



O PLANTÃO PSICOLÓGICO E ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

Dias, Janaina Roseli Simões.
Granetto, Luiz Fernando.
Lima, Maurílio Velter.

RESUMO

Este artigo examina a aplicação dos princípios fundamentais da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) no contexto do plantão psicológico, oferecendo uma visão aprofundada sobre como essa abordagem humanista se manifesta em situações de crise e emergência. Sob a orientação da ACP, o plantão psicológico se torna um espaço acolhedor e genuíno, onde indivíduos em momentos de vulnerabilidade podem encontrar apoio emocional imediato. O estudo destaca três pilares essenciais da ACP: congruência, tendência atualizante e consideração positiva incondicional. A congruência, ou autenticidade, incentiva os facilitadores a criar uma harmonia entre o eu real e o eu ideal do cliente, proporcionando um ambiente onde a verdadeira natureza do indivíduo é aceita e valorizada. A tendência atualizante, uma força inerente ao crescimento humano, é reconhecida e nutrida, permitindo que os clientes se conectem com suas próprias capacidades de autorrealização mesmo em momentos de angústia. A consideração positiva incondicional estabelece a base para uma compreensão mútua, sem julgamentos, criando assim um espaço onde as experiências dos clientes são validadas e respeitadas. Ao aplicar esses princípios no plantão psicológico, os facilitadores podem auxiliar os indivíduos a aceitar seus sentimentos e experiências, promovendo uma flexibilização do self. Esta aceitação não apenas facilita uma compreensão mais profunda dos outros, mas também fortalece a construção de relações empáticas e saudáveis.

PALAVRAS-CHAVE: Abordagem Centrada na Pessoa, Psicologia, Plantão Psicológico, Crises e Emergências, Princípios.

1. INTRODUÇÃO

No contexto desafiador das crises, emergências decorrentes de situações ambientais ou transições significativas no ciclo da vida, a necessidade de apoio psicológico imediato e empático é crucial. A Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), uma teoria humanista desenvolvida por Carl Rogers, oferece uma estrutura única para entender e abordar esses momentos de vulnerabilidade. O plantão psicológico, como uma prática enraizada nos princípios da ACP, emerge como uma alternativa vital para fornecer esse suporte.

Este artigo explora profundamente os fundamentos da ACP - congruência, tendência atualizante e consideração positiva incondicional - no contexto do plantão psicológico. A congruência, que representa a autenticidade e harmonia com o eu ideal, é fundamental para criar um ambiente de aceitação e compreensão. A tendência atualizante, a força intrínseca que impulsiona o crescimento pessoal, é cultivada para ajudar os indivíduos a enfrentar momentos de angústia. A consideração positiva incondicional, uma compreensão genuína e não julgamental, forma a base de um ambiente acolhedor que permite aos clientes explorar suas experiências sem restrições.



2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A ATUAÇÃO DA PSICOLOGIA

A psicologia abrange uma vasta gama de funcionamentos e práticas. Ao examinar os estudos relacionados a essa disciplina, é notável a diversidade de técnicas presentes em seu repertório de prática psicológica. No livro "Psicologias" (1999, p.34), um complemento de texto de Japiassi (1982) ressalta que, ao explorar o campo da psicologia, é crucial compreender que o termo "psicologia" engloba diversas atividades do psicólogo em sua prática, levando à sugestão de que uma maneira mais adequada de se referir a essa ciência seria como "ciências psicológicas", visando abarcar completamente sua expansão. A pluralidade de perspectivas na consideração da natureza humana surge devido à multiplicidade de abordagens para compreender a existência humana, isso é evidenciado pelas diversas teorias que surgiram ao longo do tempo, cada uma moldada por contextos históricos e filosóficos específicos.

A psicanálise, idealizada por Sigmund Freud no final do século XIX e início do século XX, introduziu a exploração do inconsciente e a influência de impulsos internos sobre o comportamento humano. A análise do comportamento, proposta por B.F. Skinner em meados do século XX, concentrou-se nas relações entre comportamento e ambiente, destacando a importância das consequências no modelamento comportamental. Conforme a sociedade evoluiu e a ciência avançou, as teorias psicológicas também se adaptaram, e novas abordagens emergiram, enriquecendo ainda mais a compreensão da humanidade.

Um exemplo notável é a abordagem centrada na pessoa, desenvolvida por Carl Rogers. Esta teoria, surgida em meados do século XX, concebe o ser humano como um indivíduo inerentemente inclinado ao crescimento, ao desenvolvimento pessoal e à saúde psicológica (NEWTON e FREIRE, 1999, p.35).

A diversidade de abordagens na psicologia é uma característica essencial e enriquecedora dessa disciplina pois a presença de múltiplas perspectivas, cada uma com sua própria linguagem teórica, desempenha um papel vital em desvendar a riqueza e a complexidade da experiência humana. Portanto, a multiplicidade de abordagens é mais do que uma mera escolha; é uma necessidade para uma compreensão verdadeiramente completa. A orientação teórica na Psicologia atua como uma lente através da qual é possível obter uma visão de homem e mundo, sendo um campo essencial de debate na prática psicológica.



