



UM OLHAR PARA O PROTAGONISMO DO CLIENTE NA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

FERRON, Juliane¹
LUIZ, Gabriella Donin Teixeira²
COSTA, Jessica Gaspar da³

RESUMO

O assunto apresentado neste artigo é um estudo através da abordagem centrada na pessoa. O objetivo dessa pesquisa, é promover uma reflexão acerca do cliente e da importância de ele ser visto como protagonista durante o atendimento psicológico, e através da perspectiva de Rogers reconhecer o valor da compreensão empática na relação terapêutica e o movimento em direção ao crescimento através da tendência atualizante que visa abranger tudo aquilo que o sujeito valoriza e reconhece como enriquecedor. A metodologia utilizada foi a de pesquisa bibliográfica.

PALAVRAS-CHAVE: Abordagem centrada na pessoa; Personalidade; Compreensão empática; Relação terapêutica; Tendência atualizante.

1. INTRODUÇÃO

Historicamente, por volta de 1940, o psicólogo norte-americano Carl Ransom Rogers fundou a Terapia Centrada no Cliente que partiu, mais especificamente, de sucessivas observações e pesquisas que resultaram na elaboração de determinados princípios teóricos e práticos no campo da clínica psicológica, expressa por uma centralização na mudança de personalidade e na compreensão empática do mundo subjetivo do indivíduo. Em consonância a esta perspectiva, a Abordagem Centrada na Pessoa surge trinta anos após as suas concepções iniciais, por compreender que a abordagem extrapola o campo clínico e tem implicações sobre as relações humanas de maneira geral, a saber, na relação entre pais e filhos, educadores e alunos e na resolução de conflitos sociais (WOOD et al., 2010).

Eminentemente, a abordagem centrada na pessoa redefine o contexto da prática clínica em psicologia, uma vez que busca compreender como o terapeuta pode atuar enquanto facilitador do caminho que o cliente assume em seu processo de autodescoberta (ROGERS, 1957). Em outras palavras, quando se fala em esforçar-se para compreender o mundo interno do outro, o autor está indicando que o psicoterapeuta não conhece o cliente *a priori*, mas passa a conhecê-lo na relação. Ademais, Tambara e Freire (1999) consideram que Rogers foi um revolucionário no campo da

¹ Acadêmica. Graduação em Psicologia do Centro Universitário FAG. E-mail: jferron@minha.fag.edu.br

² Acadêmica. Graduação em Psicologia do Centro Universitário FAG. E-mail: gdtluiz@minha.fag.edu.br

³ Docente. Graduação em Psicologia do Centro Universitário FAG. E-mail: jessicacosta@minha.fag.edu.br



psicologia, especialmente, por confiar na tendência básica de todos os indivíduos em direção à autorrealização, ao crescimento e à maturidade.

Nesse contexto, é notável a ênfase que Rogers atribui sobre a autonomia do cliente no processo terapêutico, rejeitando a concepção de que o terapeuta detém o poder sobre o outro, enfatizando, ao invés disso, a importância de uma relação genuína de pessoa para pessoa. Como resultado, esta pesquisa bibliográfica adquire significância no âmbito da psicologia clínica, pois lança luz sobre as contribuições da abordagem centrada na pessoa no que concerne à teoria da personalidade e ao processo terapêutico vivenciado pelo cliente em uma relação de ajuda.

2. CONCEPÇÃO DE PERSONALIDADE EM TERMOS ROGERIANOS

A estrutura de personalidade é a base para compreender como se caracteriza o olhar do terapeuta centrado no cliente sobre a pessoa e, sobretudo, as atitudes que assume nas relações que estabelece. Em sua vasta experiência profissional, Rogers (1992) passou a considerar mais estritamente a possibilidade de formular uma teoria da personalidade com o objetivo de desenvolver uma psicoterapia efetiva e coerente. Ante o exposto, o autor considera que toda pessoa existe em um mundo em constante transformação, do qual ela é o centro. Portanto, esta centralidade nos aponta que o mundo de experiências do indivíduo só podem ser conhecidas, em sua totalidade, por ele mesmo.

