

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS**  
**Faculdade de Medicina, Psicologia e Terapia Ocupacional**  
**Curso de Psicologia**



**Trabalho de Conclusão de Curso**

**A CONCEPÇÃO DE NÃO-DIRETIVIDADE NA ABORDAGEM ROGERIANA:  
LIBERDADE E DESENVOLVIMENTO NA PRÁTICA CLÍNICA**

**André Reinhardt Rösler**

**Pelotas, 2020**

**André Reinhardt Rösler**



**A CONCEPÇÃO DE NÃO-DIRETIVIDADE NA ABORDAGEM ROGERIANA:  
LIBERDADE E DESENVOLVIMENTO NA PRÁTICA CLÍNICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Psicologia, da Faculdade de Medicina, Psicologia e Terapia Ocupacional, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientadora: Maria Teresa Duarte Nogueira

Pelotas, 2020

Universidade Federal de Pelotas / Sistema de Bibliotecas  
Catalogação na Publicação

R821c Rösler, André Reinhardt

A concepção de não-diretividade na abordagem  
Rogeriana : liberdade e desenvolvimento na prática clínica  
/ André Reinhardt Rösler ; Maria Teresa Duarte Nogueira,  
orientadora. — Pelotas, 2021.

37 f. : il.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em  
Psicologia) — Faculdade de Medicina, Universidade Federal  
de Pelotas, 2021.

1. Psicologia. 2. Introjeção. 3. Carl Rogers. 4. Não-  
diretividade. 5. Liberdade. I. Nogueira, Maria Teresa  
Duarte, orient. II. Título.

CDD : 150

André Reinhardt Rösler

**A CONCEPÇÃO DE NÃO-DIRETIVIDADE NA ABORDAGEM ROGERIANA:  
LIBERDADE E DESENVOLVIMENTO NA PRÁTICA CLÍNICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial, para obtenção do grau de Bacharel em Psicologia, da Faculdade de Medicina, Psicologia e Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Pelotas.

Data da Defesa: 21 de Dezembro de 2020

Banca Examinadora:

---

Prof. Dr<sup>a</sup>. Maria Teresa Duarte Nogueira (Orientadora)

Doutor em Veterinária pela Universidade Universidade Federal de Pelotas

---

Prof<sup>a</sup>. Dr. Manoel Vasconcellos

Doutor em Filosofia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.

---

Psicóloga Maria Luiza Rivòrie Montenegro

Pós-Graduada pela Universidade Nacional de Rosário

*Dedico este trabalho a todas as pessoas  
que de alguma forma contribuíram  
relacionalmente no meu desenvolvimento  
enquanto pessoa.*

## **Agradecimentos**

Gostaria de agradecer primeiramente a minha mãe por ter auxiliado e estado presente no meu desenvolvimento existencial até aqui, sendo um exemplo de força e superação. Ao meu falecido pai, por sempre me incentivar no tange aos estudos. E ao meu irmão, Cristiano, por ter dividido bons e maus momentos em minha vida. Aos colegas Gioggio Állix Almeida, Talita Mastrantonio, Mariana Cordenunsi, Fernanda Rocha e Anne Stone, por terem contribuído nessa trajetória acadêmica. A amiga e ex-colega do curso de filosofia, Fernanda, por ter auxiliado na revisão do texto. Ao amigo Everton e a minha namorada, Ingrid, por estarem presentes nos momentos de angústia e ansiedade.

Agradeço também ao professor Prof. Dr. Manoel Vasconcellos do Instituto de Filosofia, Sociologia e Política – UFPEL, por ter me incentivado a seguir no ambiente acadêmico em um momento de dúvidas no passado. Ao professor do curso de Psicologia da Universidade Federal de Pelotas, José Ricardo Kreutz, por ter respeitado e me orientado mesmo não sendo da área. Aos professores Hudson Cristiano Wander de Carvalho e Rochele Dias Castelli por terem propiciado os primeiros contatos com a abordagem Rogeriana. A professora, Giovana Fagundes Luczinski, pelas ótimas aulas de Kierkegaard. E por fim, a minha orientadora de TCC e supervisora de estágio, Maria Tereza Duarte Nogueira, por ter me acompanhado e encorajado nos primeiros atendimentos clínicos na pediatria, por ter me motivado a continuar essa pesquisa e, sobretudo, ter sido uma grande amiga em diversas ocasiões.

*“Marcamos com fogo na memória os poucos contactos que tivemos, nos anos monótonos da rotina e do pecado, com almas que fizeram mais sábias a nossa alma, que disseram o que pensávamos, que nos ensinaram o que sabíamos, que nos permitiram ser o que éramos.”*

Emerson, Divinity School Address (1938),  
*apud ROGERS, 1974*

## RESUMO

RÖSLER, André Reinhardt. **A concepção de não-diretividade na abordagem Rogeriana: Liberdade e desenvolvimento na prática clínica.** 2020. Trabalho de conclusão de Curso (Graduação em Psicologia). Universidade Federal de Pelotas. Faculdade de Medicina. Curso de Psicologia, Pelotas, 2020.

Esta pesquisa tem como objetivo investigar a concepção geral do que é o humano para Carl Rogers, analisando a singularidade e o desenvolvimento da existência. Compreendendo os mecanismos que levam o indivíduo a afastar-se de sua subjetividade, e, ainda, de forma a clínica pode proporcionar esse resgate da singularidade, através de uma postura não-diretiva. Para viabilizar essa discussão, fez uso da perspectiva Rogeriana em diálogo com outros autores, a partir do método fenomenológico de pesquisa. Segundo o que propõe a teoria Rogeriana, o organismo humano, bem como todos os demais seres vivos, possui uma disposição para a atualização. Contudo, no caso dos seres humanos isso se trona complexo perante às introjeções do meio externo. Diante desse “desacordo” entre as vontades individuais e as introjeções sociais, buscou-se discutir possíveis condições para proporcionar um ambiente não-diretivo e livre, visando o resgate da subjetividade.

**Palavras-chave:** não-diretividade; carl rogers; liberdade; introjeção.



## LISTA DE FIGURAS

Figura 1: A incongruência .....	17
Figura 2: A congruência .....	22

## SUMÁRIO

INTRODUÇÃO .....	9
1. A CONCEPÇÃO DE LIBERDADE EM ROGERS .....	11
2. CONGRUÊNCIA E INTROJEÇÃO: UM DESAFIO AINDA CONTEMPORÂNEO ..	17
3. A NÃO-DIRETIVIDADE .....	22
3.1 A Atitude do psicoterapeuta.....	23
3.2 O manejo da resposta-reflexa .....	25
3.3 A seção não-diretiva.....	28
CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	30
REFERÊNCIAS.....	32

## INTRODUÇÃO

As obras do psicólogo Carl Ransom Rogers (1902-1987) são razoavelmente populares dentro dos cursos de Psicologia, contudo não há tantos trabalhos publicados nessa área nos últimos anos. Em uma simples busca, no Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde, através de um descritor amplo, “Carl Rogers”, apenas setenta e três publicações foram encontradas. Na plataforma SciELO, esse número é ainda menor, apenas treze artigos foram encontrados. Esses baixos números de pesquisas se justificam quando olhamos para as grades curriculares dos cursos de Psicologia ministrados no estado do Rio Grande do Sul. Pois, as poucas disciplinas que trabalham a abordagem fazem isso de maneira conjunta às teorias humanistas e existenciais.

Historicamente a abordagem não-diretiva recebeu duras críticas, principalmente na França (MOREIRA, 1990; 2001; 2007), por ser uma maneira de atuar no consultório que, supostamente, não teria direção. Deste modo, o processo de psicoterapia pareceria algo descompromissado, cuja seção seria abstraída de regras, estrutura e desenvolvimento. Entretanto, Rogers entende que psicoterapeuta busca perceber e compreender o mundo do cliente através da subjetividade do próprio indivíduo (MOREIRA, 2010). Conduzir a pessoa por uma direção diminui a confiança deste, resultando, ainda, na dependência e insegurança.

A fim de responder essas críticas e entender como funciona a noção de não-diretividade que perpassa toda obra de Carl Roger, o presente trabalho, foi dedicado a pensar a concepção geral do que é o humano, analisando a singularidade e o desenvolvimento da existência. Compreendendo os mecanismos que levam o indivíduo a afastar-se de sua subjetividade, e, ainda, de forma clínica podendo proporcionar esse resgate da singularidade, através de uma proposta cujo problema não recebe o foco de atenção do terapeuta, mas sim, o próprio indivíduo. De forma mais objetiva, tentaremos responder os seguintes questionamentos: Como Rogers entende o desenvolvimento e a liberdade humana? De que forma nos afastamos do nosso centro experiencial? Que estratégias podem ser utilizadas para compor uma abordagem não-diretiva no resgate daquilo é orgânico?

