

Psicoterapia Centrada no Cliente:

Uma abordagem existencial 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 segundo a Abordagem Centrada na Pessoa.

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, explícita 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-Iso, 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, asépticamente teorizado ou simplesmente conhecido reflexivamente, por este seu parceiro num evento da vida, eventualmente terapeuta.

Ao concluir sua intervenção na conferência mencionada acima, 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.
- Amatuzy, 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.