

Centrar-se na pessoa :
uma abordagem científica da subjetividade humana.

Ana Maria Sarmiento Seiler Poelman (*)

Estou relendo um texto de Rogers, escrito em 1959 para uma intervenção sua numa conferência sobre Psicologia Existencial. Nesse texto, Rogers trata de “ duas maneiras de fazer ciência: a maneira objetiva e a maneira existencial”. Embora as ideias tenham sido formuladas há muitos anos, continuam atuais e constituem uma referência importante para a compreensão da forma como se constrói o conhecimento em psicologia e se fundamenta a prática da psicoterapia.

A tendência objetiva (e aqui transcrevo Rogers literalmente)

De um lado, nossa devoção a obstinações rigorosas em Psicologia, a teorias reducionistas, a definições operacionais, a procedimentos experimentais, nos leva a compreender a psicoterapia em termos puramente objetivos, antes de subjetivos. Por isso podemos conceituar a terapia como sendo simplesmente o condicionamento operante do cliente. O terapeuta reforça, por medidas simples apropriadas, aquelas expressões que manifestam sentimentos ou aquelas que relatam o conteúdo dos sonhos, ou aquelas que expressam hostilidade, ou aquelas que mostram um autoconceito positivo. Evidências impressionantes têm sido produzidas indicando que tal reforço aumenta o tipo da expressão reforçada. Portanto, o caminho para o aperfeiçoamento em terapia, deste ponto de vista, é selecionar mais sabiamente os elementos a reforçar, para ter em mente de maneira mais clara os comportamentos com vistas aos quais desejamos moldar nossos clientes. O problema não é diferente, em espécie, da moldagem de Skinner do comportamento de seus pombos para o jogo de pinguepongue.

Toda esta tendência tem por trás de si o peso de atitudes correntes na psicologia americana. Como eu as considero, estas atitudes incluem temas tais como: Para longe do filosófico e do vago. Na direção do concreto, do operacionalmente definido, do específico”. “Para longe de qualquer coisa que pareça interna. Nossos comportamentos e nossos eus não são nada mais do que objetos moldados e formados por circunstâncias condicionantes. O futuro é determinado pelo passado”. “Desde que ninguém é livre, é melhor que nós manipulemos o comportamento dos outros de maneira inteligente, para o bem geral.” (Como os indivíduos que não são livres podem escolher o que desejam fazer, e escolher a manipular os outros nunca foi esclarecido.)

E Rogers conclui: “A maneira de compreender é a partir do lado de fora.” (destaque meu)

A tendência existencial

Rogers, Maslow, Rollo May, Angyal, Goldstein, Allport e outros questionaram a tendência objetiva como parâmetro para a pesquisa e a prática da psicoterapia.

Maslow opôs-se ao determinismo científico e à visão positivista propostos pela ciência ortodoxa. Para ele, essa concepção não consegue captar o que é típico da experiência humana, na sua dimensão subjetiva nem levar a psicologia para o estudo de experiências exclusivamente humanas que os teóricos da personalidade e os clínicos encontram na sua prática. Para ele, a psicologia científica então praticada nos Estados Unidos, centrava-se no método, em detrimento do estudo dos problemas e vivências tipicamente humanos.

Para Rogers, em sua essência, *“a psicoterapia é um encontro de duas pessoas, no qual o terapeuta é aberta e livremente ele próprio e evidencia isto talvez mais completamente, quando ele pode livre e com receptividade entrar no mundo da outra.”* Por isso, Rogers afirma: ***“A maneira de fazer é ser. A maneira de entender vem de dentro”***. (destaque meu)

Cada uma das citações abaixo de autores contemporâneos de Rogers e do próprio Rogers, representa o que ele chamou de tendência objetiva ou de tendência existencial.

- “A hipótese de que o homem não é livre é essencial para a aplicação do método científico ao estudo do comportamento humano. O homem internamente livre, considerado responsável pelo comportamento do organismo biológico é apenas um substituto pré-científico para o tipo de causas que se descobrem à medida que progride a análise científica.” (Skinner)
- “Para mim, é perfeitamente claro que os métodos científicos são o nosso único meio fundamental de estarmos certos de que temos a verdade; ...mas, a ciência, tal como é habitualmente concebida pelos ortodoxos, é inadequada para assumir as tarefas das novas psicologias pessoais e experienciais. ... Não precisa limitar-se a esses métodos ortodoxos. Não precisa abdicar dos problemas do amor, criatividade, valor, beleza, imaginação, ética e alegria ,deixando tudo isso para os “não-cientistas”, os poetas, artistas, profetas...” (Maslow)
- Em outras palavras, eu me preocupo com o fato de que as ciências do comportamento tendem a despersonalizar o indivíduo, levando as pessoas a pensar que elas são robôs

em vez de pessoas com espontaneidade e possibilidade de agir com responsabilidade.
(Rogers)

Com que critério um psicoterapeuta faz sua escolha por uma dessas maneiras de conhecer e de praticar a psicoterapia?

Para responder essa questão, recorro ao conceito de *abordagem*.

A identificação com uma abordagem precede a escolha do método e subsequente formação teórica. Ao estabelecer a categoria de abordagem, queremos levar em consideração o próprio pesquisador no empreendimento da ciência.