Sob a mesma perspectiva, ao considerar os impactos da atitude empática do terapeuta sobre o cliente, Rogers (1977, p. 81) contribui que “é impossível sentir adequadamente o mundo perceptual de outra pessoa sem que valorizemos esta pessoa e seu mundo - sem que, de algum modo, nos interessemos por ela”. Em outros termos, a compreensão empática, ao valorizar a outra pessoa, transmite a mensagem de que ela própria pode encontrar valor em si mesma, se conectar com suas próprias experiências e, acima de tudo, ser acolhida sem julgamentos ou diagnósticos, mas sim, aceita genuinamente. Portanto, apoia a concepção de que uma abordagem eficaz para compreender o comportamento é considerar a estrutura de referência interna do próprio indivíduo (ROGERS, 1992).

Em contraste a esta valorização, Pinto (2023) chama a atenção para o nosso modelo de sociedade que desconsidera sistematicamente as necessidades, desejos e experiências individuais



que se estabelecem ao longo da vida. Essa invalidação, por exemplo, é vivenciada quando uma criança chora por ter se machucado e um adulto lhe diz que não há motivo para choro. Como consequência, em prol da busca por consideração e aceitação, aprendemos a invalidar nossas experiências e a julgar nossas percepções como se não fossem dignas de confiança e valor. Em vista disso, cria-se uma atmosfera de desconfiança de si e dos outros e, assim, “o mundo de que fazemos parte cria mais regras e mais protocolos que temos para cumprir, o que parece que, em vez de nos levar para um caminho de harmonia, tem nos deixado mais desorientados” (PINTO, 2023, p. 16).

Expressivamente, a maneira como a pessoa se percebe tem relação com a estrutura de *self* (autoconceito), em que Rogers (1992) a configura enquanto um padrão organizado de percepções que são concebíveis à consciência. Ou seja, essa estrutura compõem as percepções das próprias características e habilidades, percepções e conceitos atrelados aos outros e ao ambiente, qualidades de valor percebidas por meio da experiência e, por fim, percepções de valor positivo ou negativo acerca das metas e ideais. Todavia, existem experiências que são simbolizadas de forma distorcida, de modo a torná-las congruentes com o autoconceito, ou são negadas. O indivíduo, por vezes, molda a sua concepção sobre si mesmo a partir da introjeção de valores de pessoas significativas em sua vida, isso gera um afastamento de si mesmo que leva a uma tensão psicológica básica ou potencial.

Diante da pessoa em sofrimento psíquico e, sobretudo, em estado de incongruência, é importante ressaltar que Tambara e Freire (1999) introduzem uma distinção significativa entre os termos paciente e cliente, que não apenas implica em uma alteração semântica, mas também envolve importantes implicações filosóficas e sociais que contribuem para a compreensão da natureza humana. Por essa via, o termo paciente sugere uma abordagem na qual a pessoa é percebida de forma passiva no processo terapêutico, que necessita da orientação, apoio e interpretação do terapeuta para lidar com seus conflitos. Em contrapartida, quando a pessoa se sente aceita e valorizada na relação terapêutica enquanto cliente, ela passa a explorar os seus próprios recursos de maneira mais integrada, tornando-se, assim, a protagonista do seu processo de mudança.

Ao reconhecer o valor da compreensão empática na relação terapêutica, Rogers (1977, p.71, grifo do autor) observa que “existem muitas pessoas dispostas a rever as maneiras de estar com as pessoas, que possibilitem mudanças *auto-dirigidas* e que localize o poder na pessoa e não no especialista [...]”. Destacadamente, essa atitude não compromete a liberdade do cliente em relação às suas escolhas e a direção que assume no processo, portanto, o terapeuta é alguém que acompanha



e facilita o caminho de autodescoberta e crescimento. E, em especial, não é aquele que cura, mas que cuida (LELOUP, 2000 *apud* AMATUZZI, 2008).

