't \*"'"F "



\ i

ORIENTAÇÃO NÃO· DIRETIVA



na educação, no aconselhamento e na psicoterapia

*FRANZ VICTOR RUDIO*

2' edição

*t1\* ·;;,.*

f



li.EDITORA

V VOZES

Petrópo l is, 1976



1

\_;-,"' ,,,

*i-*

"!'

\l

1

·-.:

----====== ----- ----------------------·



EDITORA VOZES LTDA.



© 1975,

Rua Frei Luls,

100 / 25.600 Petrópolis, RJ Brasil ·



ESTB livro, que agora apresentamos, surgiu inicialmente como *aponta­ mentos de àula,* elaborados por nós, a fim de servir de *roteiro* para as disciplinas *Técnicas Psicoterápicas* e *Aconselhamento Psicopedagógico,* que ministramos respectivamente nos cursos de Formação de Psicólogo e de Orientação Educacional.



Como se vê, é um estudo despretensioso, com finalidades didáticas Entretanto, a boa aceitação dos alunos, de outros profsores, de amigos dedica-dos ao mesmo ramo profissional e de outras pessoas que chegaram a conhecer os referidos *apontamentos,* Incentivou-me a revê-los, ampliá•los e transformá-los em livro.

Supomos que este livro possa conter os conceitos e prindpios bãsicos da orientação não-diretiva, necessários a quem deseja uma introdução simples para o exercfcio da ajuda psicológica, nas formas de aconselha­ mento ou de psicot\_erapia centrada no cliente. · \_

sempre um risco a tentativa de se *escrever* algo sobre a orlentaçã7 não-diretiva. Embora ela possua os seus traços leórlcos, caracterfsticos ;

e diferenciadores, e tenha princlpios básicos conceitu'als, onde ela se Inspira !



e apóia, estes devem ser apreendidos, vivenciados e assimilados na situação concreta de *experiência* e não através da simples análise Intelectual dos termos e nem de mero treino em procedimentos técnicos. A *aulentir.fdade,* por exemplo, não se ensina, vive-se. Não se pode treinar alguém na . *compreensão empática,* cada um aprende por si mesmo. \_,

O que se pode fazer é dar algumas idéias para precisar significações, servindo, eventualmente, de ajuda para quem deseja discriminar e aguçar o sentido da Teoria.

Rogers reconhece que o seu pensamento tem passado por um processo de evolução. Para explicá-la, De la Puente sugere as seguintes etapas: na primeira, Rogers afirma a Importância que tem o "lnsight" para a reorganização da personalidade e para o comportamento (1940-1945). Na

i segunda, conceitua o processo psicoterápico como uma readaptação da congruência existente entre a *imagem de si* -nova formulação do "lnslght"

- e as expetiências (1946-1957). E, na última, acentua o processo da

experiência pelo qual o cliente passa na psicoterapia. Isto é, o experienciar de suas próprias experiências. \* ·

* De la Pueote, *Carl Rogeis: de la psychothlraple...* p. 180.

5

r



Não · é objetivo deste livro, no entanto, fazer análise hitórica . do pensamento de Rogers. Assim, visando apenas o que pode servir pratica­ mente para o exercido da ajuda psicológica não-diretiva, tentaremos apresentar as idéias que pareçam mais úteis, sem interesse de focalizar a época em que surgiram ou de mostrar como as mesmas se desenvolveram.



Sem dúvida, Ro\_gei:a. e criador, é a mola mestra da orientação não-diretiva; Entretanto, convém lembrar que p\_seu\_pensamento\_jª\_foJ,\_@ certo.Jtlo.do. revisto, aprof undado e ampliado por estudos e l!§.q. uisa de ouitos\_autm:§.

Pagi'!s, na introdução de sua obra sobre a Orientação não-diretiva, diz que não pretende fazer apenas uma exegese do pensamento de Rogers. Mas que tendo-o como ponto de partida, intenta precisar algumas opções teóricas metodológicas, baseado em suas reflexões e pesquisas pessoais. E, para isso, deverá, "em certos casos, afastar-se do pensamento do próprio Rogers". •• . ·

1 O quadro referencial básico deste nosso trabalho é o pensamento de

*)* Rogers. Entretanto, inspirados no exemplo de Pa s, .tentam\_?s indaar

) também o que a nossa reflexão e a nossa expertenc1a prática podiam

*(* oferecer. E nas dimensões limitadas que um estudo de divulgação simples

\\_como o noso permite, tentamos apresentar algumas contribuições pessoais.· Ninguém desconhece a preferência de Rogers pela denominação *Psico:.*

*terapia Centrada no Cliente.* Entre esta e outras passiveis, preferimos

chamá-la, em · nosso trabalho, de *orientação não-diretiva.* Não porque seja vista por nós como melhor para indicar o que a coisa é. A expressão sugere entre outros defeitos, um abstencionismo que pode levar a uma série de equivocos. Entretanto, apesar de sua inadequação é, segundo nos parece, a que mais se divulgou e tornou conhecida no Brasil.