De acordo com o Conselho Federal de Psicologia (1992), em uma contribuição para o catálogo brasileiro do Ministério do Trabalho sobre ocupações, o papel do psicólogo envolve o estudo e a análise de processos e relações interpessoais. Dessa forma, é possível compreender tanto o indivíduo quanto o grupo, bem como as instituições que cercam esse indivíduo. Além disso, dentro desse mesmo contexto, ressalta-se a importância de "promover, por meio de sua atuação, o respeito à dignidade e à integridade do ser humano" (1992, p.1).

2.1 PLANTÃO PSICOLÓGICO

A compreensão da atuação do psicólogo levanta discussões pertinentes, especialmente quando se considera sua aplicação em áreas clínicas. No estudo de Dutra (2004), essa temática é contextualizada com base na prática tradicionalmente observada em consultórios privados, o que suscita questionamentos sobre a viabilidade dessa abordagem em diferentes contextos. Nesse mesmo sentido Dutra (2004) também argumenta que uma abordagem contemporânea da prática clínica requer uma adaptação ao contexto social, abraçando diversas perspectivas para compreender a complexidade do ser humano e reinterpretando teorias psicológicas.

Conforme os contextos evoluem, a prática clínica precisa se diversificar para melhor atender às demandas em constante mudança. Dentro desse contexto, Dutra (2004, p.383) sugere que a nova concepção de clínica psicológica envolve a contextualização e reflexão do ato clínico em relação ao ambiente do indivíduo, buscando uma abordagem que esteja alinhada com a realidade do cliente. Considerando essa perspectiva, surge o plantão psicológico como uma prática que visa atender o ser humano no exato momento em que ele necessita de apoio, auxiliando-o a lidar de maneira mais eficaz com seus recursos e limitações (CHAVES e HENRIQUE, 2008, p.152).

Originado em 1969 por Rachel Rosemberg no Serviço de Aconselhamento Psicológico (SAP) do Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (IPUSP), o plantão psicológico foi influenciado pela abordagem centrada na pessoa e se desenvolveu como uma alternativa de assistência aos pacientes (DUTRA e REBOUÇAS, 2010, p. 22). A psicóloga Tassinari (2003), referência em plantão psicológico, define que:

O plantão psicológico é um tipo de atendimento psicológico que se completa em si mesmo, realizado em uma ou mais consultas sem duração premeditada, objetivando receber qualquer pessoa no momento exato de sua necessidade para



ajuda-lá a compreender melhor a sua emergência e, se necessário, encaminha-lá a outros serviços.

Uma das características do plantão psicológico é proporcionar um espaço de apoio para aqueles que muitas vezes são marginalizados pela sociedade. Nessa abordagem, o foco está nas necessidades do cliente, independentemente da natureza de suas demandas, refletindo a intenção de estar ao lado do cliente no presente momento, explorando as questões emergentes e avaliando recursos disponíveis para ampliar suas opções (MAHFOUD, 1987). Sendo assim o plantão psicológico, como descreve Tassinari (2010) é um serviço de promoção de saúde pois o plantonista busca que a pessoa a ser atendida se encontre naquele momento e consiga clarear suas necessidades, e essa ação de cuidado que a pessoa atendida tem consigo mesmo atinge os objetivos da prevenção primária.

Como já foi demonstrado, o plantão psicológico tem como fundamento a abordagem centrada na pessoa desenvolvida por Carl Rogers, onde permeia-se os princípios de consideração positiva incondicional, compreensão empática e congruência, e também a visão da tendência atuaizante, que é um conceito primordial da Abordagem Centrada na pessoa (TASSINARI, 2010 p.101). Nos próximos tópicos o objetivo é descrever esses fundamentos e como eles são aplicados na prática do plantão psicológico.

3. METODOLOGIA

Este estudo foi conduzido por meio de extensiva pesquisa bibliográfica, que envolveu a análise de livros, revistas, artigos científicos pertinentes ao tema em questão. O objetivo principal foi aprofundar o conhecimento acadêmico sobre o plantão psicológico e sua interseção com a abordagem centrada na pessoa.

4. ANÁLISE E DISCUSSÕES

Para a abordagem centrada na pessoa o plantão psicológico se constitui como uma alternativa para momentos de crise, emergências por situações ambientais ou crises do ciclo da vida, sendo uma prática que segue os fundamentos da ACP como congruência, tendência atualizante, consideração positiva incondicional e agrega em sua prática as proposições de Carl Rogers. Esta



prática foi desenvolvida pela professora Rachel Lea Rosenberg no Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (IPUSP) (DUTRA e REBOUÇAS, 2010).

A congruência se configura como uma maneira de ser, segundo Carl Rogers (1985, págs. 71-72) sua prática é como uma busca por harmonia com o eu ideal, usando da fenomenologia para explicar seria como nosso campo de experiências que selecionamos para definir quem somos, este campo seriam os ideais de como a cada um se vê, experiências que justificariam essa visão, o facilitador aproximaria o seu eu real do seu campo fenomenológico identificado como eu ideal através da expansão de experiências reconhecidas como parte de quem somos.