A metodologia adotada se inspira no método fenomenológico de pesquisa, que parte da subjetividade do pesquisador para integrar temas e objetos de estudo. Conforme SOKOLOWSKI, (2004), olhamos e descrevemos as intencionalidades particulares e seus correlatos, mas também cremos no mundo como seu correlato. Nesse sentido, utilizaremos a revisão bibliográfica, elegendo alguns materiais por sua relevância para este estudo, principalmente na obra de Carl Rogers. No que tange o capítulo um, foi realizado um estudo focalizado apenas na obra Tornar-se Pessoa (1961). O capítulo dois abordará a temática da consideração positiva condicional, isto é, as introjeções de valores e abandono da conexão organísmica. A obra norteadora é De pessoa para pessoa: O problema do ser humano (1992), dialogando com a poesia de Bukowski, Drummond e alguns comentadores de Rogers. E, por fim, o capítulo três visa descrever os pressupostos e caminhos para obter-se uma orientação-não diretiva visando à ética e liberdade individual. As obras referenciais são Psicoterapia e relações humanas (1975) e Aconselhamento Psicológico (1976).

## 1. A CONCEPÇÃO DE LIBERDADE EM ROGERS

*“O indivíduo é mais capaz de viver plenamente em e com cada um dos seus sentimentos e reações. Faz um uso cada vez maior do seu equipamento orgânico para sentir, tão exatamente quanto possível, a situação existencial interior e exterior.” (ROGERS, 1961, p. 219)*

A teoria Rogeriana possui como característica principal uma gama enorme de termos próprios consolidando-se como a terceira via entre os dois campos majoritários da psicologia no século XX. Uma delas é a psicanálise de Sigmund Freud (1856-1939), e a outra é o behaviorismo de B. F. Skinner (1904-1990). A corrente psicológica criada por Rogers tornou-se conhecida como humanista, possuindo um agudo contraste com a teoria freudiana; a teoria de Rogers confere primazia ao humano possuindo uma visão otimista do homem. Para Rogers, a saúde mental e o desenvolvimento total das potencialidades existentes nas pessoas são disposições naturais da própria evolução humana; o total desenvolvimento para Rogers é identificado como liberdade. Nas linhas seguintes, essa questão será abordada tendo em vista a relação do organismo e a construção do *self* que caracterizam tal liberdade.

Rogers afirmava que o organismo humano, bem como todos os demais seres vivos, englobando as plantas, possuem uma disposição para a atualização, aspirando a autonomia. Para Rogers qualquer ser vivo detém essa capacidade de se atualizar, porém no caso dos seres humanos isso se torna mais complexo, pois através do processo contínuo de atualização, este promoveu tanto a sociedade quanto a cultura, das quais tornaram-se forças autônomas dos indivíduos, podendo ter efeito no desenvolvimento de suas potencialidades. E, em sua teoria as pessoas possuem a capacidade de perceber o que é bom para si podendo encontrar aquilo de que necessitam, justamente porque,

A tendência de expressar e ativar todas as capacidades do organismo, ao ponto em que tal ativação aprimore o organismo ou a pessoa. Essa tendência pode se tornar profundamente oculta sob camadas de defesas psicológicas incrustadas que se sobrepõem; pode estar escondida atrás de fachadas elaboradas que negam sua existência; porém sustenho que ela existe em cada indivíduo, e aguarda somente pelas condições apropriadas para ser liberada e expressa (ROGERS, 1961, p. 40).

A concepção de organismo em Rogers admite que perante à experiência, o organismo<sup>1</sup> reage como uma totalidade organizada. E tal condição, em função da boa comunicação consigo mesmo promove um concerto entre as experiências vividas e uma auto-imagem proporcionada pela comunicação entre essas duas dimensões que recebe o nome de congruência. A falta dessa comunicação consigo mesmo advém quando as experiências são evitadas de serem representadas perfeitamente na consciência, nesse sentido toda simbolização é recusada ou distorcida. O desacordo entre a experiência e a simbolização recebe o nome de incongruência; e, para o autor, nesses termos existe um desajuste psicológico. Essa comunicação bem sucedida é fruto da capacidade racional existente nos homens, para o pleno desenvolvimento do organismo, sua autossuperação.

O homem segundo Rogers utiliza da racionalidade para alcançar objetivos que satisfaçam seu organismo, como as necessidades para sua atualização e as integrações de experiências e vivências. Dessa forma, a disposição atualizante exige uma maior abertura para experienciar e vivenciar novos afetos. O indivíduo atualizado ou auto-realizado estaria em uma condição privilegiada em suportar os sentimentos de medo e dor, como também os de coragem e ternura. Nesse sentido existe a liberdade para vivenciar os sentimentos no aprimoramento de si mesmo por meio desses sentimentos e, sobre isso, ele afirma:

Teremos então um organismo consciente das exigências da cultura como das suas próprias exigências fisiológicas de alimentação ou de satisfação sexual — igualmente consciente da sua necessidade de relações de amizade como do seu desejo de engrandecimento pessoal (*Ibidem*, p. 119).

Essa é dentre outras, umas das questões cruciais e inovadoras em Rogers. O aprimoramento do indivíduo só ocorre por intermédio da relação do organismo com o externo, ou seja, pelo conflito entre vontades e o meio externo, aqui compreendido como cultura ou tradição, em seu aprimoramento. De forma que, o organismo não é então uma entidade plena desprovida de interação com o meio onde se encontra, a relação com o meio, é uma formação em processo sempre, chamada de sociedade.

Uma das questões centrais que se impõe para Rogers, é que o modelo de sociedade e a cultura proporcionam mecanismos que contrariam tais relações. Entre

---

<sup>1</sup> Rogers também compreende o organismo como “a motivação primária da criatividade quando o organismo forma novas relações com o ambiente num esforço para ser mais plenamente ele próprio”. Pg 407.

os mais impactantes está o costume presente na família, na escola e em outras instituições sociais que possuem a tendência de atender às necessidades do indivíduo, quando este se provar merecedor. Essa condição é identificada como "consideração positiva condicional", um exemplo disso é o carinho e afeto dos pais como recompensa pelo bom comportamento de seus filhos.

Na infância, o indivíduo começa a diferenciar ações e sentimentos aprovados ou reprovados, por meio da avaliação dos pais sobre o seu comportamento. Tais experiências "reprovadas" são abandonadas, mesmo que sejam corretas para o organismo e isto conduz a uma desarmonia com as experiências "organísmicas". Por mais que o indivíduo apreenda que certas experiências censuradas pelos pais, pertencem ao seu *self*, ele acaba por descartar essas experiências na tentativa da aprovação dos pais. E ao tomar tais decisões sua própria percepção começa por se tornar distorcida, pois, seu organismo sente e deseja ser de outra maneira, embora racionalmente não se permita por medo da reprovação dos pais. Contudo, essa é uma condição que ocorre ao longo de toda sua vida e não somente na infância, isto é, um *self* sempre em transformação.

Em Rogers existe um "conflito" entre o indivíduo "*self*" e o que se espere ou se exige dele "devo ser", desse conflito surge o que Rogers intitula de incongruência, gerando o sofrimento. Esse processo, segundo ele, causa a neurose justamente quando o *self* percebe que é pressionado a corresponder às expectativas da vida e imposições sociais, que o conduzem ao desenvolvimento de defesas psicológicas<sup>2</sup>. A terminologia do termo *self* utilizado por Rogers reside em um sentido próprio, ou seja, como a consciência própria de ser, como noção plena de si. Isto acontece por meio do resultado da interação com o ambiente, resultando em uma interação avaliativa de si e para com os outros:

Na maior parte das fases da nossa vida — em casa, na escola, no trabalho achamo-nos dependentes das recompensas e dos castigos que são os juízos dos outros. "Está bem", "isso é mau", "isso vale dez", "isso vale zero", "trata-se de uma boa psicoterapia". "trata-se de má psicoterapia". Tais juízos fazem parte da nossa vida, desde a infância até a velhice (ROGERS, 1961, p. 65).