Por último, o nosso estudo se refere propriamente !Jljuda...p *individual,* ou seja, a que se estabelece entre o terapeuta e *um* cliente. Não foi intenção nossa refletir sobre a situação de grupo, embora sabendo a grande importância que esse enfoque assume atualmente. Mas o nosso trabalho é limitado. Uma opção devia ser feita. Temos dito para os nossos alunos - e estamos profundamente convencidos disso - que o melhor meio de preparar a eficácia de agir no grupo é aprender a tratar bem as pessoas, individualmente. Não foi esse o caminho de Rogers?

Queremos manifestar a nossa gratidão ao alunos e aos clientes pela riqueza que nos têm comunicado através do seu ensino de vida. Queremo·s agradecer também a todos aqueles, amigos e colegas, que pelos seus comentários, sugestões e diversas outras formas de colaboração tornaram posslvel a realização deste livro.



0 AUTOR

•• Pagês, *L'orlentatfon non·dlrectlve...* p. VIII.

6

*SUMARIO*

*Introdução, 5*

CAPITULO 1/RELAÇÃO DE AJUDA E ORIENTAÇÃO NÃO·DIRETIVA:

1. O que se entende por relação de ajuda, *9*
2. .A idéia de relação de ajuda na orientação não-diretiva, *1J*
3. Conceitos bâsicos da relação de ajuda, no enfoque ..t1ão-diretivo, *13*

*á))/(* CAPITULO 11/EQUIVOCOS NO Uso DA NÃo DIRETMDADE: .

t. o "aconselhamento" não consiste em "dar conselhos", *16*

* 1. Ausência de diretividade é o mesmo que não-diretividade?, *16*

.3. Equfvocos no modo de agir, *19*

* + 1. O terapeuta não-diretivo deve dar inforrnaç ao cliente? *20*

CAPITULO 111/A EXPEIUNCIA DA COMUNICAÇÃO CoNSIOO MEsMO:

* + - 1. Os conceitos de "organismo" e "experiên"cia", *24*

1. Representação correta e Incorreta, *25* .
2. Em que consiste a "boa comunicação consigo · mesmo"?, *27*

CAPITULO IV/A LIBERDADE EXPERIENCIAL:

l. O que . faz a experiência ficar "obstrulda"? *30*

* 1. Centro de avaliação e desajustamento.. *31*
  2. O conceito de "liberdade experiencial", *32*

CAPITULO V/PERCEPÇÃO E QUADRO DE REFER.aNC!A INTERIOR:

l. O conceito de "percepção", *35*

* + 1. Percepção e comportamento, *36*
    2. O "quadro de referência" na ·mudança de percepção, *39*

7

CAPITULO VJj"IMAGEM DE 81" E AJUSTAMENTO:



* + - 1. O que é a "imagem de si"?, *42*
      2. Mudança ·na "imagem de si" e reajustamento psicológico, *44*

*\-{g* CAPITULO VJl/0 HOMEM EM BUSCA DA AUTENTICIDADE:



* 1. O que é ser autêntico?, *48*
  + - * 1. "Ouvir-se a si" - condição para ser autêntico, *51*
        2. É "perigoso" ser autêntico?, *53*

CAPITULO VIH/VISÃO OTIMISTA DO .SER HUMANO:

1. É necessário acreditar no outro, *56*



1. A capacidade do ser humano de dirigir-se a si, *58*
2. O respeito à pessoa humana, *60*

-\ CAPITULO IX/O CLIMA AFETIVO DA TF..RAPIA NÃO-DIRETIVA:

1. O amor é união e partilha, *64*

2. A eflcãcia do amor desinteressado, *66*

*k* CAPITULO X/A CONORUNCIA NA COMUNICAÇÃO DO TERAPEUTA :



1. O que é uma "comunicação congruente"?, *70*
2. A congruência do terapeuta, *72* ·

CAPITU O XI/ACEITAR E COMPREENDER O CLTENTP.:

*CAPJTU LO I*

*Relação de Ajud a*

*e Orientação não-diretiva*

(Í. O -q--u-e-------------t-e-n--de-- - ç-ã---·-d---·-- -j- d;?')

...---,\_....\_...

que alguém nos procure, interessado em pedir uma

'IMAGINEMOS

ajuda nossa a .fim ·de encontrar solução para uma dificuldade ou problema que não sabe como resolver adequadamente.

Chamemos a essa situação, descrita assim em termoS' gerais, com o nome de *relação de ajuda .*

. .Nela, duas .Pessoas interagem, comunic ndo-se mutuainente atra­ vés de uma "conversa", cujo assunto é um *problema* e a *so/uçao*

·\_que se \_desejLg\_ara o mesmo: Trata-se, no entanto, de uma "conversa" diferente das comuns, onde exisie......unLübjetlv.a.\_a set atingido (a compreensão e a solução do problema), imLQUe o *assunt\_Q\_J\_dgt.er.niinad.o.* (o conteúdo do probema e a busca de uma solução) e os indiYJduos..desempenham- papéís-especi/ico : lllJL\_p\_r\_o\_curando aj.uda- LJULuim,\_prestand0-o auxiJio\_que\_julga... . gmyenbnle. ·