A tendência atualizante é identificada em todo organismo vivo, quando uma planta que está crescendo se direciona para o sol em busca de luz para se desenvolver é uma manifestação da tendência atualizante, o facilitador deve acreditar que dentro do seu cliente existe essa força propulsora para organizar a sua personalidade, para ampliar o contato com suas experiências e assim flexibilizar o self, conseguindo ver mais possibilidades em um momento de angústia (TASSINARI, DURANGE. 2011, págs. 53-54).

Consideração positiva incondicional seria a capacidade do facilitador compreender as experiências do cliente entendendo quais eram as opções que ele conseguia enxergar naquele momento, apreender a maneira particular de como cada cliente vê o mundo sem intenções de moldar essa visão, a capacidade do facilitador se comunicar com a experiência descrita pelo cliente compreendendo e permitindo o cliente vivenciar uma relação terapêutica (ROGERS, 1985, págs. 396-398). Criar um ambiente acolhedor para que seus clientes possam entrar em contato com a tendência atualizante, estes fundamentos seriam as condições necessárias e suficientes para que possa haver a mudança, condições estas que se encontram dentro do plantão psicológico.

Objetivo da ACP é a simbolização de experiências dentro do seu campo fenomenológico para a flexibilização do self, porque um indivíduo que aceita seus sentimentos e experiências está mais próximo de compreender melhor os outros e aceitá-los como pessoas distintas, permitindo uma maleabilidade para uma significação fluida das experiências ao invés da rigidez anterior (ROGERS, 1985, pág. 180).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O plantão psicológico, fundamentado nos princípios da Abordagem Centrada na Pessoa, surge como uma resposta crucial às necessidades imediatas de apoio psicológico em momentos de



crise e emergência. A congruência, tendência atualizante e consideração positiva incondicional, pilares da ACP, são elementos essenciais nesta prática, criando um ambiente de aceitação, compreensão e autenticidade para os indivíduos. Ao oferecer um espaço de apoio sem julgamentos e adaptado às demandas do cliente, o plantão psicológico se destaca como uma abordagem eficaz para promover a saúde mental e facilitar o crescimento pessoal, alinhando-se às necessidades dinâmicas e complexas dos indivíduos em diferentes contextos sociais. Essa prática exemplifica a diversidade e adaptabilidade da psicologia, mostrando como as teorias fundamentais podem ser aplicadas de maneiras inovadoras para atender às demandas variadas da sociedade. Em última análise, o plantão psicológico reforça a importância de uma abordagem centrada no cliente, empática e genuína para promover o bem-estar emocional e psicológico, respeitando a singularidade de cada pessoa e suas experiências.



REFERÊNCIAS

BOCK, A. M. et al. **Psicologias: uma introdução ao estudo da psicologia**. São Paulo: Saraiva, 2001.

CARRENHO, Esther. TASSINARI, Márcia, PINTO, Marcos A. **Praticando a abordagem centrada na pessoa: dúvidas e perguntas mais frequentes**. São Paulo: Carrenho Editorial, 2010.

CBO: **Classificação Brasileira de Ocupações**, 2010. 3. ed. Brasília: MTE, SPPE, 2010a.

CHAVES, P. B., & Henriques, W. M. (2017). **PLANTÃO PSICOLÓGICO: De frente com o inesperado**. *Psicologia Argumento*, 26(53). Recuperado de <https://periodicos.pucpr.br/psicologiaargumento/article/view/19831>

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, **contribuição ao catálogo brasileiro de ocupações**, 1922.

DUTRA, E. (2004). **Considerações sobre as significações da psicologia clínica na contemporaneidade**, *Estudos de Psicologia*, Natal, 9 (2), 381-387.

JAPIASSU, Hilton. **Introdução à epistemologia da Psicologia**. 3. ed. rev. e aum. Rio de Janeiro, Imago, 1982.

MAHFOUD, M. (1987). **A vivência de um desafio: Plantão psicológico**. In R. L., Rosemberg. (Org.). *Aconselhamento psicológico centrado na pessoa*. São Paulo: E.P.U.

NEWTON, T. FREIRE, E. **Terapia centrada no cliente – teoria e prática – um caminho sem volta**. 1.ed. Porto Alegre, Delphos 1999.

REBOUCAS, Melina Séfora Souza; DUTRA, Elza. **Plantão psicológico: uma prática clínica da contemporaneidade**. *Rev. abordagem gestalt.*, Goiânia, v. 16, n. 1, p. 19-28, jun. 2010.
Disponível em



<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672010000100004&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 25 ago. 2023.

ROGERS, Carl R.. **Tornar-se pessoa. (On becoming a person, 1985)** Tradução: Manuel José do Carmo Ferreira e Alvamar Lamparelli. Revisão técnica Claudia Berliner-12^oed.-São Paulo: Martins Fontes, 2022.

TASSINARI, Marcia Alves, & Durange, Wagner. (2011). **Plantão psicológico e sua inserção na contemporaneidade**. *Revista do NUFEN*, 3(1), 41-64. Recuperado em 09 de outubro de 2023, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912011000100004&lng=pt&lng=pt.