

ABORDAGEM CENTRADA NO ADOLESCENTE

SILVA, Régis Maliszewski da.¹
MOREIRA, Jaqueline de Oliveira.²
IOANNIDIS, Tiffany.³

RESUMO

Levando em consideração que a adolescência é uma etapa onde o indivíduo possui uma grande vulnerabilidade, por conta das várias mudanças que ocorrem ao seu redor, bem como, os questionamentos sobre si mesmo, o presente trabalho visa compreender as intervenções da Abordagem Centrada na Pessoa com o público adolescente. Com base na teoria de Carl R. Rogers, o texto abordará as formas de comunicação possíveis para auxiliar o adolescente no processo de desenvolvimento do self, as ferramentas necessárias para ter um ambiente facilitador para essa população e de que maneira o processo terapêutico pode ajudar a ampliar a visão do campo fenomenológico do grupo em questão.

PALAVRAS-CHAVE: Psicologia; Adolescência; Abordagem Centrada na Pessoa.

1. INTRODUÇÃO

A adolescência é uma fase da vida que contém uma crise de valores da própria realidade do indivíduo. Essa etapa é marcada pela ruptura do passado infantil, para então adentrar em uma nova fase que instiga várias mudanças. Conforme essa realidade, manifesta-se a necessidade de questionar os próprios valores e avaliá-los, para assim, surgirem novos posicionamentos. Com isso, surgem os vários questionamentos, e por vezes, a insegurança, de pela primeira vez, tomar uma decisão por si só, bem como, utilizar sua liberdade e sua responsabilidade para encontrar um propósito (NOVELLO, 2009).

Para Melo (2001), a adolescência é caracterizada como uma etapa radical de mudanças no quesito de um ser-corpo-sexuado-criança para um ser-corpo-sexuado-adulto. Por conta disso, esse público conta com possibilidades infinitas de reinventar a vida e seus valores. O autor destaca que a adolescência é um momento de indefinição, porém, ao mesmo tempo, é um momento de busca pelo autoconhecimento, de conquistar espaços, e de reelaboração de seu universo existencial.

A Abordagem Centrada na Pessoa contém recursos e ferramentas que possibilitam a autocompreensão, o autoconhecimento e a modificação do autoconceito e comportamento. Para melhor entendimento, Rogers (2001), definiu essas possibilidades de mudanças no self como tendência atualizante. Esse conceito se caracteriza na capacidade do indivíduo de se desenvolver

¹Psicólogo, Orientador, Mestre em Psicologia, Docente do curso de Psicologia do Centro Universitário Assis Gurgacz - FAG. E-mail: regissilva@fag.edu.br

²Acadêmica do 10º período do curso de Psicologia do Centro Universitário Assis Gurgacz - FAG. E-mail: jomoreira@minha.fag.edu.br

³Acadêmica do 10º período do curso de Psicologia do Centro Universitário Assis Gurgacz - FAG. E-mail: tioannidis@minha.fag.edu.br

como pessoa, e tal tendência está sempre se manifestando, e não será cessada até o organismo cessar.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Rogers (1992), elaborou seis condições para determinar um ambiente facilitador para o cliente. Essas condições são: que tanto o cliente quanto o terapeuta estejam em contato psicológico; o cliente esteja em um estado de incongruência; o terapeuta esteja integrado na relação; o terapeuta experiencie a consideração positiva incondicional pelo cliente; o terapeuta experiencie uma compreensão empática referente ao interno do cliente e que a comunicação ao cliente seja efetivada, pelo menos num grau mínimo. Tais condições são essenciais para que ocorra uma mudança no processo terapêutico. O adolescente quando se sente acolhido e compreendido, vivencia a autenticidade do psicólogo. Dessa maneira, é reconhecido que o ambiente é facilitador para que aconteça um desenvolvimento pessoal e um crescimento genuíno.

Quando o adolescente experimenta o conflito interior referente às suas escolhas, o leva a perceber que deve agir fundamentado a um determinado valor, e, algumas vezes, este pode escolher combater esse conflito a valores contrários, e isso pode provocar uma desestabilização emocional e mental. Esse tipo de comportamento pode levar o indivíduo a apresentar o que Rogers (1977) definiu como incongruência, que seria a desconexão com a essência individual. Dito isso, uma das condições necessárias para auxiliar nesse conflito de identidade existente no processo dos adolescentes de autoconhecimento, em uma visão humanista, é a compreensão empática do terapeuta, onde o maior objetivo é sentir o mundo do cliente como se fosse o próprio, ou seja, sentir o que esse indivíduo está sentindo, a raiva, o sofrimento e o medo. Essa compreensão permite um processo de ressignificação do mundo interno do adolescente (ROGERS, 1977).

