

## ESTÁGIO SUPERVISIONADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA: TEORIA E PRÁTICA NA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

Rosana BREDA MOURA – Centro Universitário da Faculdade Assis Gurgacz<sup>1</sup>  
Régis MALISZEWSKI DA SILVA– Centro Universitário da Faculdade Assis Gurgacz<sup>2</sup>

**RESUMO:** O artigo compõe-se em questões teóricas e práticas do atendimento psicológico individualizado na Clínica Integrada da FAG. São realizados os atendimentos à População de Cascavel e Região, encaminhadas pelo SUS ou pelo NAAE (Núcleo de Atendimento e Apoio ao Estudante), para que isto ocorra, existe uma equipe multiprofissional para atender essas demandas. O propósito deste estágio é que os acadêmicos de Psicologia vivenciem a experiência de atendimento clínico com o suporte da supervisão, o qual verifica e orienta as técnicas e desenvolvimento dos estagiários quanto aos atendimentos através das transcrições das sessões, na qual promove o desenvolvimento das habilidades. O Estágio possibilita a identificação e avaliação das necessidades e demandas individuais, com os métodos adequados e a avaliação do próprio trabalho realizado através da transcrição, de modo a garantir a qualidade do atendimento. Inicialmente o artigo contextualiza o nascimento da abordagem centrada na pessoa. Em seguida, dificuldades encontradas em centrar-se no cliente, e por fim, relatos do cliente J.

**PALAVRAS CHAVES:** Estágio, abordagem centrada na pessoa, psicologia, demandas.

### INTRODUÇÃO

O objetivo deste artigo é conduzir sobre as contribuições no campo da psicoterapia, de hipóteses formuladas por Carl Rogers, fundador da Terapia Centrada na Pessoa e sobre a prática na Clinica- Escola do Centro Universitário da Fundação Assis Gurgacz.

De acordo com as práticas psicológicas fazem-se necessárias às finalidades de serviços- escola podendo desenvolver um treinamento onde assim os alunos podem pôr em prática seus conhecimentos que receberam em aulas, têm como objetivo

<sup>1</sup>Aluna do curso de graduação em Psicologia, Centro Universitário da Fundação Assis Gurgacz. 9º Período. Email: rosana\_breda@hotmail.com

<sup>2</sup>Especialista Clínico em Psicoterapia Centrada na Pessoa e mestre em Psicologia, Centro Universitário da Fundação Assis Gurgacz. Email: maliszewskiregis@gmail.com

13 a 17 de Maio de 2019 - ISSN 2318-759X

acrescentar e enriquecer a formação de acadêmicos na área, tornando-os capazes de desenvolverem a prática de acordo com as demandas (HEZBERG, 1999).

Durante a atuação na Clínica-Escola, foram realizados atendimentos individuais com períodos de duração de cada atendimento de aproximadamente quarenta e cinco (45) minutos gravadas e a transcrição da gravação dos atendimentos. Utilizando-se as técnicas da Abordagem Centra na Pessoa, mas o foco será no cliente J que foi atendido no período de outubro a dezembro de 2018.

## NASCIMENTO DA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

O nascimento da terapia centrada na pessoa deu-se exatamente, no dia 11 de dezembro de 1940, a Universidade de Minnesota promoveu uma palestra sobre os “Os mais recentes conceitos em psicoterapia”. O palestrante convidado era Carl Ransom Rogers, um psicólogo e pesquisador da Universidade de Ohio (TAMBARA e FREIRE, 1999).

Nessa palestra, Rogers apresentou quatro características de uma inovação na tendência psicológica, Rogers suponha que uma ampla porcentagem de jovens psicoterapeutas estava praticando: confiança intensa na tendência do indivíduo para o crescimento, para maturidade e saúde. Ou seja, a terapia era uma maneira de libertar o cliente para o crescimento e desenvolvimento normal. Esta terapia ressalta a situação imediata do que ao passado, e focaliza nos sentimentos do que à compreensão intelectual e a própria relação terapêutica é uma experiência de crescimento (TAMBARA e FREIRE, 1999).

Por acreditar que todos estavam familiarizados com a abordagem, quando foi criticado ficou surpreendido e então percebeu que essa tendência não era comum aos profissionais, mas era na verdade, uma abordagem criada por ele e que era única, inovadora e revolucionária (TAMBARA e FREIRE, 1999).

Através desse descobrimento, o procedimento psicoterapêutico nessa abordagem, iniciou uma cooperação entre cliente e terapeuta, com o objetivo de liberar esse núcleo de personalidade, propiciando o amadurecimento emocional, a redescoberta

da autoestima e da autoconfiança. Existem três pressupostos necessários que precisam ocorrer para o relacionamento entre cliente e terapeuta se desenvolver e para que haja a descoberta desse núcleo positivo que tem dentro de cada um, sendo elas: a compreensão empática, consideração positiva incondicional e a congruência (MIRANDA,2013).

A compreensão empática é compreender cuidadosamente o conjunto interno de referência do cliente, como se fosse o seu. E a capacidade de se montar no mundo subjetivo do outro e conseguir participar de sua experiência na ampliação da comunicação verbal ou não verbal que o permite (MIRANDA,2013).