Digamos, então, qüe a *relaç\_éíQ Jle--11j111lILê- conv.ersa '..\_i;trir­*

* 1. Aceitar para modificar, *77*

*turada.* Ela,

.J!- t ete.!Wl <L.fi.m\_J;\U<LJ!!..9lYL!:!!!l. .Q!Q!! .mª­

* 1. O caminho da compreensão é de "dentro", *80*



* 1. A função da compreensão : empãtica, *83*

CAPITULO XII/A RESPOSTA COMPREENSIVA CoMO TCNICA:

* 1. Apresentação de um caso, *86*

1. A resposta compreensiva como "técnica", *90*
2. Comparação entre respostas posslveis na terapia, *94*
3. Um exerclcio sobre as categorias de respostas, *95*

CoNCLUSÃO *105*

Obras Citadas *108*

8

ou um!U!ificuld.ade. Alguém busca ajuda. Outca\_pessoa é consi­ derada P- ª- cie ..P-restar 0\_5\J!zj\_lfo...:\_qµe\_é\_pedido..\_E, \_ para que isso aconteça, os dois indivíduos interagem.\_ .

Quanjf\_Q\_\_a\_ '.'.conversa'' RQ.. fillj uma\_e'sfrutra\_\_mais delineada,

.1ªh.ele\_cend0=se,..p.ara\_a.mesma, \_lo..cal e hora,\_aplicação\_de\_méto\_do\_s. específicos, etc., cQ.stuma-se d.enomináda..com..o..nome\_de\_1wt,r..e.1L{sJ.a, A *relação de ajuda* surge, às vezes, como forma própria de ,tra­ balho, característica de certas atividades profissionais. É o caso do terapeuta, do orientador educacional, do assistente social, do sacer­ dote, etc. Noutras ocasiões, aparece como recurso útil de que lança mão o profissional, a fim de realizar um trabalho mais especifico. Assim, por exemplo, o médico, que "conversa" com o cliente no intuito de fazer o diagnóstico e dar orientaçõeS' necessárias. Fora

9

do âmbito profissional, é também usada como instrumento ef icaz, l' de .entrevistas diretas com um individuo procurando ajudá-lo a



como por exemplo na missão do pai para educar o filho. Pode, l mudar suas atitudes e seu comportamento. Além disso, porque ainda, ser estabelecida, de modo muito informal, por motivos de J: é impossível distinguir,\_ na prática, uma psicoterapia bem feita e parentesco, amizade ou mero conhecimento. f: proveitosa de um aconselhamento igualmente bem feito e pro-

1

Desta maneira, portanto, *p.r.ess.ãoJlgfqo\_\_ll.-ªÍUfia* .serv ): veitoso.

P..ªLl!\_indjç11J:.Jormas .."de. JntrJçãQ fflYit<L...div.ersifiçªgªª'-;\_ \_<J c:le...)' Em nosso trabalho não f.a\_r\_emos distin\_ção também entre-º.s\_texmo

!fil14 entrevista técnico-profissional - té Um-ª..\_CQ!I'le. ªmples l*acO\_[lSt:lfJ.am llfQ* ..e *pfil.ç\_Q.t.fil:-ªJl.Íª,* a não ser- ' em.Jygar OP-01'..f.l!I >. e.p..Qnj-ªnea'-'--!!. !.--ª-migQ . E, não obstante, todas aparecem-com se..J.llga claramente o contrário. Embora pr\_gfdnd.Q.Q.fe.tmO\_J?§ÍCJ?#­

r

algumas características comuns, assumidas, conforme o caso, com *Y IJl/lÍS!1* çonceitos ..gµe \_ a liell. Jesp.eU.Q .emitirmos..servirão .\_também

r

maior ou menor apuro, fazendo-as merecer . o mesmo nome de para o *aconselha.@.!JJ!P,* mantida a ressalva já feita. .

*relação de ajuda.* j' Na prática, os profissionais que estão legalmente impedidos de Este trabalho, que estamos apresentando ao leitor, é uma tenta- !f azer psicoterapia -:- como por exemplo os orientadores educa­ tiva de mostrar a originalidade da *relação de ajuda* e as condições F cionais e assistentes sociais - poderiam aproveitar as variáveis

para a sua eficácia, de acordo com o enfoque da *orientação não-* j que foram mencionadas: tratamento periférico dos casos e duração *diretiva.* Desta forma, as características, de que acima falamos, j curta da série de entrevistas, para se manterem no âmbito de sua irão aparecendo progressivamente até o final do nosso estudo. ·\ competência.

De fato, o nosso Interesse estará limitado à faixa própria da *!* De fato, entrar no campo de prof undidade da reorganização da *relação de ajuda,* como parte integrante do exercício profissional. :!: personalidade, sem que para isso s-e tenha preparo ,suficiente Assim, em nosso trabalho estaremos preocupados com as situações *V* (geralmente se exige menor preparo para quem faz aconselhamento que devem ser criadas pelo psicoterapeuta, pelo psicólogo, pelo .p do que se exige para quem faz psicoterapia); é colocar em risco orientador educacional, pelo assistente social, pelo sacerdote, etc *i\* o cliente e levar o aconselhador a situações difíceis e embaraçosas, Fica, portanto, claro que, mesmo podendo ser útil eventualmente !: que o amp·aro legal procura evitar.

para outros casos, como por exemplo para a relação pai e filho .··.

ou entre amigos, não se dirige diretamente para eles o enfoque , presente do nosso estudo.