---

<sup>2</sup> Sobre essa questão Rogers declara: "Verificou que sempre que a atitude do terapeuta tende, mesmo ligeiramente, para um menor grau aceitação, o número de desvios bruscos da resposta psicogalvânica sofre um aumento significativo. E claro que, quando a aceitação é sentida como mais fraca, o organismo organiza sua defesa contra a ameaça, mesmo no nível fisiológico." (ROGERS, 1961, p. 51)

A percepção de si é aquilo que o terapeuta percebe ou não, é a distinção dos *self's* desarmoniosos daqueles que possuem a percepção de si, sua referência, como processo harmonioso entre o organismo e as volições presentes na cultura; o mundo exterior. Dessa forma o objetivo do terapeuta consiste em oferecer aos clientes condições das pessoas se tornarem "plenamente funcionais", correlacionadas às características presentes na constituição do *self*. Sucintamente podemos afirmar que a teoria centrada na pessoa promove o aprimoramento da comunicação entre as partes, na tentativa de conduzi-lo ao aprofundamento de si em seu próprio no quadro de referência.

Esse aprimoramento evolutivo acontece em três etapas<sup>3</sup> em Rogers, coincidindo com lançamento de suas obras. A primeira, conhecida como o aconselhamento não-diretivo e engloba os anos de 1940 a 1950, na qual foi lançada a obra *Psicoterapia e consulta psicológica*, em 1942. Nessa época, a função do terapeuta consiste em criar um ambiente de não-diretividade, onde o cliente é livre para estabelecer o ritmo de sua terapia e a direção do tratamento a fim de construir o seu *self*. O *self* exige certo grau de consciência própria da identidade e também um encontro com o sentido atribuído que a pessoa confere a própria individualidade. Em Rogers, a subjetividade exige uma percepção consciente, reflexiva e constante em torno de si, conferindo significado às coisas ao seu exterior. A subjetividade não pode ser compreendida somente do ponto de vista do indivíduo, mas sim a partir do coletivo, de forma que, essas tais dimensões são interrelacionadas.

Rogers entende que toda manifestação criativa humana se configura enquanto produção de sentido expressando a realidade tanto do sujeito quanto do grupo social. O sujeito forma a sua subjetividade, através de sua história no espaço social organizando suas práticas. O campo fenomenal ou campo experiencial engloba tudo

---

<sup>3</sup> A primeira possui como característica geral "quando o terapeuta está vivenciando uma atitude calorosa, positiva e de aceitação para com aquilo que está no seu cliente, isso facilita a mudança. Isto implica que o terapeuta esteja realmente pronto a aceitar o cliente, seja o que for que este esteja sentindo no momento — medo, confusão, desgosto, orgulho, cólera, ódio, amor, coragem, admiração". 73; a segunda compreendida quando "a transformação pessoal é facilitada quando o psicoterapeuta é aquilo que é, quando as suas relações com o cliente são autênticas e sem máscara nem fachada, exprimindo abertamente os sentimentos e as atitudes que nesse momento fluem nele. (ROGERS, 1961, p. 72) e por sua vez a terceira "quando o terapeuta é sensível aos sentimentos e às significações pessoais que o cliente vivencia a cada momento, quando pode apreendê-los "de dentro" tal como o paciente os vê, e quando consegue comunicar com êxito alguma coisa dessa compreensão ao paciente, então está cumprida essa terceira condição. (*Ibidem*,73)



o que o organismo abarca em sua experiência<sup>4</sup>, conscientemente ou não, nesse sentido, grande parte de experiências não conscientes permanecem a dispor da consciência, podendo tornar-se consciente na medida em que o indivíduo precise, pois,

Toda essa sucessão de vivências, e os significados que até agora descobri nesta, parece ter desencadeado em mim um processo que é tanto fascinante quanto em alguns momentos um pouco assustador. Parece querer dizer que devo deixar que minhas experiências me façam prosseguir, em uma direção que parece ser para frente, rumo às metas que posso definir vagamente, à medida que procuro compreender ao menos o significado atual daquela experiência. A sensação é a de viajar em uma corrente complexa de experiência, com a possibilidade fascinante de tentar compreender a sua complexidade constantemente mutável (ROGERS, 1961, p. 139).

Esta característica implica na tendência para viver plenamente cada momento. Um *self* plenamente aberto a toda experiência nova, totalmente desprovida de uma atitude de recusa ou defesa, tende a viver cada momento da sua existência como algo novo. A configuração de estímulos internos e externos existentes em um determinado momento não existia antes exatamente da mesma forma, e tal pessoa então, compreenderia que “aquilo que eu serei no próximo momento e aquilo que farei, nasce de tal momento e não pode ser previsto de antemão nem por mim nem pelos outros” (ROGERS, 1961, p 216). Este viver a cada momento como novo, não significa a falta de rigor, de uma estrutura fixa de personalidade que confere sentido à experiência, mas se identifica como uma organização fluída, modificável, do *self*. Proporcionar ao *self* àquilo que se passa agora como parte de sua constituição é uma das características da “Vida Plena” em Rogers.

Abrir o espírito para aquilo que está acontecendo agora, e descobrir nesse processo presente qualquer estrutura que se apresente — tal é, na minha opinião, uma das qualidades da “vida boa”, da vida amadurecida, como a que vejo os clientes alcançarem (ROGERS, 1961, p. 217).

Rogers, atribui a essa capacidade o pleno funcionamento da personalidade humana. O indivíduo possui a tendência inerente na atualização de seu potencial, bem como, a competência de perceber tanto a si mesmo como a sua experiência de modo mais abrangente e correto. O indivíduo passa a ter pleno funcionamento de sua personalidade apresentando as seguintes características: os comportamentos

---

<sup>4</sup> Sobre isso Rogers afirma: “é pouco provável que numa esfera da sua existência o cliente manifeste uma fixidez total e numa outra esfera uma mobilidade absoluta. Ele tenderia, globalmente, a situar-se nessa ou naquela etapa do processo”. (ROGERS, 1961, p. 149)

defensivos são banidos de sua prática, as experiências se tornam inteligíveis à consciência, a estrutura do *self* adquire harmonia com a experiência e o mesmo *self* se modifica espontaneamente por meio da assimilação de novas experiências.

Essa parece ser a conexão entre o interior e exterior, que se compreende como o processo formador constante do *self* em Rogers, que possui no organismo sua condição inicial, no qual, todos os desdobramentos subsequentes pertencentes a esfera das vivências e dos afetos, constituirão a personalidade e o pleno exercício da liberdade em Rogers, pois,

Pode tomar consciência daquilo que está realmente vivenciando, não simplesmente daquilo que se permite experimentar depois de ter passado por um filtro conceitual. Nesse sentido, a pessoa torna-se pela primeira vez o potencial total do organismo humano, com o elemento enriquecedor da consciência livremente acrescentada ao aspecto fundamental das reações sensoriais e viscerais. A pessoa torna-se o que é, como o cliente diz com tanta frequência durante a terapia. O que isto parece querer indicar é que o indivíduo se torna — na sua consciência aquilo que é — na experiência. O indivíduo é, em outras palavras, um organismo humano completo e em pleno funcionamento (ROGERS, 1961, p.119).

Liberdade para Rogers é uma ideia que está profundamente associada ao pleno funcionamento do indivíduo. A liberdade não se trata de uma ideia ou dimensão abstrata da simples liberdade de escolha. Para ele, está, só ocorre quando o organismo em pleno funcionamento, estando em harmonia com as volições que o cercam e é exatamente essa condição que caracteriza uma “vida boa”. Se tornar uma pessoa saudável então, implica fundamentalmente, uma questão de ouvir a si mesmo satisfazendo seus próprios desejos e interesses. As melhores qualidades do terapeuta ou do professor são aquelas que facilitam tais processos interferindo da menor maneira possível. Sendo este o significado do termo "não-diretivo", uma das questões cruciais do Rogerianismo. Para que seja capaz de exercer tal papel, três qualidades são exigidas do terapeuta e (do professor )para o pleno exercício dessa função, a saber: congruência, ser autêntico com o cliente (ou aluno); empatia e respeito, essas três condições configuram a "consideração positiva incondicional", em termos Rogerianos. Veremos, na sequência, implicações práticas de opor-se a essas condições.

