado com a ideia de recursos lúdicos em suas publicações, sua filha Natalie Rogers, deu continuidade em seus trabalhos introduzindo a prática em seu estudo “A Conexão Criativa”, apresentado no I Fórum Internacional da Abordagem Centrada na Pessoa em 1982. Natalie descreve a atuação baseada na terapia expressiva como uma forma de utilizar uma atuação não verbal, introduzindo práticas artísticas como dança, arte, música, escrita (particularmente poesia) drama e até o teatro improvisado, algo que remete ao psicodrama, mas que aqui, é preciso salientar a ótica é rogeriana [28].

Em uma entrevista concedida em 2003, Natalie abordou o tema, salientando o quanto essa atuação facilita o crescimento pessoal e grupal. Para a autora: a combinação das “artes expressivas” com a abordagem centrada na pessoa é um avanço natural. Em um enquadre terapêutico, as artes expressivas são o meio para aproximar-se do medo, da vergonha, da culpa e do nojo, inconscientes e não expressados, que frequentemente nos prendem a um padrão de silêncio. A expressão criativa, quando aceita e compreendida, pode ajudar o participante a enfrentar estes sentimentos obscuros e tornar-se uma ponte para a alegria, a sensualidade, o amor e a compaixão (p. 3) [29].

Diante do exposto, pode-se constatar a existência de uma variedade de formas de estabelecer o vínculo terapêutico e facilitar o processo do cliente durante o seu atendimento, seja ele individual ou em grupo, e que estas dependem muito da

flexibilidade, criatividade e habilidade do terapeuta. Sendo assim, é necessário refletir se a forma como a prática vem sendo executada, seja dentro do consultório ou em qualquer outro ambiente em que o psicólogo esteja atuando, se mantém fiel aos princípios rogerianos presentes na abordagem centrada na pessoa.

III. CONCLUSÕES

A atuação na perspectiva da abordagem centrada na pessoa é um trabalho realizado em conjunto, onde terapeuta e cliente experienciam o processo de escuta e aceitação recíproca, em que o primeiro atua como um facilitador e propicia um clima favorável para que o segundo se permita aceitar-se a si, reconhecendo suas potencialidades e autonomia.

Na perspectiva rogeriana há a crença de que o ser humano tem a capacidade de se autodirigir, portanto, sua filosofia é baseada nessa confiança no outro, ou seja, rejeita rótulos ou fórmulas prontas e utiliza-se de atitudes – baseadas nas condições da empatia, consideração incondicional e congruência. Rogers acredita que dessa forma, o cliente abandona suas defesas e caminha em direção ao seu desenvolvimento/crescimento.

É visto que a atuação rogeriana fundamenta seus valores considerando o indivíduo, toda a sua subjetividade e autonomia, designando a ele o papel principal de sua história. Porém, sem questionar os métodos de Rogers, o estudo buscou reconhecer que recursos terapêuticos aplicados em outras abordagens podem contribuir na prática clínica da ACP, sem que isso descaracterize a atuação da perspectiva rogeriana. Durante a pesquisa, identificou-se os recursos oriundos de abordagens ou formas de expressão artísticas que já foram utilizados como instrumentos na atuação clínica por outras perspectivas psicológicas.

Neste propósito compreende-se que, cabe ao terapeuta rogeriano adaptar a utilização desses recursos e fazer a leitura sob a ótica da abordagem rogeriana, observando a forma como o cliente interage e responde a este processo, respeitando sua autonomia na decisão e direção que ele necessita seguir.

A intenção com esse estudo não foi discutir ou questionar a capacidade do indivíduo de se autodirigir ou a premissa defendida por Rogers que o crescimento é natural do ser humano. O propósito desta pesquisa é provocar reflexões que permitam que o facilitador busque mais recursos para auxiliar em sua atuação, sem temer descaracterizar a proposta de Carl Rogers ou alterar os princípios da abordagem centrada na pessoa.