O nosso trabalho deve naturalmente ser limitado. Por isso, como é evidente, não podemos fazer aplicação concreta e especifica dos assuntos a cada setor particular de atividade profissional. Assim, tentaremos apresentar, de maneira simples e. introdutória, os prin­ cípios fundamentais da orientação não-diretiva. O leitor fará, de

1 . acordo com o seu iitteresse profissional,: as aplicações que julgar

1 conveniente.

,,..- · .. . ......... ....... .... .. ..... ..-· .."·!r--

2. A idéia da relação de ajutla ) na orientação não-diretiva · /

\_,,\_,\_......,.,... ...\_ ---..-.,#--

Quando acima explicamos, de maneira simpleS' e genérica, a *relação de ajuda,* inclulmos, como idéia importante, o intento de resolver problemas. Convém dizer, agora, que essa idéia não ocupa o pri­ meiro plano no enfoque da· orientação não-diretiva.

Na rela\_ç!Q\_!:t!! -ªÍJ.!çj.!L.m•.e L stabelece com o individuo, a

DimensiooAda .pela....atl

p\_r..91-ªi!JJlal, *ª- 'te.lªmº cf\_\_gj 11\_da .*

orienta\_ç\_ªg ·nª.9.::çfü: i .!Jgsja\_ que.:,ª..ª1 .!!Ç,ão se- "fO'càlIZe:' iiãõ·sobre

1 .

p.o.da..as.sumir, conforme o caso, a\_forma *dg g\_t;Qnselhamn.to\_QJt*

*p.B..ic.0.ter:apia. e.*

JiQgers diz que há. Ufl!a tendência para se utilizar o prim. n>

- aconselhalJ!filo - parn, .eJ!tr.eYIª! aci .!! {lJ.§. . e\_ super-· ficiaj$. Reserva-se Q...J gugdo -\_psicotE) p!a - pªr.a\_\_contatos

<t l!r</f?lmq\_clª ,ri.. -ºº'ª'-mas .!?,r!.ULRr2P-iiQ.essoêC1J'u para"'ser mais exato, sobre o seu"'crescimento, desenvolvimento, maturidade, melhor funcionamento e maior capacidade para enfrentar a vida".• Imaginemos que alguém venha nos pedir ajuda. N;;aturalmente

ele começa apresentando uma dif iculdade, que o preocupa. Não

mais intensivo! !:! com duraç()\_!!Ji. pro.Jongada,\_visando\_\_a\_r.egrgª: devemos esquecer, porém, que o problema apresentado é expressão

.!!tzação\_f!l.;JiS.Jl.!º11:.l!lda\_ \_!f ª\_ pn;\_Qhalidade.

de um traço existencial do individuo. Ao invés de ficarmos absor-

Roger11 utiliza OS' dois termos, um pelo outro. E isto porque . ' Rogers, *Counsellng and Psychoterapy,* p. 3, 4.



ambos fazem referência ao mesmo método de base: uma série • Rogers, *on Becomlng a Person,* p. 2e.

**10 11**

i-J

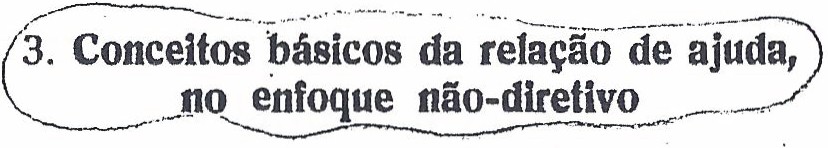


vidos pelo esforço de apenas compreender e resolver o problema,íi conhecer como r\_ahm .nte - ' a ceitm1g9 9\_ .!LP1.ÕPriQ \_ proçesso de devemos criar condições favoráveis para que o individuo alcancer vida e\_ nele3LiJJs\_edndo, a fim de\_utilizar\_ os\_rcursQ.1LReS\_$Qªj ,

o *significado* que tem o problema para si mesmo, como set-no-F q!!iâS experiências .lhe ofer\_ecem ... pªra Jransformaçq\_ s\_\_c\_QJ!Strntly\_ª

mundo. )'.,; de atitl!<i.eLLcomportamento.

A apresentação da dificuldade- se torna, deste modo, uma opor.;f;, -----­ tunldade para o indivf duo revelar-se um pouco mais a si mesmo,J; entrando num processo de conhecer-se melhor. :".



Assim, . Q.i l!gJvíduo .P.Q!!e descobrir\_o\_\_que...ele .é \_r.eª-lme..g\_ ,\_ ges- ;\_i



V !!Q\_ f.\_\_f!!.. \_fil fil!.ª- P!>JençJalidJ! e saber como empJg-las;!'. Compreender-se e aceitar-se, na orientação não-diretiva, é conse­

Pil \_ \_ \_yenç\_e..L\_Q.ª--- !L!!IQgY.eJo\_s. l?Q!!