## 2. CONGRUÊNCIA E INTROJEÇÃO: UM DESAFIO AINDA CONTEMPORÂNEO



Figura 1: A incongruência

Fonte: UMBA, Monika (2017)

**Descrição da imagem:** Homem em reflexão profunda sobre si mesmo.

Conforme vimos no capítulo anterior, quando adquirimos amadurecimento através da experiência, tornamo-nos mais livres de fobias, aversões, medo e ansiedade. Quando nos libertamos das amarras que nos prendem e nos deixam impotentes no curioso paradoxo do movimento, somos mais fidedignos com nosso eu singular, analisando de forma mais coesa as estruturas sociais que permeiam a vida e o agir humano. Essa conquista da liberdade produz satisfação e uma vida plena para quem a consegue exercer.

Contudo, essa consciência livre, este eu singular, do qual Rogers (1974) define como conceito de Self é um processo contínuo de autoconhecimento, perpassando por inúmeros percalços, que muitas das vezes podem originar um afastamento de sua própria realidade. Evidentemente, devemos levar em conta que nossas vontades são frequentemente atravessadas por culturas e religiões de diferentes concepções, cujas normas são transmitidas, muitas vezes, através de recompensas ou castigos. E, suas fundamentações partem da ideia de Deus, na sobrevivência social e na universalidade da humana (MAUPEOU, 1974). Esses valores são frequentemente introjetados ao sujeito, deixando-os confusos perante seus sentimentos. A família, segundo Rogers (1992) também tem capacidade similar de introjeção. Isto porque o indivíduo elege algumas pessoas-critérios para exercer influência sobre seus próprios valores, deixando para trás considerações de seu próprio organismo em troca afetividades desses familiares ou pessoas próximas (GUIMARÃES, 2010).

Neste processo de abandono dos sentimentos em detrimento de outros, o sujeito produz uma imagem de si que não corresponde a sua auto-imagem real (ROGERS, 1972). Em outras palavras, o indivíduo encontra-se naquilo que ele gostaria de ser e não naquilo que ele vivencia (GUIMARAES & SILVA NETO, 2015). Produzindo, desta forma uma duplicidade de “eus” (ROGERS, C. R.; STEVENS, 1992). A poesia Pássaro Azul, de Charles Bukowski (1920-1994) pode ser usada para clarificar esse entendimento:

há um pássaro azul em meu peito que  
quer sair  
mas sou duro demais com ele  
eu digo, fique aí, não deixarei  
que ninguém o  
veja.

há um pássaro azul em meu peito que  
quer sair  
mas eu despejo uísque sobre ele e inalo  
fumaça de cigarro  
e as putas e os atendentes de bares  
e das mercearias  
nunca saberão que  
ele está  
lá dentro.

há um pássaro azul em meu peito que  
quer sair  
mas sou duro demais com ele,  
eu digo,  
fique aí, quer acabar  
comigo?  
quer foder a minha  
escrita?  
quer arruinar a venda de meus livros na  
Europa?

há um pássaro azul em meu peito que  
quer sair  
mas sou bastante esperto, deixo que ele saia  
somente em algumas noites  
quando todos estão dormindo.  
eu digo, sei que você está aí,  
então não fique  
triste.

depois o coloco de volta em seu lugar,  
mas ele ainda canta um pouquinho  
lá dentro, não deixo que morra  
completamente  
e nós dormimos juntos  
assim  
com nosso pacto secreto  
e isso é bom o suficiente para  
fazer um homem chorar, mas eu não

choro, e  
 você?  
 (BUKOWISKI, 2013, p. 551-552)

Essa angústia do sujeito, expressada no pássaro azul, também é vista e trabalhada filosoficamente por Haufniensis, um pseudônimo utilizado por Søren Aabye Kierkegaard (1813-1855), cuja obra (1844) coloca a angústia como a atmosfera da possibilidade. Ainda, conforme, Santos (2011) Søren Kierkegaard entende a angústia como vertigem à liberdade; uma espécie de repulsa atração. O Poeta, contista e cronista brasileiro, Carlos Drummond de Andrade (1902-1987), também nos conduz nessa atmosfera em seu poema verbo ser, publicado originalmente em 1962:

Que vai ser quando crescer?  
 Vivem perguntando em redor. Que é ser?  
 É ter um corpo, um jeito, um nome?  
 Tenho os três. E sou?  
 Tenho de mudar quando crescer? Usar outro nome, corpo e jeito?  
 Ou a gente só principia a ser quando cresce?  
 É terrível, ser? Dói? É bom? É triste?  
 Ser; pronunciado tão depressa, e cabe tantas coisas?  
 Repito: Ser, Ser, Ser. Er. R.  
 Que vou ser quando crescer?  
 Sou obrigado a? Posso escolher?  
 Não dá para entender. Não vou ser.  
 Vou crescer assim mesmo.  
 Sem ser Esquecer.  
 (ANDRADE, 1978, p. 108 e 109)

O poema sugere uma busca e vontade do indivíduo de ser ele mesmo, ir contra a sociedade e suas imposições, evidenciando uma inquietação existencial do ser. Nessas diferentes facetas, nossa vontade vence, mas apenas por um tempo e, por vezes, novamente somos empurrados para trás pelo “outro eu” que busca adaptar-se às instituições (família, igreja, escolas e etc) comumente aceitas como via da verdade (STEVENS, 1991).

Carl Rogers também experienciava essa angústia em sua prática clínica, já que sua abordagem se apoia em questões existenciais da vida humana. Para ele o indivíduo escolhe, pesa razões, decide e atualiza-se (NETO & PONTE, 2018). E neste processo, conforme vimos no capítulo anterior, surgem as incongruências. De acordo com Rogers & Kinget (1977) a angústia é parte inseparável do conceito de incongruência. De forma a exemplificar essa discrepância entre a experiência, a comunicação e a tomada de consciência. Pensemos em um indivíduo em circunstâncias adversas, como uma briga de discussões acaloradas, seus punhos

fechados, seus dentes rangendo de raiva e, mesmo assim, nega que esteja com tal sentimento. Além de situações cotidianas como essa, partes destas incongruências, segundo Roger (1992), ocorrem na infância, cuja experiência mostra-se clara e fidedignas aos desejos e rejeições. Essas atitudes fidedignas estão voltadas a manter, aumentar ou efetivar seu organismo. No intuito de esclarecer essa congruência entre a relação da criança com o objeto o psicólogo exemplifica uma situação. Imaginemo-las:

A fome é negativamente valorizada. Sua expressão disto é frequentemente ruidosa e clara. O alimento é um valor positivo. Mas quando está satisfeito, o alimento se torna um valor negativo e o mesmo leite a que reagiu com avidez é agora cuspidado, ou o seio que parecia tão satisfatório é agora rejeitado. (ROGERS, 1991, p. 16)

Nesse sentido, Rogers (1991), salienta que as crianças sabem o que querem e essas escolhas são baseadas em seus sentidos e não nos pais, igrejas, especialistas ou dispositivos midiáticos. Acontece que, na medida em que nós desenvolvemos<sup>5</sup> e apreendemos experiências, introjetamos em nós valores de “bom” ou “mau” com base nessas relações experienciais. Abandonamos, então, nossa sabedoria organísmica, dando lugar a valores introjetados socialmente, ou seja, oriundos de nossas relações condicionais com pessoas significativas (CRUZ, 2009). De modo a clarificar essa situação Rogers exemplifica novamente:

Um menino sente, embora talvez não conscientemente, que é mais amado e premiado pelos pais quando pensa em ser médico que quando pensa em ser artista. Gradualmente, introjeta os valores ligados à formação de médico. Chega a querer, acima de tudo, ser médico. Então, no curso básico, fica frustrado pelo fato de fracassar repetidamente em química, que é absolutamente necessária para ser médico, apesar de seu orientador assegurar-lhe que tem capacidade para passar no curso. Somente nas entrevistas de aconselhamento é que começou a compreender até que ponto tinha perdido completamente o contato com suas reações organísmicas, como se afastara de seu processo de valorização. (ROGERS, p. 18, 1991)

Percebe-se, com base no exemplo, que os sentimentos são renunciados em prol de supostas necessidades individuais. Dentre elas, Rogers (1991), destaca o amor, a aprovação e a consideração. Cabe salientar, que esses valores adquiridos, conforme Rogers (2001) tendem a serem rígidos e estáticos justamente por serem

---

<sup>5</sup> No sentido de tempo, idade e envelhecimento.

decorrentes dessa absorção externa; não-organísmica, isto é, desassociados do centro de experiência vivida individual (ARAUJO & FREIRE, 2014).