Consideração positiva incondicional significa aceitar os aspectos da experiência da pessoa, não colocar exigências para a aceitação ou para apreciação desta pessoa. Ela provoca um cuidado não-possessivo, ter um olhar com o outro de uma maneira individualizada a quem permite ter seus próprios sentimentos, suas próprias experiências (MIRANDA,2013).

Congruência constitui em ser uma pessoa integrada com sua experiência real atenciosamente representada em sua consciência. O indivíduo é congruente quando está sendo livre e ela mesma, quando está vivenciando claramente os sentimentos e atitudes que estão pulsando dentro dela, ser congruente é ser real e genuíno (MIRANDA, 2013).

Para Rogers o que as pessoas apresentam em comum, a característica de serem capazes de autodesenvolverem, sempre na direção do melhor de si, visando as capacidades próprias inerentes a cada indivíduo. Segundo ele, todas as pessoas têm um potencial de crescimento pessoal natural, que é específico para desenvolver todas as potencialidades e para desenvolvê-las favorecendo sua conservação e seu enriquecimento (CAMPOS, 2005).

A Abordagem Centrada na Pessoa se destaca por oferecer um novo olhar para se trabalhar com pessoas. Essa abordagem presume na capacidade de crescimento no indivíduo, tem com visão a psicoterapia como uma forma de ajudar as pessoas a se

libertarem, a desenvolver seu potencial, salienta o aspecto afetivo, dá mais valor aos eventos do presente do que os passados, não desconsidera as questões do inconsciente, mas trabalha mais as questões que estão no consciente, acredita que o relacionamento terapêutico é uma experiência de crescimento, independente do resultado (BARBOSA, 2016).

Rogers (1957) pontua que existem seis condições necessárias e suficientes para que em uma relação ocorra mudanças no indivíduo e para que seja uma relação terapêutica, elas são:

1. As duas pessoas estejam em contato psicológico;
2. A primeira, a quem chamaremos cliente, esteja num estado de incongruência, estando vulnerável ou ansiosa;
3. A segunda pessoa, a quem chamaremos de terapeuta, esteja congruente ou integrada na relação;
4. O terapeuta experiência consideração positiva incondicional pelo cliente;
5. O terapeuta experiência compreensão empática do esquema de referência interno 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 efetiva, pelo menos num grau mínimo.

As atitudes facilitadoras da relação terapêutica se expressam e tornam-se presentes nessa relação entre terapeuta-cliente. Entretanto, esta comunicação não se reduz somente a interação verbal. A postura corporal, a expressão facial, os gestos, o silêncio, o olhar, entre outros sinais não verbais do terapeuta que compõem a sinalização para o cliente de que o terapeuta está vivenciando na relação. As formas não verbais de expressão transmitem a segurança e confiança do terapeuta. Apesar disso, as palavras do terapeuta também contribuem para a criação desse clima facilitador (TAMBARA e FREIRE, 1999).

13 a 17 de Maio de 2019 - ISSN 2318-759X

A reiteração é uma forma na qual o terapeuta não acrescenta nenhum componente verbal novo ao que fora comunicado anteriormente pelo cliente. No reflexo de sentimentos o terapeuta comunica ao cliente os sentimentos presentes, sendo vivenciados por ele naquele momento, que percebe nas entrelinhas de suas palavras. Geralmente, utilizado no início da relação terapeuta-cliente, pois não apresenta risco ao self (TAMBARA e FREIRE, 1999).

Na elucidação, o terapeuta comunica sua compreensão de sentimentos ou significados, mas ainda não foram sinalizados pelo cliente, ou seja, o terapeuta faz referência a experiências, mas que o cliente ainda não integrou no seu autoconceito. O desvelamento é quando o terapeuta está tão próximo do cliente, sentindo o mundo interno do cliente, sendo capaz de perceber sentimentos e significados que ainda estão muito distantes da simbolização e consciência do cliente. Essas intervenções se dão quando já há um vínculo com o cliente, pois oferece risco ao self (TAMBARA e FREIRE, 1999).

## DIFICULDADES ENCONTRADAS EM CENTRAR-SE NO CLIENTE

Para que seja possível centrar-se no cliente, deve-se estar aberto a ele, aceitando-o de forma positiva e incondicionalmente, devido a isso, mergulhar no mundo do cliente, colocar-se no lugar dele e tentar sentir como ele se sente é uma atitude difícil de ser experimentada. O terapeuta precisa estar sem defesas, significa, estar congruente com a sua experiência. O terapeuta só consegue compreender empaticamente, centrando-se. Diante disso, se realizam outras três atitudes facilitadoras: compreensão empática, consideração positiva incondicional e a congruência (TAMBARA e FREIRE, 1999).