ª-ºir;i\_t.açªº . f.Q!l\_ Jrutiva] qUência de um processo em que o individuo entra em comunicação

\_S!lª Yi<iª e adquirir I?:alJ!J.lc!ªºe p\_;u:a\_r.es\_olvLP-t:.OP !!\_mªs -e nã<>,M consigo mesmo. Enfatizando esta idéia, poderíamos tentar uma



penaª--ª-fillJ" \_problema..e..Q!JeJazer..algumª \_cQis- PO.Lfil lP. !I!.º.

definição. para a *relaão \_ de ajµ f( a!·* diz ndo qu.e, na orieta\_ ful )

e a rend r a\_ ustar-\_s\_e J!lªl ª\_g\_g\_qyaamel!te\_ -ªo me\_m. · !\ não-diretiva, ela consiste numa *sttuaçao relacional permissiva,*

:--Na orientação não-diretiva, acredita-se que existe em todo ser}' *criada e mantida pelo psicotera peuta, na qual o cliente tem opor-* 1/

humano um processo natural e permanente de desenvolvimento, ; *tunidade de fazer a experiência de uma boa comunicação consigo j*

*J* onde o indivíduo está em busca de sua auto-realização, autonomia .i *mesmo para compreender-se melhor, entrar no processo de con- .*

e ajustamento. Qu \_ctg\_

e-ªtes .resultados. .R&Q \_ \_ sªº- alc\_ançl!<.fQs .. \_1 *gruência ou melhorá-lo, adquirindo atitudes e comportamentos mais*

"'\ p 9 - guma b-ª\_rrej[!l\_e\_s\_tâJmp,edindo.\_o\_ pr.Q.CJs\_s\_q. Desta maneira!.\_J\_1

\_

*construtivos, adequados e satisfatórios para si e para QS outros. 1*.

I a melhor forma de ajudar alguém é contar com a força natµral e> Esta definição será explicitada à medida que o nosso trabalh"'õ"

1 permanente que ele já tem dentro de si. É criar condições favoráveis.t se for desenvolvendo e servirá para orientá-ld até o fim.

I para que ele Hberte o seu\_ deenvol\_vimento, identificando e retirando;\ Podemos, no ntnto, dar agora um sentido bem sumário do

\ Q§ o\_b t\_çµlos.,.g!!\_LQ.. \_e§,!.- -l!! m\_do. \_\_ \_

\_\_ ·*i* que ela procura md1car. . \_

l ­ Rogers considera a vida como "um processo que flui, que se.f; A *comunicação· consigo mesmo* é vista como processo, no qual altera e onde nada está fixado". • - ' 0 individuo vai representando adequadamente \na consciência tudo



i A vida é força positiva· que constrói o indivf duo. Todos os') que ele sente e percebe em si. . .

recursos, de que alguém precisa para o seu desenvolvimento, ,l Para Ros, todo o processo de desajustamento se deve a uma encontram-se nas experiências que ela oferece. Saber reconhece() falha de comunicação: o indivíduo deixou de comunicar-se bem estas experiências· e aproveitá-las convenientemente é o mais funda·+í consigo e, em conseqüência, a . sua comunicação com os outros mental que cada um -dispõe para alcançar sua própria realização;;; icou prejudicada . A psicoterapia serve para reconstruir o processo

\_ ão aj!19,ª a\_nmgyém tentar vive,c µma vidª \_Ql1 ºªº- é sµa rut.:l comunicativo. Seu objetivo é realizar "uma boa comunicação no

rejeitar \_er o que ele realmente é. São desvios que trazem insatlsfa .1 interior da pessoa e entre pessoas". . . "A função da terapia ções e desajustamentos, impedindo a eficácia pessoal e criando;.! é ajudar a pessoa a realizar, através de uma relação especial obstáculos para o progresso. . j com o terapeuta, uma comunicação perfeita consigo mesma. Uma Na.J;>dntação..nã9;::9ir. tJx\_a, !.1.§.Ld\_e-: ..QY\_e,\_\_a - \_se ®ç\_ !!!!lrl vez que isso ê efetuado, ela é capaz de\_ comunicar-se mais livre

Qélril-

111,udançs desejáveis . é a \_açei ªç\_i!.Q\_ \_Q!LS\_i, . agui \_ugº\_ra; . a\_j e eficazmente com os outros".'

partir do que o indivfdu *realmente é,* os recursos atualmente',! o *\_r.elacio\_nqmento\_ ,p\_(![mJil!.Q é* o elemento básico da situação existentes podem ser descobertos, reconhecidos e utilizados para,;; psicoterãpica sob o ponto de vista do que o terapeuta necessita

1

as mudanças necessárias numa direção mais construtiva: .:1

*fazer.*

Assim, poderfamos dizer que a *relação j/\_\_ajuda,* no enfoquj Acentua-se hoje 0 valor decisivo do fator *relacionamento* para

não-direUvo, pe.t!lQ---- -él\_r\_ \_a\_() .. i(}i\_yJdu<?

portunidad.EL..p.a.ta sJ qualquer tipo' de picoterapia.

' Rogere, *On Becomlng a Persorl,* p. 27 • Rogers, *On Becomlng a Person,* p. 330.