Com o intuito de propiciar um espaço, cujos valores são referenciados com base no resgate da autenticidade (subjetividade individual e organísmica) de cada ser, Rogers constrói uma ideia de clínica que difere das alternativas contemporâneas de sua época, visando o resgate da identidade e, conseqüentemente, da liberdade individual. Veremos a seguir algumas atitudes que possam possibilitar esse desenvolvimento do ser na clínica.

### 3. A NÃO-DIRETIVIDADE



Figura 2: A congruência

Fonte: UMBA, Monika (2017)

**Descrição da imagem:** Homem ouvindo a si mesmo.

Para Amatuzzi (2010) um dos marcos mais significativos da história da psicologia do sec. XX foi o surgimento da orientação não-diretiva. Essa ideia, do ponto de vista psicológico, surge inicialmente a partir das ideias de Otto Rank, um dos discípulos Freud que acabou opondo-se a ele por diferir da ideia que analista deveria focar-se predominantemente no material Inconsciente (BRANCO et al., 2016.).

Rank propunha um modelo de psicoterapia que tinha o intuito à realização consciente de escolhas, cuja vontade seria uma força cósmica primitiva atuante no indivíduo (BRANCO et al., 2016.). Conjuntamente a Jessie Taft e Frederick Allen difundiram suas teorias nos E.U.A. Rogers por ser colaborador de Frederick Allen, utilizou-se de pressupostos desses autores para dar início a sua abordagem (SCHEEFFER, 1993).

A obra referencial de Carl Rogers, nesta fase<sup>6</sup>, foi apresentada em 11 de dezembro de 1940 com o título: *Psicoterapia e consulta psicológica*, publicada no Brasil em 1973, propondo uma nova visão não somente no setor da Psicologia clínica, mas, também, nos demais campos das relações interpessoais (MOREIRA, 2010). Conforme o próprio Rogers (1974) seu intuito era: “*libertar as capacidades individuais de integração*” (ROGERS, 1974. p. 24). Conforme Moreira (2010), neste momento, Rogers, acreditava que a relação terapêutica era capaz de promover o crescimento e saúde individual. Cujas ênfase, segundo Moreira (2010) era voltada aos interesses, sentimentos e ao tempo presente. Esse posicionamento lhe rendeu algumas críticas acerca do papel pouco ativo do terapeuta, quando na realidade, o intuito de Rogers

---

<sup>6</sup> Fase não-diretiva (1940-1950)



era libertar o terapeuta de sua conotação autoritária (Holanda, 1994). De encontro a isso, cabe ressaltar que o contexto norte americano naquele momento era permeado por psicologias intervencionistas e, a proposta Rogeriana, manifestava-se como uma alternativa do arcabouço de conhecimento a priori que guiava os atendimentos psicológicos. Rogers compreendia que a postura interventiva, isto é, o uso de técnicas coercitivas e persuasivas, evidenciavam a crença do psicólogo de que há limitações na autodeterminação do sujeito (SCHEEFFER, 1976). Nesse sentido, Rogers (1961) acrescenta que não é necessário direcionar, pois existe uma tendência no ser humano em direção ao crescimento, reprodução e sobrevivência e não caberia ao psicólogo intervir nestes processos. Para Pagès (1976) esse ato de não-direcionar os clientes é uma atitude pela qual o psicoterapeuta se recusa a conduzir os sentimentos e ações do indivíduo. Ainda, conforme Scheeffeffer (1976), a atuação do psicólogo da linha Rogeriana deve partir do princípio básico: crer que o próprio sujeito tem a capacidade de resolução de suas questões, mas para isso precisa de uma atmosfera adequada. Na sequência veremos alguns destes pressupostos envolvidos no que tange o exercício da profissão.

### 3.1 A Atitude do psicoterapeuta

Conforme pontuamos até aqui, essa visão otimista de Rogers sobre sujeito altera até mesmo a maneira de como o psicólogo é visto pelo outro. Por isso, os termos de designação – como: terapeuta, psicólogo ou psicoterapeuta, são pouco utilizados, sendo proposto em seu lugar, a noção do profissional como facilitador (HOLANDA, 2009). Para Campos (2005), a aceitação do crescimento pessoal e a noção de autorealização colaboram nesta ideia.

Essa visão do psicólogo como facilitador compreende que, o ser humano possui, como vimos no primeiro capítulo, a capacidade de resolução dos próprios problemas. Entretanto é preciso que haja uma atmosfera propícia, estruturada e permissiva, cujo desenvolvimento só é possível através de uma atitude não autoritária e de crença positiva acerca do humano. Da qual é caracterizada, sobretudo, por condutas voltadas a aceitação e compreensão incondicional (SCHEEFFER, 1976). Esses sentimentos, acompanham a orientação não-diretiva durante a maior parte processo terapêutico, ou seja: *“É uma relação, na qual o calor da aceitação e a ausência de qualquer coerção ou pressão pessoal, por parte do terapeuta, permite a*

*expressão máxima de sentimentos, atitudes e problemas, por parte do cliente (ROGERS, 1942, p.108).* Boa parte dessas condutas, ligadas à maneira de exercer na clínica uma posição de facilitador, foi utilizada, de acordo com Rogers (1979), na orientação dos entrevistadores da Companhia Elétrica Western. Vejamos:

- A. O entrevistador deve ouvir quem fala, de uma forma paciente e amigável, mas inteligentemente crítica;
- B. O entrevistador não deve demonstrar nenhum tipo de autoridade;
- C. O entrevistador não deve fazer advertências ou dar conselhos de ordem moral;
- D. O entrevistador não deve discutir com o interlocutor;
- E. O entrevistador deve falar ou fazer perguntas unicamente nas seguintes condições:
  - (1) Ajudar a pessoa a exprimir-se;
  - (2) Aliviar o interlocutor dos receios ou da ansiedade que podem afetar a sua relação com o entrevistador;
  - (3) Aplaudir o entrevistado por ter expresso adequadamente as suas idéias e sentimentos;
  - (4) Conduzir a discussão para um ponto que tivesse sido omitido ou desprezado;
  - (5) Analisar afirmações implícitas, se for aconselhável. (ROGERS, 1979, p. 92-93)

Rogers (1979) considera evidente, que, através de pequenas alterações nestas diretrizes, pode-se validá-las de forma harmoniosa às características da abordagem não-diretiva. De encontro a isso, Virginia Axline (1911–1988), em seus estudos de ludoterapia com crianças, propôs *sete princípios*<sup>7</sup> básicos na atuação do orientador Rogeriano. Esses princípios foram adaptados por Ruth Scheeffler (1976) com a intenção de torna-los mais abrangentes a outros casos e situações. Configuram-se da seguinte maneira:

1. O orientador deve desenvolver, com o orientando, relação que revele calor afetivo, simpatia e cordialidade, a fim de estabelecer imediato *rapport*
2. O orientador aceita o orientando como ele é na realidade. Implica em aceitação total da personalidade
3. O orientador estabelece um clima permissivo na sua relação com o orientando, a fim de que se este possa expressar livremente suas vivências emocionais.
4. O orientador compreende essas vivências reveladas pelo orientando e expressa essa compreensão, refletindo-as e objetivando-as. Não avalia nem diagnostica, simplesmente compreende.

---

1. O terapeuta deve desenvolver um bom relacionamento com a criança para o estabelecimento do *rapport*; 2. Aceitar a criança completamente; 3. Estabelecer um sentimento de permissividade; 4. Reconhecer e refletir os sentimentos; 5. Manter o respeito pela criança; 6. A criança indica o caminho; 7. A terapia não pode ser apressada; 8. O valor dos limites (AXLINE, 1984 p. 87)

5. O orientador mantém profundo respeito e confiança nas possibilidades do orientando resolver seus problemas, desde que este tenha oportunidade para isso.
6. A responsabilidade das decisões pertence ao orientando, bem como das modificações nas suas atitudes.
7. O orientador não pretende dirigir as ações ou a conversa do orientando, de nenhuma maneira. O orientando dirige a entrevista, o orientador segue-o. (SCHEEFFER, 1976, p. 63)

Os princípios estão em comum acordo com o código de ética profissional do psicólogo (CRP), pois, almejam a liberdade, a qualidade de vida e a integridade humana. Embora fosse desejável que todos os profissionais respeitassem as orientações do Código de Ética Profissional e os princípios que regem esta teoria, sabe-se que nem sempre isso ocorre. Por isso faz-se importante estarmos constante atualização e revisão no que tange os ofícios da profissão

### 3.2 O manejo da resposta-reflexa

O terapeuta que segue a abordagem Rogeriana, como já vimos anteriormente, no que diz respeito à aceitação incondicional, propõe-se não julgar, interrogar, tranquilizar, explorar ou interpretar (ROGERS e KINGET, 1977). Nesse sentido fica evidente que a terapia Rogeriana em certos momentos na prática clínica também se aproxima da fenomenologia de autores como Husserl e Merleau-Ponty, já que visa seu foco na experiência intersubjetiva (MOREIRA & TORRES, 2013). Entretanto, conforme Moreira (2009) não devemos categorizar Rogers como fenomenólogo, pois conforme (MOREIRA & TORRES, 2013) Carl Rogers admitiu em diversas vezes o pouco conhecimento filosófico e só tardiamente percebeu proximidades de sua teoria com fenomenologia.