2.1 MOVIMENTO EM DIREÇÃO AO CRESCIMENTO - TENDÊNCIA ATUALIZANTE

A Tendência à Atualização na concepção de Rogers visa abranger tudo aquilo que o sujeito valoriza e reconhece como enriquecedor, se desenvolvendo de maneira natural, apesar disso, não irá acontecer em sua função máxima, atingindo toda e por completo a capacidade orgânica da pessoa, pois o ser humano recebe influências que podem inibir essa capacidade de se manifestar em prol ao crescimento de dentro para fora, minimizando sua potência humana (URBANO; MACHADO, 2018).

Segundo Urbano e Machado (2018) a Tendência à Atualização é a capacidade fundamental do ser humano, a se mover na direção de algo, mesmo que esses estímulos sejam propícios ou não, buscando o desenvolvimento de si mesmo, voltada para a auto satisfação do indivíduo. Portanto, a Tendência à Atualização não pode ser definida como algo bom ou ruim do ser humano, mas uma condição natural em que busca por sua progressão e esse fator acaba por vir de acordo com nossas visões pessoais do mundo e das pessoas.

Para que o processo da tendência atualizante aconteça, Rogers e Kinget (1965/1979) afirmam:

[...] a tendência à atualização é a mais fundamental do organismo em sua totalidade. Preside o exercício de todas as funções, tanto físicas quanto experienciais. E visa constantemente desenvolver as potencialidades do indivíduo para assegurar sua conservação e seu enriquecimento, levando-se em conta as possibilidades e limites do meio (p. 41).

Todo indivíduo busca por situações que são provedoras de crescimento e, para Urbano e Machado (2018), dependendo das condições das quais está inserido, pode-se fazer escolhas que estarão de acordo com o mundo externo, e principalmente de pessoas que são importantes na vida do ser, e assim podem gerar condições que o afastam de suas necessidades internas distanciando de si mesmo, fazendo com que o indivíduo tenha que abrir mão daquilo que lhe faz sentido, para ficar com escolhas que não estão congruentes com seu eu em troca de afeto e consideração. Assim, a Tendência Atualizante procura atingir aquilo que o sujeito percebe como valorizador ou enriquecedor e não necessariamente o que é objetivo ou naturalmente enriquecedor.



Ao trabalharem juntos durante o atendimento, psicoterapeuta e cliente possibilitam o processo terapêutico, durante o atendimento o cliente poderá ter um novo encontro com si mesmo, e assim consiga desbloquear seus traumas que dificultam a sua atualização. O terapeuta atua como um fornecedor da palavra, possibilitando para o cliente novas percepções sobre o mesmo fenômeno, para que assim ele possa ver seu mundo de uma maneira diferente, e possa iniciar seu exercício de aceitação, empatia e autenticidade. A psicoterapia possui elementos compreensíveis que, com o desenvolver do processo, acabam por convergir entre si e formar um todo homogêneo. Com isso, o indivíduo tende a mudar e, assim, acaba tornando-se um processo completo de transformação (URBANO e MACHADO 2018).

3. METODOLOGIA

O presente trabalho foi elaborado por meio de análises bibliográficas, a partir de livros e artigos disponíveis acerca dos assuntos julgados pertinentes para a discussão proposta, onde o objetivo central foi descrever sobre o protagonismo do cliente, através da perspectiva de Rogers, proposta dentro da abordagem centrada na pessoa. De acordo com Barros (2009), essa metodologia de pesquisa busca contraponos entre ideias apresentadas pelos autores com o estabelecimento de uma relação comum entre a temática chave, que tem como objetivo do pesquisador dialogar com os autores propondo destrinchar um tema e contribuir para a construção de um conhecimento específico.