12 ·i1

. 13

r



1

i

Quando o indivíduo procura a psicoterapia, as experiências que) eralmente possui de relacionamento são constrangedoras, no seri- , hdo de que deve renunciar ao que ele realmente é, vestir "máscaras": .

e "fachadas" para agradar, pelo menos, as pessoas que lhe são\l significativas. · L\

* Õ relacionamento que o terapeuta não-diretivo estabelece não }i é frio, distante,. "profiss.ional".. Mas é um contato de pessoa para i pessoa, num chma afetivo, feito de bondade e responsabilidade. *;:,*

" º·

!erapeuta .tefl! para com o cliente *consideração positiva incon- dtcwnal* e o mdivfduo sente;..se respeitado tal como é. O terapeuta *;j*

.' le te'?. *comprensão empática* e o cliente sente que ele é para fo i s1 um outro eu , tendo as "mesmas" percepções e *os* "mesmos" :;, (.. sentimentos, fontes de compreensão verdadeira. \i

*1*

*CAPITULO II*

*Equívocos no Uso da não-diretividade*

Dsta forma, o cliente pode ser congruente, ser-realmente-o- ;; O PRIMEIRO equivoco. pode surgir com o simples uso do trm.o



que-e, sem necessidade de esconder-se atrás de "máscaras" ou \ *aconselhamento.* Alguem pode supor, baseado n - \_et: 1-

"fachadas". · \j .ficado vulgar da palavra, .\_gçgtzselq q,m YÉº-S.Ql!.! § WPI m e

A *permissividade* consiste em criar uma situação em que 0 *n* !1 - - :'ªW...9.l.t E! E!\_tg

c:le..dar.\_ conselhos'.

cliente não é julgado, nem avaliado, nem tratado como uma *!<)* Na verdade, os dicionários da língua portuguesa - comumente "coisa" ou um "caso". · *N* registram: *conselho* ("parecer ou opinião que se emite, juízo, aviso, Com as qualidades de relacionamento referidas acima 0 cliente i etc."), *conselheiro* ("o que dá conselho"), *aconselhar* ("dar con­

pode ter *liberdade experiencial.* Pode dizer \_ expressndo com j sellios, persuadir, etc."), *aconselhável* ("que se pode ou deve

palavras, gestos e mímicas -tudo 0 que pensa e sente. E, desta ·i aconselhar"), conselhador ("aquete,,que aconselha, conselheiro"), form, P.ode representar adeuadamente suas experiências na :ii *aconselltado* ( ue recebeu conselho ), etc. . .

consciência, analisando-as, avaliando-as para modificar a *imagém* Entretanto, nao se encontra com a mesma 'ac1hdade a palavra



*de si,* quando isso se fizer necessário. - *aconselhamento.* Esta, no sentido que é por nós usada, aparece,

...Poendo *.re11.resentar coretamente* suas experiências na cons- f na verdade, c?mo n.eologismo, tendo conotações bel!\_l\_ p\_ ç!! \_!ç\_ - -i:ig

c1enc1a, o md1vf duo possui *perce pções adequadas* de si e do f; l!Q \_4ª--- !!JÇQJ.Qgta., · ·

mundo. Sem precisar reorrer a defesas, está *aberto às experiências.* ',\ N!>-- '1ÍQ9l1...QªQ:ii:Jivo, ..-'! !! !lf.!'!.mn.tg. P,2. i:\_ \_<!.efinls,to

*,* dea forma, pode a1ustar-se satisfatoriamente, adaptando-se às }i nos mesmos termos usados, mais acima, para explicar o que é s1tuaçoes à medida que estas se modificam. K1 *relação de ajuda. Q\_\_acon$\_el<!-.f!JJ!J!.1º-- -- -alm\_ep.te\_ \_for:ma \_de\_o:[aç\_ão* Tendo aprendido, pela consideração que lhe tem 0 terapeuta, ;:j *de aj ucf..t,--* qpg\_ a "conversa" *§* estrutur:.adª comg - \_tr\_\'.i\_ªla,\_s\_e,­

a ter *consideração positiva* para consigo, o individuo se torna, >;i g"º\_l!\_º---º- métodq r-p!() !l.J:>Jit?ntélção\_ Jl\_ª()::!!Jr !YL m nosso

para si mesmo, *pessoa signi/icativa.* O *centro de avaliação* está . (! ca- . .. ------ --- - - -- ----------- ----------·- -'----------·- . ·--····-··----------·-\_

em si e não no outro. Deste modo, ele confia no seu *organismo,* \! */ 0* hâbito tão costumeiro de "dar conselhos" não se coadlinà-..J tornando-se critério para si mesmo. E, assim · a *tendência ao j* Ccom-o-método\_j)ãSJ.=.diretivo.\_ \_ - - ---·-··-- - -- -- - */ desnvo!vimento\_po\_-- j\_etivar-! -- - l!lto,\_q\_q : ti.!I.Õ-clÍÍ* -ªuto- ·;1 Aquele que dá conselhos elabora, de uma só vez ou de modo

reahzaçao, auto\_n\_q.mia e \_mªJµi:id\_acfe. Ele tem um funcionamento progressivo, com maior ou menor participação do aconselhando, adequado, satisfatório para si e para os outros. · o que este deve pensar, sentir ou fazer diante de acontecimentos, Acabamos de apresentar, grifados, os termos fundamentais que l' coisas e pessoas. Em última análise, o conselho é preparado pelo

compõem o conceito de *relação de ajuda,* no enfoque não-diretivo. d próprio conselheiro, que já o entrega pronto, "acabado", ao acon­