Como atentamos, o objetivo geral dessa aceitação incondicional, é participar da experiência imediata da pessoa, por isso, podemos pressupor que respostas oferecidas por meio do psicoterapeuta ao cliente, visam englobar o pensamento deste a ponto de serem reconhecidas por ele como sendo sua própria ideia (ROGERS e KINGET, 1977). Esse tipo resposta ficou predominantemente conhecido como resposta reflexa ou técnica reflexa. Entretanto, cabe ressaltar que Rogers não se utilizou do termo “técnica reflexa”, pois, segundo Rogers e Kinget (1977), o terapeuta deve conduzir-se enquanto pessoa, fugindo de técnicas ou habilidades pré-estabelecidas. Por isso e também, pelo “peso”, que palavra técnica carrega, mesmo que Holanda (2009) propunha uma retomada dessa terminologia por entender que ela

não está desconectada do seu caráter prático, nem de sua perspectiva reflexiva. Seguiremos apenas com o termo resposta reflexa por considerar que maioritariamente seus colaboradores utilizam-se deste, sendo ainda mais fidedigna a sua obra.

O manejo da resposta reflexa pode até parecer simplista, repetitivo e induzir a pessoa a pensar, conforme aponta Royer (2018) de que o psicoterapeuta está pensando nele (cliente) e não com-ele. Uma das formas resolutivas para essa situação seria de realizar esse espelhamento, seguido do que a fenomenologia de Husserl (1985) chamará de confirmação experiencial. De maneira a exemplificar isso pensemos no “Caso Gloria” e na confirmação dela pelo que lhe foi espelhado:

[Gloria] - Agora entendo o que quer dizer  
 [Gloria] - É claro. É por isso, quero fazer o que puder para aceitar-me  
 [Gloria] - Quero me sentir bem com isso  
 [Gloria] - Isso faz sentido.  
 [Gloria] - Isso passará a ser natural e não precisarei preocupar-me com a Pam (filha)  
 [Gloria] - Mas quando as coisas parecem tão erradas mim sinto o impulso de trazê-las  
 [Gloria] - Como posso aceitar isso?  
 [Rogers]: O que você gostaria de fazer é sentir-se mais receptiva com relação a você mesma quando faz coisas que acha errada. Estou certo?  
 [Gloria] - Sim  
 [Gloria] - Parece meio difícil conseguir isso.  
 (ROGERS, C. Caso Gloria. **Youtube**. 1964)

Devemos atentar que quando um sentimento é refletido, é necessário haver um grau elevado de empatia e presença do terapeuta, do contrário, se tornará apenas mais um processo mecanicista de conduta. Quando Rogers questiona acerca de sua assertividade em seu reflexo (neste caso, de sentimento), faz com que Gloria compreenda que o psicoterapeuta está pensando com-ela, sem violentar suas disposições e sentimentos. Conforme Holanda (2009), a resposta reflexa visa estabelecer justamente esse meio de comunicação entre o psicoterapeuta e a pessoa atendida, tornando a experiência mais clara ao sujeito. Para GOBBI et al. (2002), a resposta-reflexo tem a capacidade de demonstrar os sentimentos e emoções da fala do cliente, mas que ainda não foram percebidos e acessados por ele.

Esse sentimento refletido, segundo Rogers e Kinget (1977), pode ser entendido através de três modalidades: reiteração (ou reflexo simples), reflexo de sentimentos e elucidação. O reflexo simples dirige-se estritamente ao conteúdo manifestado na comunicação (ROGERS E KINGET, 1977). Na clínica, isso corresponde em capturar

o discurso emitido pela pessoa e devolve-lo em sua essência. Para Holanda (2009) esse resumo favorece e potencializa a comunicação:

É uma intervenção breve e consiste em resumir a comunicação, relevar um aspecto importante dessa comunicação ou reproduzir as últimas palavras para facilitar a continuidade da comunicação. Este procedimento visa reforçar o discurso do cliente, estimulando sua expressividade. Este tipo de reiteração, de fato, favorece a continuidade da comunicação, permitindo ao cliente desenvolver mais a sua narrativa. (Holanda, 2009, p. 52)

A pessoa, em suma, passa a sentir-se acompanhada pelo terapeuta e com isso tende a estabelecer um ambiente seguro e favorável, composto de acolhimento, aceitação e de tranquilidade (CASTANHO, 2007). Esse tipo de reflexo pode ir além do ganho ambiental e afetivo, uma vez que pode produzir também um pequeno ganho na clarificação daquilo que é comunicado pelo sujeito (HOLANDA, 2009). Sua aplicabilidade deve seguir-se com cautela, para facilitar a comunicação quando ainda não há muita emoção na fala. Contudo, seu uso demasiado poderá tornar a seção uma cansativa sequencial repetição de falas.

O reflexo de sentimento corresponde à segunda modalidade proposta por Rogers e Kinget (1977) e, este, busca: *“descobrir a intenção, a atitude ou o sentimento inerentes às suas palavras, propondo-os ao cliente sem os impor”* (Rogers & Kinget, 1977b, p.67). Nesse sentido, esse tipo de reflexo é utilizado para evidenciar o sentimento presente na fala do cliente. Isso poderá ser feito, como vimos anteriormente, no caso Gloria, em forma de pergunta. Conforme Holanda (2009), sua utilização precisa ser pontual e no *“timing”* e ritmo adequado de cada cliente. Isto é, o facilitador necessita estar em contato e atenção profunda nesta relação.

A terceira e última modalidade descrita por Rogers e Kinget (1977) é a elucidação. Seu objetivo visa: *“tomar evidente sentimentos e atitudes que não decorrem diretamente das palavras do indivíduo, mas que podem ser razoavelmente deduzidos da comunicação ou de seu contexto.”* (Rogers & Kinget, 1977b, p.83) Conforme Holanda (2008) trata-se de uma dedução intelectualizada, acerca do discurso do cliente. Para Castanho (2009) na elucidação, o facilitador busca refletir expressões verbais e não verbais do cliente, ou seja, através da fala o terapeuta reflete suas palavras, gestos, olhar, silêncio tom de voz e postura corporal.

Nesse sentido, pode-se muitas vezes esclarecer e problematizar uma fala confusa. Por exemplo, imaginemos um sujeito, relatando não gostar de sua sogra,

alegando “que sua sogra nem o convida para os almoços de domingo”. E na sequência complementa: “Sogra são chatas mesmo, sendo assim, até melhor, pois fico mais tranquilo por não dever nenhum favor a ela”. Neste caso, o facilitador pode elucidar essa fala da seguinte forma: “compreendo que seus sentimentos estão um pouco confusos. Vejo certo desconforto, mas sua reação visa esquivar-se de algo que você, talvez, deseje. Não estou certo de entendê-lo muito bem, o que lhe parece”? Percebe-se, com isso, que a elucidação possui a capacidade de facilitar o insight do cliente sobre seus sentimentos e sua tomada de atitude. De acordo com Holanda (2009) das três modalidades de resposta, a elucidação é a que apresenta menor efetividade. Cabe ressaltar que a elucidação, por se afastar do centro da percepção do cliente, corre o risco de não ser reconhecida por ele. (ROGERS E KINGET, 1977). Desta forma, torna-se importante utilizarmos, conjuntamente ao reflexo de elucidação, frases complementares que auxiliam na identificação da pessoa para com a experiência, como: *"Se bem compreendo,.."*, *"... Se é isto o que você quer dizer"*, *"Fale-me se eu me enganar,.."*, *"Será que apreendi corretamente..."*, *"Não estou certo de entendê-lo muito bem neste momento..."*, etc. (Rogers & Kinget, 1977b, p.84).