AGRADECIMENTOS

O autor agradece em primeiro lugar a parceria e orientação da professora Me. Beatriz Hering Faht, que a todo momento acreditou no projeto, possibilitando que todas as ideias do autor fossem organizadas e colocadas em prática. Um agradecimento especial para professora Me. Maria Balbina de Magalhães por compartilhar os conhecimentos da Abordagem Centrada na Pessoa de forma tão genuína e apresentar Carl Rogers. Essas trocas fizeram toda a diferença. Este projeto foi

financiado pelo Centro Universitário Avantis - Uniavan (Bolsa Art. 171 - Pesquisa).

REFERÊNCIAS

- [1] ROGERS, C. R.; KINGET, G. M. *Psicoterapia e Relações Humanas Vol 2: teoria e prática da teoria não-diretiva*. 2. ed. Belo Horizonte: Interlivros, 1977.
- [2] BORJA-SANTOS, C. Abordagem Centrada na Pessoa: relação terapêutica e processo de mudança. *Psicólogos: Revista do Serviço de Psiquiatria do Hospital Fernando Fonseca*, Amadora, v. 1, n. 2, p. 18-23, out. 2004.
- [3] PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. *Metodologia do trabalho científico [recurso eletrônico]: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmica*. 2. ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.
- [4] GIL, A. C. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- [5] PEREIRA, A. S. et al. *Metodologia da pesquisa científica [recurso eletrônico]*. 1. ed. Santa Maria: UAB/NTE/UFMS, 2018.
- [6] MARCONI, M. D. A.; LAKATOS, E. M. *Fundamentos de metodologia científica*. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.
- [7] BOCK, A. M. B.; FURTADO, O.; TEIXEIRA, M. D. L. T. *Psicologias: uma introdução ao estudo de Psicologia*. 14. ed. São Paulo: Saraiva, 2008. 368 p.
- [8] BRANCO, P. C. C.; SILVA, L. X. D. B. Psicologia Humanista de Abraham Maslow: recepção e circulação no Brasil. *Phenomenological Studies: Revista da Abordagem Gestáltica*, [online], v. 23, n. 2, p. 189-199, maio 2017.
- [9] OLIVEIRA, B. A. S.; OLIVEIRA FILHO, J. B. Psicoterapia Existencial Humanista: a descoberta de si mesmo. *Conhecendo Online, [S. l.]*, v. 3, n. 1, 2018.
- [10] BRANCO, P. C. C. Organismo: tendência atualizante e tendência formativa no fluxo da vida. In: CAVALCANTE JUNIOR, F. S.; SOUSA, A. F. (org.). *Humanismo de funcionamento pleno: tendência formativa na abordagem centrada na pessoa - ACP*. 2. ed. Campinas: Alínea Editora, 2018. p. 393.
- [11] ROGERS, C. R. (1980) *Um Jeito de Ser*. 14. ed. São Paulo: E.P.U., 2021.
- [12] CARRENHO, E.; TASSINARI, M.; PINTO, M. A. S. *Praticando a Abordagem Centrada na Pessoa: dúvidas e perguntas mais frequentes*. São Paulo: Carrenho Editorial, 2010.
- [13] ROGERS, C. R. (1961). *Tornar-se Pessoa*. 6. ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2009.
- [14] TAMBARA, N.; FREIRE, E. *Terapia Centrada no Cliente: teoria e prática, um caminho sem volta*. Porto Alegre: Delphos, 1999.
- [15] FADDA, G. M. *Autismos e o olhar centrado na pessoa*. 2013. 61 f. Monografia (Especialização) - Curso de Psicologia, Universidade da Fundação Mineira de Educação e Cultura – Fumec, Belo Horizonte, 2013.
- [16] ROGERS, C. R. (1951). *Terapia Centrada no Cliente*. Lisboa: Edial - Editora da Universidade Autónoma de Lisboa, 2003.