Quando o psicólogo proporciona condições que facilitam o desenvolvimento de uma pessoa, o sujeito busca uma harmonia interna, e por consequência uma harmonia com seu meio também (CARRENHO, TASSINARI e PINTO, 2010). A compreensão empática apresentada por Rogers (1977), é sobre estar com o outro de uma maneira que deixamos nossos próprios pontos de vista e valores para entrar no mundo do outro sem julgamentos, nesse sentido, significa deixar de lado o nosso próprio self e não se perder no mundo estranho e bizarro do outro, sem ter dificuldades para voltar para nosso próprio mundo. No que diz respeito sobre os princípios que auxiliam o cliente a encontrar seu próprio caminho.

Outro tipo de facilitador é o reflexo de sentimentos que tem como objetivo descobrir a real intenção, atitude ou sentimentos que são inerentes na fala do cliente, assim, o terapeuta propõe esses sentimentos, sem os impor, a fim de que o cliente afirme se é ou não esse sentimento que o mesmo está sentindo, agregando também, na compreensão empática. (ROGERS e KINGET, 1977).

Rogers (1992), formulou também a congruência como princípio facilitador, que é um termo para descrever a condição onde o psicólogo é autêntico e sem máscaras com o cliente. O terapeuta que for capaz de assumir a complexidade dos sentimentos sem medo, maior será seu grau de congruência, ou seja, é a capacidade do psicoterapeuta de ser autêntico quando se diz respeito aos seus sentimentos em relação a pessoa que está pedindo ajuda. Ainda sobre formas de contato no que se refere ao terapeuta na Abordagem Centrada na Pessoa, a consideração positiva incondicional é a tentativa de considerar o outro, aceita-lo dentro de seus sentimentos, pensamentos e atitudes, independentemente de quais sejam.

Ainda sobre as intervenções existentes na Abordagem Centrada na Pessoa, Rogers (1999) explica sobre o reflexo simples. Essa comunicação pode ser caracterizada como uma intervenção breve onde o terapeuta indica aspectos importantes da comunicação que é trazida pelo cliente, isto é, propondo as palavras principais para auxiliar na continuidade da comunicação, reforçar o discurso, incentivar sua expressividade a fim de permitir o cliente a desenvolver mais seu relato.

De acordo com Rogers (1902/1977), o olhar dos adolescentes em relação ao mundo é baseado em suas vivências sociais, e segundo ele, percebe-se que a juventude tem-se mostrado insegura em relação aos valores, uma vez que, o indivíduo contemporâneo é constantemente inundado de informações diferentes e contraditórias no que se refere aos valores. E tendo em vista que a adolescência é uma fase de diversos questionamentos, pode-se pressupor que o adolescente vivencie uma espécie de crise/confusão, no que tange à compreensão e formação de seus valores pessoais. Nessa perspectiva, o papel do terapeuta, apesar de não ser diretivo, não deve ser passivo e sim atento em relação a tudo que o adolescente traz, sendo de suma importância a compreensão e um genuíno interesse nas demandas do cliente, sempre acolhedor e permissivo. Para tal, Axline (1947/1972) postula 8 princípios básicos para guiar o terapeuta, são eles:

- 1- O terapeuta deve desenvolver um amistoso e cálido relacionamento com a criança, de forma que logo se estabeleça o “rapport”;
- 2- O terapeuta aceita a criança exatamente como ela é;
- 3- O terapeuta estabelece uma relação de permissividade no relacionamento, de tal modo que a criança se sinta completamente livre para expressar seus sentimentos;
- 4 - O terapeuta está sempre alerta para identificar os sentimentos que a criança está expressando e para refleti-los para ela, de tal forma que ela adquira conhecimento sobre seu comportamento;
- 5- O terapeuta mantém profundo respeito pela capacidade da criança

resolver seus próprios problemas, dando-lhe oportunidade para isto. A responsabilidade de escolher e de fazer mudanças é deixada à criança; 6- O terapeuta não tenta dirigir as ações ou conversas da criança de alguma forma. Ela indica o caminho e o terapeuta o segue; 7- O terapeuta não tenta abreviar a duração da terapia. O processo é gradativo e assim deve ser reconhecido por ele; 8- O terapeuta estabelece somente as limitações necessárias para fundamentar a terapia no mundo da realidade e fazer a criança consciente de sua responsabilidade no relacionamento (AXLINE, 1947/1972, p. 67).