4. ANÁLISES E DISCUSSÕES

Para Carl Rogers (1992), a maneira como o cliente percebe e experimenta a terapia é um campo de investigação novo e os dados são muito limitados. A maneira como o cliente percebe o terapeuta e a terapia é influenciada por suas expectativas, esperando muitas vezes que ele seja uma figura paternal que assumirá a direção de sua vida, ou que ele seja um conselheiro e até mesmo devido a experiências anteriores infelizes pode pensar que ele está ali para julgar. O cliente pode encarar esse momento como uma oportunidade de resolver seus próprios problemas. Nesse caso, a



maioria dos clientes que buscam a terapia centrada no cliente podem perceber a diferença entre a expectativa e a verdadeira experiência da terapia, podendo resultar em ressentimento ou alívio e uma variedade de outras ações.

É evidente que os clientes chegam com expectativas amplamente variadas, muitas das quais não serão confirmadas na experiência. Mesmo assim, é a expectativa que governa grande parte de sua percepção. E ela não se dá explicando para o cliente de que maneira ele devia experimentar a relação, ela é uma experiência sensorial direta. Se o terapeuta tentar descrever intelectualmente o caráter da relação ou do processo pode impedir essa experiência unificada. E, por isso, é importante que o terapeuta deve evitar essas tentativas de estruturação. Quando na terapia o cliente passa por uma reorganização de seu self a relação com o terapeuta passa a se tornar mais segura e por isso não pode ser perturbada por mudanças arbitrárias (ROGERS, 1992).

Ademais, a relação terapêutica centralizada na pessoa compreende, especialmente, o movimento de mudança da personalidade do cliente enquanto um processo fluido que vai da fixidez para a fluidez, não se limitando a compreender a mudança enquanto o movimento de um ponto fixo para um novo ponto fixo. À medida que a pessoa sente-se plenamente aceita na relação, passa a vivenciar os seus sentimentos e experiências de novas formas, conforme descrito por Rogers (2009), que identificou sete estágios distintos para explicar esse movimento. E também, ao estabelecer uma relação facilitadora com o terapeuta, o cliente de maneira gradual e dolorosa passa a explorar o que está por detrás das máscaras que frequentemente apresenta ao mundo e que o afastam de si mesmo.

Seguindo as ideias do autor supracitado, no extremo inferior do contínuo as experiências são percebidas de forma global, simplificada, como se fossem em preto e branco, não sendo consideradas enquanto construtos pessoais, mas fatos. A seguir, há uma aceitação reduzida dos sentimentos, as contradições são reconhecidas e a percepção dos sentimentos tornam-se, gradualmente, mais nítidas. À medida que a jornada continua, o indivíduo passa a vivenciar os sentimentos no presente, mesmo com medo e desconfiança. Em estágios mais elevados do *continuum*, o sentimento é vivenciado em toda a sua complexidade no momento presente, o eu se revela como um processo confiável e a pessoa se abre para novas maneiras de ser.

Em conformidade com estas elaborações, através da perspectiva humanista, Amatuzzi (2008) afirma que o processo não se manifesta na vida de uma pessoa como algo concluído; trata-se, na realidade, do próprio movimento. Quando o processo se faz presente, a estrutura interna da pessoa



se torna mais flexível e transformadora. Em outras palavras, quando a maneira de ser já não se encaixa com as necessidades percebidas, somente a mudança é capaz de apontar para novos sentidos. Assim, a relação da pessoa consigo mesma, com os outros e com o mundo se modifica.