Postas essas considerações, sobre os reflexos, veremos, na sequência, como podemos proceder dentro do consultório, visando, sobretudo, uma perspectiva não-diretiva.

### 3.3 A seção não-diretiva

Pensar acerca de uma seção não-diretiva, parece, à primeira vista, um tanto quanto contraditório, já que se pressupõe que de acordo com termo não-diretivo que a seção será abstraída de regras, estrutura e desenvolvimento. Entretanto, sua prática, sob o ponto de vista estrutural é similar a qualquer outra abordagem. Conforme Araújo (2014), agir de modo não-diretivo, não corresponde a abdicar da estrutura, pois, como qualquer outro tipo de abordagem é necessário organizar-se para receber o cliente, estabelecendo horários, duração e local onde ocorrerão os encontros. Nesse sentido, deve-se entender a seção como um espaço de relação profissional, cujas partes devem exercer e cumprir determinadas atividades (ROGERS E KINGET, 1977).

Sob ponto de vista prático, a seção não-diretiva pode começar, também, de maneira parecida com abordagens diretivas. Pede-se ao cliente para descrever seu

problema, dificuldade ou ainda falar sobre aquilo que ele considera que não vai bem. Mesmo que não seja a forma mais adequada, teoricamente falando, suas implicações são mínimas e a maior parte dos terapeutas Rogerianos começam seus atendimentos desta maneira (ROGERS E KINGET, 1977). Porém, também, ocorre do cliente simplesmente iniciar sua descrição de maneira voluntária. Neste relato de experiência, o facilitador deve almejar certa interação e aceitação positiva e incondicional, tornando o consultório um ambiente afetuoso de compreensão onde o cliente possa vir a desenvolver sua tendência natural à atualização (ROGERS, 1961)

Se esse interesse do terapeuta durante a sessão for genuíno a ponto de ser percebido pelo cliente, provavelmente a sessão fluirá normalmente durante toda a descrição (ROGERS E KINGET, 1977). No artigo, intitulado “The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change”, publicada em 1957, Rogers indica essas e outras condições que contribuem para a construção de sessão favorável para ascensão psicológica. São elas:

1. Que duas pessoas estejam em contato psicológico;
2. Que a primeira, a quem chamaremos cliente, esteja num estado de incongruência, estando vulnerável ou ansiosa;
3. Que a segunda pessoa, a quem chamaremos de terapeuta esteja congruente ou integrada na relação;
4. Que o terapeuta experiencie uma consideração positiva incondicional pelo cliente;
5. Que o terapeuta experiencie uma compreensão empática do quadro interno de referência do cliente e se esforce por comunicar esta experiência ao cliente;
6. Que a comunicação ao cliente da compreensão empática do terapeuta e da consideração positiva incondicional seja efetivada, pelo menos num grau mínimo. (Rogers, 1957, p.96, apud Freire, 2000, p.07)

Conforme Neto & Ponte (2018) existem dois aspectos importantes nessas condições, à atenção aos conteúdos emocionais (que são desestabilizantes) e a relação de crescimento entre terapeuta e cliente. Pois, conforme assina AmatuZZi: “*Se eu não tiver a quem falar e quem me ouça totalmente, eu não me expresso e, conseqüentemente, não atualizo meu ser.*” (AmatuZZi (2016, p. 173).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

No que tange o desenvolvimento dessa pesquisa, pôde-se constatar que a alternativa proposta por Rogers inaugura uma terceira linha de pensamento na história da psicologia, cujo desenvolvimento existencial é uma disposição natural do ser humano e que, seu desenvolvimento constante propicia uma maior conexão deste com a liberdade. Entretanto com o transcorrer do tempo, junto ao processo de desenvolvimento natural e humano, muitas de nossas considerações, valores, desejos e disposições acabam sendo introjetadas externamente em troca considerações positivas, causando, assim, certo afastamento e desconexão daquilo que sentimos e desejamos. Nesse sentido a proposta Rogeriana busca resgatar essa conexão subjetiva e orgânica através de um ambiente no qual a cliente se sinta seguro para adentrar em sua experiência, encontrando suas próprias respostas para atitudes negligenciadas ao longo do tempo. Ser não-diretivo na clínica corresponde a uma maneira de facilitar com que este processo de auto apropriação do cliente aconteça, sem que haja interferências de fatores externos advindos do conhecimento e experiências pessoais do psicólogo.

De forma subjetiva, desde que entrei no curso de psicologia da Universidade Federal de Pelotas, sempre busquei um tipo de abordagem que se distanciasse de atitudes como diagnosticar, avaliar, guiar e aconselhar. Em vários de meus atendimentos, observei uma busca desenfreada por respostas diretas e patologizantes, como se esse rótulo ou a oferta de um suposto conhecimento fosse mais importante que a atitude do terapeuta. Inclusive, nesses atendimentos, não são raras experiências anteriores de consultório relatadas por clientes cujo papel do terapeuta foi apontar noções morais de certo e errado em seus encontros. Nesse sentido, encontrei, nessa abordagem os elementos constitutivos para criar um ambiente terapêutico que facilita o outro (de forma não invasiva) a pôr-se em movimento, próprio, de sua vontade e subjetividade.

Creio que este trabalho possa vir a colaborar com os poucos artigos produzidos acerca desta teoria. Cujas contribuições mais efetivas foram demonstrar que existe um lugar, dentro da academia, do curso de psicologia e da prática clínica que está mais preocupada em ouvir do que falar. De oportunizar ao ser humano um ambiente



agradável, fluido e acolhedor para que os relatos experienciais dos problemas do dia-dia tenham resolubilidade, a partir da ótica e práxis daquele que o enfrenta. Buscando, sempre, não induzir, conduzir ou olhar de formar distante e teórica o outro. É preciso acreditar no humano tal qual quando olhamos para um arco-íris pós-chuva, isto é, não tentamos impedir o acontecimento natural, modificar suas cores, sua localização no espaço ou definir seu tempo de duração. Mas, nesse experienciar estético, o acessarmos, o sentirmos e contemplarmos seu desenvolvimento e transformação, juntos.

## REFERÊNCIAS

AMATUZZI, M. M. Rogers (2010) - **Ética Humanista e Psicoterapia**, SP: Alinea, 2010

ANDRADE, Carlos Drummond (1978). **Antologia Poética** – 12a edição - Rio de Janeiro: José Olympio, 1978, p. 108 e 109.

AXLINE, V. M. (1984). Ludoterapia: **A Dinâmica Interior da Criança**. Belo Horizonte: Interlivros. (Original publicado em 1947).

BOAINAIN JR, E. (1998). **Tornar-se Transpessoal: Transcendência e Espiritualidade na Obra de Carl Rogers**. São Paulo, Summus Ed.

BUENO, José Maurício Haas; PEIXOTO, Evandro Moraes (2018). **Avaliação Psicológica no Brasil e no Mundo**. *Psicol. cienc. prof.*, Brasília , v. 38, n. spe, p. 108-121, 2018 . Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98932018000400108&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932018000400108&lng=en&nrm=iso)>. access on 04 Dec. 2020.

BRANCO, Paulo Coelho Castelo et al (2016). **Influências da psicanálise neofreudiana na psicoterapia de Carl Rogers**. *Contextos Clínic*, São Leopoldo , v. 9, n. 2, p. 279-289, dez. 2016 . Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-34822016000200013&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822016000200013&lng=pt&nrm=iso)>. acessado em 03 dez. 2020. <http://dx.doi.org/10.4013/ctc.2016.92.12>.

CAMPOS, Ronny Francy (2005). **A Abordagem Centrada na Pessoa na história da psicologia no Brasil: da psicoterapia à educação, ampliando a clínica**. *Psic. da Ed.*, São Paulo, 21, 2º sem. de 2005, pp. 11-31

CASTANHO, Elisabeth Rodrigues (2007). **Psicoterapia como um processo: imagem de si na abordagem centrada na pessoa**. Monografia. 2007.

CATTAPAN, Pedro (2018). **Iluminismo e Romantismo na formação psicanalítica**. Psicologia Clínica (PUCRJ I mpresso) , 2018.