É sabido que muitas vezes, quando uma criança ou adolescente é encaminhada para a terapia, é por solicitação dos pais ou responsáveis, sendo assim, ela pode chegar ao consultório amedrontada, entusiasmada ou até mesmo confusa. Diante disso, entende-se que o contato inicial com o terapeuta é imprescindível para o sucesso ou fracasso da terapia. O terapeuta deve demonstrar um esforço honesto em entender as demandas do cliente, para que com isso crie uma relação de confiança (AXLINE, 1947/1972).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, pode-se inferir que a fase da adolescência, gera vários questionamentos no indivíduo sobre sua identidade, valores e crenças. Durante essa etapa, são consideradas várias transformações e autocobranças. Dito isso, a Abordagem Centrada na Pessoa, é vista como um grande facilitador no processo de autoconhecimento dos adolescentes, considerando que existe um acolhimento incondicional para o indivíduo que está no processo de transformação. Mesmo que exista um momento de incongruência dos adolescentes em relação ao próprio ser, essa etapa acaba se tornando fundamental para a constituição do self do indivíduo. A existência da crença no potencial humano é de grande colaboração para o cliente, pois o terapeuta vai acolher e considerar o atendido em todos os seus aspectos, sejam eles positivos ou negativos.

Nesse sentido, o terapeuta deve criar um ambiente acolhedor, no qual o adolescente sinta-se confortável o suficiente para relaxar suas defesas e experimentar sensações novas. Isso só é possível, se o terapeuta aceitar o cliente incondicionalmente, e não apresentar ameaças à sua estrutura de self, sempre atendo-se ao aqui e agora, nos sentimentos atuais do cliente. O terapeuta deve conduzir o cliente para uma reorganização do seu auto-conceito e uma maior assimilação entre o eu e a experiência orgânica, promovendo assim, uma menor tensão psicológica no cliente o que possibilita uma evolução em seus relacionamentos, bem como, propicia a possibilidade de desenvolver seus próprios valores, apoiando-se em suas próprias experiências. Por fim, uma terapia bem sucedida, pode facilitar o processo do cliente em abrir-se para novas experiências, sem a

exigência interna de defender-se o tempo todo. Podendo assim, viver e sentir genuinamente, sem distorções, tornando assim, a vida mais fluida (TAMBARA E FREIRE, 1999).

REFERÊNCIAS

AXLINE, V. M. (1947). **Ludoterapia**. Interlivros. Belo Horizonte, 1972.

CARRENHO, E.; TASSINARI, M. P. **Praticando a abordagem centrada na pessoa: dúvidas e perguntas mais frequentes**. São Paulo: Carrenho Editorial, 2010.

LERNER, M. **Introducción a la psicoterapia de Rogers**. Buenos Aires: Ediciones Nueva Visión, 1974.

MELO, S. M. **Corpos no espelho**. Rio Grande do Sul: Faculdade de Educação, 2001.

NOVELLO, F. **Psicologia da adolescência**. São Paulo: Paulinas, 2009.

ROGERS, C. R. **As condições necessárias e suficientes para a mudança terapêutica na personalidade**. São Paulo: Martins Fontes, 1957.

_____.; KINGET, G. M. **Psicoterapia e relações humanas**, v. 1, Belo Horizonte: Interlivros, 1977.

_____. (1902). **De pessoa para pessoa: O problema de ser humano - Uma nova tendência na Psicologia**. 2 ed. São Paulo: Pioneira, 1977.

_____. **Terapia centrada no cliente**. São Paulo: Martins Fontes, 1992.

_____. **Tornar-se pessoa**. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

TAMBARA, N.; FREIRE, E. **Terapia centrada no cliente: Teoria e Prática: Um Caminho Sem Volta**. 1 ed. Porto Alegre: Ed. Delphos, 1999.