Sob essa ótica, o autor mencionado acima é enfático ao considerar que a psicoterapia não é o único meio para vivenciar o processo pessoal, considerando que a própria vida é, ou espera-se que seja, um processo de transformação. Portanto, quando a pessoa procura a psicoterapia é porque as vias para a expressão do seu crescimento encontram-se bloqueadas. Dessa forma, essa relação pode ser compreendida como um encontro significativo que pode facilitar a sua liberação. O terapeuta, conforme Amatuzzi (2008, p. 127, grifos do autor),

[...] não pode fazer isso *pela pessoa*, pois seria contraditório, deixaria de ser um processo dela. Ele não pode viver por ela. O que ele pode fazer é *oferecer um clima* de segurança tal em que a pessoa possa fazer isso, se quiser. E muito provavelmente ela irá querer (se encontrar esse clima relacional favorável), pois existe dentro de todos nós um impulso natural nessa direção.

Em última análise, Pinto (2023) nos convoca a fazer um caminho de volta para as nossas próprias experiências com a pretensão de compreendê-las e valorizá-las. Isso, por sua vez, permite a construção de um mundo mais harmônico, justo, igualitário e humano, facilitando que as pessoas se apresentem de forma mais integrada e congruente consigo mesmas. Ademais, o autor está convicto de que, quando uma pessoa se sente verdadeiramente aceita e considerada em diversos aspectos de sua existência, ela tende a florescer em um solo fértil, resultando, sem dúvida, em surpreendentes acontecimentos.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

À luz do que foi discutido, é possível afirmar que centralizar o olhar sobre a pessoa na relação terapêutica representa uma atitude revolucionária, pois, implicitamente, significa não destituir do cliente a autonomia para expressar-se e direcionar-se autenticamente. Isto é, o terapeuta, ao confiar na capacidade interna de crescimento do cliente, não estabelece condições para aceitá-lo, independentemente de serem experiências socialmente concebidas como boas ou ruins. Portanto, ao embarcar na desafiadora tarefa de dar sentido às suas próprias percepções sobre si, os outros e o



mundo, o cliente, ao sentir-se genuinamente aceito em sua totalidade, passa a contemplar novas possibilidades e a simbolizar as suas experiências diretas, que, anteriormente, por vezes, estavam sujeitas às expectativas alheias.

REFERÊNCIAS

AMATUZZI, M. M. **Por uma psicologia humana**. 2. ed. São Paulo: Editora Alínea, 2008.

BARROS, A. J. A revisão bibliográfica – uma dimensão fundamental para o planejamento da pesquisa. 11. ed. **R. Est. Pesq. Educ.** Juiz de Fora, v. 11, n. 2, jul. /dez. 2009, p. 103-111.

PINTO, M. A. S. Abordagem centrada na pessoa: um caminho de volta. In: PINTO, M. A. S. (Org.). **Abordagem centrada na pessoa e algumas de suas possibilidades**: volume III. São Paulo: All Print Editora, 2023.

ROGERS, C. R. As condições necessárias e suficientes para a mudança de personalidade. 1957. In: WOOD, J. K. *et al.* **Abordagem Centrada na Pessoa**. Vitória: Edufes, 2010.

ROGERS, C. R. **Terapia Centrada no Cliente**. São Paulo: Martins Fontes, 1992.

_____. **Tornar-se pessoa**. 6. ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2009.

_____. **A pessoa como centro**. São Paulo: EPU, 1977.

_____.; Kinget, G. **Psicoterapia e relações humanas**. Belo Horizonte: Interlivros, 1979 (Obra originalmente publicada em 1965).

TAMBARA, N.; FREIRE, E. **Terapia Centrada no Cliente, Teoria e Prática**: Um caminho sem volta. Porto Alegre: Delphos, 1999.

TELLES, T. C. B.; BORIS, G. D. J. B.; MOREIRA, V. O conceito de tendência atualizante na prática clínica contemporânea de psicoterapeutas humanistas. **Rev. abordagem gestalt.**, Goiânia, v. 20, n. 1, p. 13-20, jun. 2014. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672014000100003&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 02 out. 2023

WOOD, J. K. *et al.* **Abordagem Centrada na Pessoa**. Vitória: Edufes, 2010.