CRUZ, Bruno Alves de Araújo (2009). **Subjetividade, liberdade e existência: aproximações e distanciamentos entre Sartre e Rogers**. 2009. 131 f. Dissertação (Mestrado em Filosofia) - Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2009

CASTANHO, Elisabeth Rodrigues (2007). **Psicoterapia Como um Processo: Imagem de Si na Abordagem Centrada na Pessoa**. Orientador: Frederico Guilherme Ocampo Abreu. 2007. 60 f. (Monografia apresentada como um dos requisitos para obtenção do grau de psicólogo com ênfase na área da Psicoterapia Centrada na Pessoa) - Centro Universitário de Brasília - UniCEUB, Faculdade de Ciências da Saúde - FACS, Brasília, 2007. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/123456789/2999/2/20292583.pdf>. Acesso em: 09 Dezembro 2020.

EWALD, Ariane (2008). **Fenomenologia e existencialismo: articulando nexos, costurando sentidos**. Estud. pesqui. psicol. v.8 n.2 Rio de Janeiro ago. 2008 ; ; GILL, Débora and VERISSIMO, Luiz José. Kierkegaard, a Escola da Angústia e a Psicoterapia. Psicol. cienc. prof. [online]. 2015, vol.35, n.2, pp.572-583. ISSN 1982-3703. <https://doi.org/10.1590/1982-370300912013>.

GUIMARÃES, Suzana Ferreira (2018). **A modificação da Autoimagem: Da pessoa-critério a psicoterapia**. O Portal dos Psicólogos, Brasília, DF. 16 de julho de 2010. Disponível em: . Acessado em: 07 set. 2018.

GOBBI, S., & MISSEL, S. (1998). **Abordagem centrada na pessoa: vocabulário e noções básicas**. Tubarão: Universitária.

GOBBI, S. L. et al (2002). **Vocabulário e Noções Básicas da Abordagem Centrada na Pessoa**. São Paulo: Vetor, 2002.

HOLANDA, A. (1998). **Diálogo e psicoterapia: correlações entre Carl Rogers e Martin Buber**. São Paulo: Lemos

HOLANDA, Adriano Furtado (2009). **A perspectiva de Carl Rogers acerca da resposta reflexa**. Rev.

NUFEN, São Paulo , v. 1, n. 1, p. 40-59, ago. 2009 . Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2175-25912009000100004&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912009000100004&lng=pt&nrm=iso)>. acessado em 28 out. 2020.

HUSSERL, E (1985). **Investigações lógicas: sexta investigação: elementos de uma elucidação fenomenológica do conhecimento**. Tradução de Z. Loparic. 2. ed. São Paulo:Abril Cultural, 1985. (Os pensadores).

KIERKEGAARD, S. (2010). **O conceito de angústia**. (A. L. M. Valls, trad). Petrópolis: Vozes. (Original publicado em 1844).

LIMA FLA; SOUSA BAA; PEREIRA LJE (2020). **Relação terapêutica e modernidade líquida: implicações para a psicoterapia centrada na pessoa**. Revista Saúde e Ciência online, v. 9, n. 1, (janeiro a abril de 2020), p. 170-186.

MAUPEOU, Yves Marie Gilles de (1974). **A visão de pessoa na teoria de Carl Rogers**. Arquivos Brasileiros de Psicologia Aplicada, Rio de Janeiro, v. 26, n. 1, p. 55-61, fev. 1974. ISSN 0004-2757. Disponível em: <<http://bibliotecadigital.fgv.br/ojs/index.php/abpa/article/view/17047>>. Acesso em: 04 Nov. 2020.

MAHFOUD, Miguel (1988). **Eu, o outro e o movimento em formação**. Anais.. Ribeirao Preto: Sociedade de Psicologia de Ribeirao Preto, 1988.

MOREIRA, Virginia; TORRES, Rafael Bruno (2013). **Empatia e redução fenomenológica: possível contribuição ao pensamento de Rogers**. Arq. bras. psicol., Rio de Janeiro , v. 65, n. 2, p. 181-197, 2013 . Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-52672013000200003&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672013000200003&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 28 out. 2020.

MOREIRA, V. (2010). **Revisitando as fases da Abordagem Centrada na Pessoa**. Estudos de Psicologia (Campinas), 27(4), 537-544. doi: 10.1590/S0103-166X2010000400011

na relação terapêutica centrada no cliente. 2000

MOREIRA, V. (1990). **Para além da pessoa: um estudo crítico da psicoterapia de Carl Rogers**. Tese de doutorado não-publicada, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo

MOREIRA, V. (2001). **Más allá de la persona: hacia una psico-terapia fenomenológica mundana**. Santiago: Editorial Universitario Universidad de Santiago de Chile.

MOREIRA, V. (2007). **De Carl Rogers a Merleau-Ponty: a pessoa mundana em psicoterapia**. São Paulo: Annablume.

NETO, André Alves Ximenes e PONTE, Carlos Roger Sales da (2018). **A compreensão de angústia na psicoterapia de Carl R. Rogers: breve estudo**. Rev. NUFEN [online]. 2018, vol.10, n.1, pp. 22-37. ISSN 2175-2591. [http://dx.doi.org/10.26823/RevistadoNUFEN.vol10\(1\).n04artigo23](http://dx.doi.org/10.26823/RevistadoNUFEN.vol10(1).n04artigo23).

PAGÈS, M (1976). **Orientação Não-Diretiva em Psicoterapia e em Psicologia Social**, Rio de Janeiro: Forense-Universitária/ São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 1976.

PERVIN LJ, John OP (2004). **Personalidade: Teoria e pesquisa**, 8. ed. Porto Alegre: Artmed;2004

RIBEIRO, W (1998). **Existência essência: desafios teóricos e práticos das psicoterapias relacionais**. São Paulo: Summus, 1998

ROGERS, C. R.; STEVENS, Barry (1991). **De Pessoa para Pessoa: O problema de Ser Humano**. São Paulo: Pioneira, 1991.

ROGERS, C. R (1957) **The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change**. Journal of Consulting Psychology, 21, 95-103.

ROGERS, C. R (2008). **Diálogo entre Carl Rogers e Martin Buber**. Rev. abordagem gestalt., Goiânia , v. 14, n. 2, p. 233-243, dez. 2008 . Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672008000200012&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672008000200012&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 10 dez. 2019.

ROGERS, C. R. (1974). **A terapia centrada no cliente**. São Paulo: Martins Fontes.

ROGERS, C. R. & KINGET, M. (1975). **Psicoterapia e relações humanas**. Vol. II. Belo Horizonte: Interlivros

ROGERS, C. R. (1979). **Psicoterapia e consulta psicológica**. (2a ed., M. Ferreira, Trad.). São Paulo: Martins Fontes. (Originalmente publicado em 1942)

ROGERS, C. Caso Gloria (1964). **Youtube**.. 1964. Disponível em <<https://www.youtube.com/watch?v=blxAQ79RmL4>>. Acesso em: 29 de outubro, 2020.)

ROGERS, C. R. (1961). **Tornar-se pessoa**. São Paulo: Martins Fontes.

ROGERS, C. R. (2001). **Sobre o poder pessoal**. 4ª. ed. São Paulo: Martins Fontes. (Originalmente publicado em 1977)

ROGERS, C. R. (1983). **Um jeito de ser**. (M. Kupfer, H. Lebrão, Y. Patto , Trad.) São Paulo: EPU.

ROGERS, C. R. [e] KINGET G. Marian (1977). **Psicoterapia e relações humanas: teoria e prática da terapia não-diretiva**; tradução de Maria Luísa Bizzotto,

supervisão técnica de Rachel Kopit, prólogo à edição francesa [por J. Nuttin. 2.ed. Belo Horizonte, Interlivros.

ROYER, Marlise (2018). **O crescimento da pessoa na ACP: um estudo de caso. 2018.** 54 f. Monografia (Graduação) - Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2018.

SOKOLOWSKI, Robert (2004). **Introdução à fenomenologia.** Tradução Alfredo de Oliveira Moraes. 4. ed. São Paulo: Edições Loyola, 2004.

SCHEEFFER, Ruth (1993). **Considerações sôbre a teoria não-diretiva de Carl Rogers.** Rio de Janeiro: 1993.

SCHEEFFER, Ruth (1976). **Aconselhamento Psicológico.** Atlas (6º edição). 1976

UMBA, Monika (2017). **Bluebird animation based on Charles Bukowski's poem. Youtube,** 17 mar. 2017. Disponível em <<https://www.youtube.com/watch?v=jsc3ltAKSLc&feature> >. Acesso em: 07 Dez. 2020.