Uma das dificuldades em centrar-se, está no terapeuta de entrar na “dor” do cliente, permanecendo apenas na superfície, sem aprofundar na essência do que está sendo trazido, porque a dor parece insuportável. Enquanto o terapeuta não conseguir entrar no mundo do cliente, manter-se distante, sentindo-se ameaçado pela dor do cliente, o terapeuta estará dificultando a mudança terapêutica ao invés de estar facilitando-a (TAMBARA e FREIRE, 1999).

## RELATOS DO CLIENTE J

O primeiro cliente foi o J, 42 anos, iniciou a psicoterapia relatando ser depressivo, ter tentativas de suicídios, tudo em decorrência do divórcio, e a primeira impressão é de que estava muito nervoso e desejava um resultado momentâneo para seu sofrimento, mas na verdade estava sentindo o self ameaçado. Desde a primeira sessão, a relação terapêutica já se compõe como uma relação não-diretiva, devido à confiança do terapeuta na capacidade do cliente para aproveitar com autonomia o tempo e o espaço da sessão (TAMBARA e FREIRE, 1999).

Basicamente a psicoterapia lida com o funcionamento e a organização do self. Há muitos elementos da experiência que o self não pode encarar, não pode perceber de forma clara, porque ter que enfrentar ou admitir seria ameaçador e incongruente para a organização atual do self (Rogers, 1992).

A dificuldade do terapeuta em centrar-se no cliente foi possivelmente notada, devido não possuir experiência com as condições necessárias para o atendimento.. Rogers percebeu que para uma relação terapêutica ser eficaz ela deve ser extremamente distinta de todas as outras relações que o indivíduo tem na sociedade, pois na relação terapeuta-cliente, o cliente deve ter a oportunidade de ser e de se expressar livremente, e o terapeuta por sua vez, reconhecer e aceitar (TAMBARA e FREIRE, 1999).

Outra questão que foi trabalhada nas sessões seria a passividade do cliente, pois a todo momento almejava um “resultado”, diante disso, foram inúmeras sessões para que o cliente reorganizasse o self e comprehendesse, que a solução estava com ele. Na relação terapêutica da abordagem centrada no cliente, o indivíduo não recebe nada passivamente do terapeuta, ou seja, não recebe a solução para os problemas, orientações, respostas, conforto, encorajamento, interpretações do conflito, muito menos críticas (TAMBARA e FREIRE, 1999).

Tambara e Freire (1999) relatam que através de atitudes receptivas, interessadas e amigáveis o terapeuta estimula o cliente a expressar livremente os sentimentos,

fazendo-o sentir que aquele momento é verdadeiramente seu e pode usar da forma que quiser. A partir do momento que a terapeuta se utilizou da atitude de compreensão e aceitação, o cliente libertou-se da necessidade de proteger-se, possibilitando ser autenticamente ele próprio, ou seja, não necessita de suas defesas psicológicas habituais, pois não há censura ou elogios por parte do terapeuta. Por fim, as sessões encerraram em dezembro de 2018 devido às férias, e o cliente não retornou a Clínica- Escola.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Neste artigo foi abordado sobre a abordagem centrada na pessoa e o estágio supervisionado na Clínica-Escola e os desafios encontrados na prática.

Durante o período em que foi atendido o cliente J, houve diversas dificuldades encontradas em decorrência da terapeuta sentir-se ameaçada com a presença do cliente. Diante disso, foi-se necessário que a terapeuta trabalhasse questões em terapia para que o atendimento na clínica fluísse de maneira congruente. Todavia, as transcrições literais de cada sessão e orientações com o professor orientador foi de extrema importância para o desenvolvimento da terapeuta.

Diante disso, tanto para o momento da graduação acadêmica, quanto para o momento em que submergem no mercado de trabalho na condição de psicólogos, faz-se necessário a psicoterapia.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

BARBOSA, Maria José: **Teoria Do Aconselhamento Centrado no Cliente**, 2016.

CAMPOS, Francy Ronny: **A Abordagem Centrada na Pessoa na História da Psicologia no Brasil: Da Psicoterapia à Educação, Ampliando a Clínica**, 2005.

HERZBERG, E.: **Efeitos psicoterapêuticos do processo psicodiagnóstico: Vivências do psicólogo em formação**. Porto Alegre, 69-82. Lei nº 4.119, de 27 de agosto de 1962. Dispõe sobre a formação em Psicologia e regulamenta a profissão de Psicólogo, 1999.

13 a 17 de Maio de 2019 - ISSN 2318-759X

MIRANDA, A. B. S. **A Abordagem Centrada na Pessoa**, 2013.

Rogers, C. R.: **Terapia centrada no cliente** / Carl R. Rogers; [tradução Cecília Camargo Bartalotti; revisão da tradução Silvana Vieira]. - São Paulo: Martins Fontes, 1992. - (Psicologia e Pedagogia), 1902.

ROGERS, C.R.: **As Condições Necessárias e Suficientes para a Mudança Terapêutica da Personalidade**. Em J.K. Wood (Org.) **Abordagem Centrada na Pessoa**. Vitória: Editora FCAA. pp. 157-182, 1995.

TAMBARA, N. FREIRE, E. **Terapia centrada no cliente: teoria e prática: um caminho sem volta**. Porto Alegre: Delphos, 1999.