Passaremos agora a explicitar o que eles indicam. 'tl selhando. Na verdade, a participação deste consiste em aceitar o



. 14



15

,,m

conselho, modificá-lo ou recusá-lo. Mas geralmente a expectativa \ diretividade. Qualquer que fosse seu método ou escola, ele se é apenas que ele colabore no sentido de executá-lo. ·. declarava em oposição à idéia de dirigir o cliente ou paciente". • Curran faz notar que o hábito de dar conselhos se baseia Gostaríamos, aqui, de fazer uma distinção. Pode ser que alguns

no falso suposto de que serve para o aconselhando o que também terapeutas diretivos não aceitem que o sejam, mas nem por isso serve para o conselheiro. De fato, o conselho é comumente iniciadojse dizem "rogerianos". Parece,. no entanto! que o equívoco e por formas iguais ou semelhantes às seguintes: "se eu fossetiestabelece se, adotando um metodo própno, pessoal, por nao você . . .", "se eu estivesse no seu lugar . . .", etc. !.serem diretivos afirmam logo que são "rogerianos". E dizem :

Ora, o autor diz que a dificuldade de dar conselhos nascé "e cert mod?, u amb\_ém. sou ão-!retivo ···" º!1 "em parte .

justamente daí: eu nunca serei 0 outro e jamais estarei no seu/t mmha onentaçao e nao-d1rehva ... ou eu também sigo Rogers... ,

lugar. Assim, o que serve para mim rião serve para ele. ' -.etc. .

Depois desta citação, acrescentemos agora 0 que é evidente: l Evidentemente qualquer um pode esolher\_ a rie?tção q.ue .lhe ninguém var chamar de *não-diretivo* a um procedimento que, além'l;:vareça melhor.\_ Entretanto,. ª expressao\_nao-d.(r.e..tnudade.-ln 1c, de dar conselhos impõe autoritariamente 0 que pensa e quer. É de modo restnto, embora madequado, um quadro de refenc1a

o caso, por exeplo, de alguém que obriga o outro a fazer {ou'iq.ue te pr. :\_- \_ pe'!\_\_!men}º- -;º -Çªrt}iq\_g!..!- Assim, nao se n· fa ) · 'I . ·. iruide 1denhf1car *qual.Q!!!:Lª'1.S.enc1a \_de\_ \_ d11:etnudade.\_ como \_.sendo* aAo .zer isso ou aqm o. . . . . ., *'/.@o-dirgtividade.* · ·

ss1m, pelo meu.os nas c01s\_as ue .ordenamos ou pr01b1mos nao:íl A *odª1tqç\_ã.<UJ<i.(} f!.i!\_e\_tia,* consagrada unilmente\_p\_elaJsico- podemos ser considerados nao-d1rehvos.. . . 11!Qgia, desigo\_a\_um\_p\_ens.ame. ntO-Sistematizado, comP.oStQ\_de unut Algumas vezes, podemos, talvez, sem agtr autontanamente, tentar;llteoria de .P-ei:sonªfü:lade \_ e, o.utra,\_\_de\_...Psicoterapia, . mutuamente.

o. co!1trole da escolha do indivíduo .através d sugestões e per::.'fow:iplementares. . · ·

suasoes. Procedemos --.mo\_\_se ele\_tl\i:esse\_\_ a \_,.\_11bf!r91e··- --?Pt· Trata-se de um l! l.!!. l!!.o gue\_J!Q.ssui \_Y.l!LIJ.1Jtg@\_pcu.liar, em Ma, de .f ato, baseados frequentemente na supos1ça?, explic1ta./Jjtorno do qual são feitos estudos,· experiências e pesquisas. uma ou .1mpHctta,.de sabermos o que é melhor par.ele, il1zamo\_s 1 ma Jelaboração séria e .restritiva; que não pode estar sujeita a "inven­

êrnLd--m19•..- P.} .s.\_!!e f e:-1? \_·çheg;tr. - pOC...Ji. WS1ºQ ..Jj{ções" aleatórias. O método, originariamente ap\icado ao processo

L9!!\_Uev! - .<!t«:.! 1rnm9..· . ' psicoterápico, foi conhecendo, progressivamente, sua extensão a i --Estês compotamentos são incompatíveis com a não-diretividade. loutros setores do relacionamento humano como o educacional,

\ Por melhores que sejam as nossas intenções e o desejo de ajudaq\familiar, industrial, etc.