Entende-se por *abordagem* o ponto de vista fundamental em relação ao homem e ao mundo que o cientista traz consigo, ou adota, com respeito ao seu trabalho como cientista, seja tal ponto de vista explícito seja implícito. É a partir desse *ponto de vista*, que cada cientista afirma a verdade tal como a vê ou compreende.

Assim, o pesquisador ou o psicoterapeuta, ao escolher um referencial teórico para seu trabalho, explicita ou implicitamente, está levando em conta suas convicções sobre o homem e sobre o mundo. Ele não é neutro.

Se quisermos entender uma teoria, temos que nos informar sobre a pessoa que a propôs. Conhecendo um pouco do autor, de seus valores, crenças e convicções podemos alcançar o ponto de vista, i. é, a *abordagem*, a partir da qual elabora sua teoria. Congruentemente, o método que se adota estará também relacionado à abordagem que se sustenta; o método deve ser compatível com a abordagem escolhida.

Assim, escolhendo a tendência existencial, no intuito de conhecer o significado da experiência para o outro, “a partir de dentro”, deve-se buscar o método mais adequado para essa atitude, porque o método experimental, tomado das ciências da natureza, num tipo de relação Eu-Isso, não capta a pessoa na sua vivência atual. As afirmações obtidas não caracterizam aquilo que é especificamente humano.

Esta posição implica, como afirma Fonseca, *no encontro com o cliente, (numa relação Eu-Tu); implica em adotar o ponto de vista epistemológico da fenomenologia, e a*

eleição do ponto de vista fenomenal como critério superior de conhecimento e de vida. Ou seja, alternativamente ao conceitual, ao reflexivo, ao teórico, a assunção do ponto de vista da intuição originária da vivência de consciência, do vivido, do prerreflexivo, como critério superior do conhecimento e de orientação e avaliação da vida.

Ainda citando Fonseca:

O fundamental é que o cliente não seja entendido como objeto de conhecimento abstrato, mas afirme-se e confirme-se na relação comigo como um parceiro efetiva e fenomenalmente vivido, dialogicamente, no confronto com, e privilegiamento, de sua alteridade viva, ativa e autônoma. Que ele não seja objetificado, assepticamente teorizado ou simplesmente conhecido reflexivamente, por este seu parceiro num evento da vida, eventualmente terapeuta.

Ao concluir sua intervenção, Rogers afirma:

Tentei assinalar as duas formas divergentes em que a terapia pode ser conduzida. Por uma parte, existe a consideração estritamente objetiva, não humanista, impessoal, baseada racionalmente no conhecimento de como se dá a aprendizagem animal. Por outra parte, existe a consideração sugerida pelos trabalhos de acordo com este programa: um encontro humanista, pessoal, no qual a preocupação se refere a um “ ser que existe, se torna, surge e experiencia.”

Considerei que um método empírico de investigação poderia estudar a eficácia de cada um desses enfoques. Procurei evidenciar que as características imprecisas e subjetivas do segundo enfoque não constituíam uma barreira para sua investigação objetiva. Estou seguro de ter ficado claro que o encontro caloroso, subjetivo e humano de duas pessoas é mais eficaz para facilitar a mudança do que o conjunto mais perfeito de técnicas derivadas da teoria da aprendizagem ou do condicionamento operante.

Algumas leituras sugeridas sobre esse tema:

- Rogers, Carl. Duas tendências divergentes in: May, Rollo (org) Psicologia Existencial. Paidós: Buenos Aires, 1961.

- Rogers, Carl. Em busca de vida, São Paulo: Summus, 1983 capt. Um novo mundo, uma nova pessoa.
- Rogers, Carl: Terapia centrada no cliente . S. Paulo: Martins Fontes, 1992 (tem um capítulo inteiro relatando pesquisas em psicoterapia centrada no cliente)
- Rogers, Carl. e Dymond, Rosalind. Psychotherapy and Personality Change. Chicago: 1954 *O livro descreve um programa de pesquisa em psicoterapia que foi desenvolvido por mais de quatro anos no Centro de Aconselhamento da Universidade de Chicago. O programa visa aos resultados ou concomitantes da psicoterapia. É também uma investigação dos processos que operam durante a terapia. É um estudo dos resultados e processo de uma abordagem em psicoterapia - a abordagem centrada no cliente. A equipe do Centro formulou algumas hipóteses a respeito das capacidades do cliente, da função do terapeuta e do processo de terapia.*
- Giorgi, Amedeo. A Psicologia como ciência humana – uma abordagem de base fenomenológica. Belo Horizonte, Interlivros, 1978.
- AmatuZZi, M. M. O significado da Psicologia Humanista, posicionamentos filosóficos implícitos. Arq. bras. Psic., Rio de Janeiro, 41(4)88-95, set./nov. 1989
- Fonseca, Afonso H.L da; Trabalhando o legado de Rogers. Centro de Estudos de Psicologia e Psicoterapia Fenomenológico Existencial. Programa de Publicação Maceió, 1998.

(*) Diretora Executiva do Instituto Humanista de Psicoterapia, professora e supervisora do curso de Formação de Psicoterapeutas deste Instituto.