- [17] HOCH, V. A. *A percepção do cliente sobre a vivência da relação terapêutica na terapia centrada no cliente*. 2001. Disponível em: <<https://www.apacp.org.br/diversos/artigos/a-percepcao-do-cliente-sobre-a-vivencia-da-relacao-terapeutica-na-terapia-centrada-no-cliente-3/>>. Acesso em: 29 ago. 2022.
- [18] EREMIE, M; UBULOM, W. Review of person centered counselling theory. *International Journal Of Innovative Education Research*. Bangladesh, p. 46-50. abr. 2016. Disponível em: <<https://docplayer.net/25836833-Review-of-person-centered-counselling-theory.html>>. Acesso em: 08 ago. 2022.
- [19] MOREIRA, V. Revisitando as fases da abordagem centrada na pessoa. *Estudos de Psicologia*, Campinas, v. 27, n. 4, p. 537-544, out./dez. 2010.
- [20] DUTRA, E. M. D. S. Rogers and Heidegger: is a gathering for a new view of the self possible? *Estudos de Psicologia*, Campinas, v. 33, n. 3, p. 413-423, set. 2016.
- [21] COELHO, A. M. *A Funcionalidade de Recursos Terapêuticos na Prática Clínica do Analista do Comportamento*. 2011. 53 f. Monografia (Especialização) - Curso de Neuropsicologia, Instituto Brasiliense de Análise do Comportamento, Brasília, 2011.
- [22] PINHEIRO, R. S. *A utilização de metáforas como recurso terapêutico*. 2012. Disponível em: <<https://comportese.com/2012/02/10/a-utilizacao-de-metaforas-como-recurso-terapeutico/>>. Acesso em: 22 abr. 2022.
- [23] XAVIER, I (org.). *A experiência do cinema: antologia*. Rio de Janeiro: Graal, 1983.
- [24] ARENALES-LOLI, M. S. et al. O Jogo como mediador na entrevista: um novo lugar no processo psicoterápico com adolescentes. *Bol. Acad. Paulista de Psicologia*, São Paulo, v. 33, n. 85, p. 405-426, 2013.
- [25] DERDYK, E. *Formas de pensar o desenho: desenvolvimento do grafismo infantil*. São Paulo: Scipione, 1994.
- [26] ESCUTA PSIQUICA. *O Desenho Como Ferramenta No Atendimento Psicológico Infantil*. 2021. Disponível em: <<https://escutapsiquica.com.br/desenho-como-ferramenta-atendimento-psicologico-infantil.html>>. Acesso em: 23 ago. 2022.
- [27] LEITE, R. F. Caixa lúdica e novas tecnologias. *Estudos de Psicanálise*. Belo Horizonte, v. 1, n. 45, p. 145-148, jul. 2016.
- [28] ROGERS, N. *A conexão criativa*. Trabalho apresentado no I Fórum Internacional da Abordagem Centrada na Pessoa, 1982.
- [29] MARTÍNEZ, L. G. Las artes expresivas centradas en la persona: un sendero alternativo en la orientación y la educación. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, Mexicali, v. 5, n. 2, p. 01-10, 2003. Disponível em: <<https://redie.uabc.mx/redie/article/view/84/149>>. Acesso em: 30 abr. 2023.
- [30] HABER, G. M.; CARMO, J. D. S. O fantasiar como recurso na clínica comportamental infantil. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, [s. l], v. 9, n. 1, p. 45-61, jan. 2007.

DADOS BIOGRÁFICOS

Eloy Reinert Filho, nascido em 05/08/1986 em Balneário Camboriú/SC, acadêmico do décimo período do curso de Psicologia no Centro Universitário Avantis – UNIAVAN.

Beatriz Hering Faht, nascida em 10/05/1977 em Blumenau/SC, Psicóloga e Pedagoga, Especialista em Recursos Humanos, Especialista em Ensino a Distância: docência e tutoria, Mestre em Educação. Professora do Ensino Superior desde 2005.