1 o outro, não devemos tirar-lhe a possibilidade de optar (quando A *ausência dKdjr ti.l!.idacl.e* -usando a expressão para diferenciá- lhe obrigamos a fazer algo), nem manipular suas opções (quando !\la de *não-diretividade* - pode se apresentar de maneiras muito

, persuadimos ou sugerimos), nem elaborá-las, no lugar dele (quandol1diversificadas. Mas é, no sentido que a tomamos, uma opinião

* lhe damos conselhos) . ; : . · · Jlpessoal, podendo surgir de muitas formas: desde um estlldo mrus ,

. · Estes diversos procedimentos são considerados pela não-direti.:: :1\rigQ!Q!.\_o\_até..como:\_!"esulJMQ .J!ç\_\_!l Lf9!1\_he.c)\_!E.!l!t\_ \_f!Q.-m!\_ !lr - Qi *(*

- vidade como falta -de respeito ao ser humano. · · ij\Pode aparecer como fruto da reflexão ou ser mera intuição, ;

. 'J;sem rigor cientif ico, para solucionar empiricamente situações que '.. iiprecisam ser resolvidas. ;

i

i \ 2. Ausência de diretividade é o mesmo) li1 As vezes, afirma-g\_gl! ---º·-t!!rnp\_eut \_ . não-:dirfjy9 deve ser

! '---- ··- . .que não-diretividade? *.......---- / f; ontân!i\_Q..*

1

--.............---......-- \j É certo que a espontaneidade é um dos elementos mais funda-



1

11 1

1:1

; ,

1I1'

.

1'1

Kinget diz : "de todos os terapeutas, com os quais tive .ocasião J;mentais do pensamento rogeriano, oposta a um procedimento de conversar, nenhum jamais se declarou partidãrio da idéia da trfgido, formal, técnico e acadêmico. Mas não se .deve conf undi-la

-

* Curran, *La Psicoterapia autag6gica,* p. 32. :u ' Rogers d Klnget, *Psychothiraple et Relallons,* p. 25.

*w* d fl

;;

' ·iB~~m~~:-> . '\_ - - - t\_'i --*(*t- \_- . *...-. ....*- 1*·.\_*-*Q. 0""-C..:..\_* "'"•'-'"- -,- .:.•:::;;i ,;•\_...,\_- (.,;> Q.... t..--e-<-:t--.,\_,... *o* ":;'!.Ll-l..1'\.. <::. i-1- r,......-.-l..1D. D @'".!.



- WÍ *.J!;C* - C-:> - • - i , ; , 1

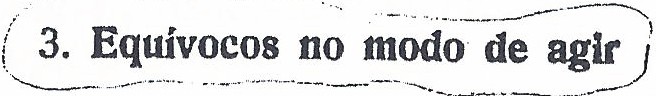
- ,- *rd..i:..-,-.---..,Jv\_ -1 f' !* t e.....q-· .:::i...-- •

- '.-

com uma impulsividade primitiva, bruta, "selvagem", que dispens1 qualquer trabalho ou esforço em nome da própria espontaneidade(

\_.--·· -·.- -.

Uma vez, um aluo nos dizia: "na orientação não-diretiv,Vejamos, agora, alguns exemplos práticos de equivocos que podem\_ \_ a espontaneidade tudo resolve . . .". Outro colega perguntou-lhfaparecer no modo de agir do terapeuta: - -· com razão: "se é assim, por que os não-diretivos fazem pesquisk\_A É , 1 . • t nh t d 1 ·



- . 1 F ld ·a "' - . poss1ve que Jª e amos escu a o a guém dizer· "Prefiro

é. e:icr;vem hvros? ·d.· Por que t.co ocarampª t acu. ªe e t umd11la orientação não-diretiva. Assim, deixo o cliente falar. - E somente

d1sc1phna para apren ermos e pra 1carmos a sico erapia en ra "\_\_·'\_ ouvindo o que ele diz Acompanho 'lê · no Cliente? Bastaria que nos dissessem: sejam espontâneos ..nv\_ eºmu 0 interromper e sem m intrometer no qcuoemel º d si ncto,

- . t t . ,, t\_s e 1z .

e nao precisava an a coa · . .ti ra, esse. modo d: air, claramnte indiferente ou; pelo menos,

Observando uma sessao praticada por um terapeuta expenfünu1to próximo da mdiferença, nao pertence à orientação não­

mentado, talvez fiquemos impressionados com o modo natural ."1\_\_\_ \_-- liretiva. Dá a impressão que o terapeuta é apenas conivente ou livre com que ele age. ;I tolerante. D certa maneira, parece m!:!l.!!\_ ob !Vador gue "as-

Essas qualidades, no entanto, certamente manifestam o graq; iste" oss1Velmente, esse modo de agir faz surgir no cliente *de congruência* que ele possui e que, para ser alcançado, exigiq}tm sentiment\_Q\_ \_ Jrustraç-ª\_o, dando-º-!\_ a idéia \_çle gest a reorganização de sua personalidade. *A* segurança que ele demonsJªzen.do\_ulll.llloolgo.:, \_ . .

tra é possivelmente resultado de estudo, reflexão e tirocinio. Assim'\ Mas a ter--ªJULe,,.diaogo. E .nao-dJ(etlvo não

é.- ap\_e - - !"

a naturalidade lhe é permitida pelas experiências qúe já passou egfill-1;Yador. Pelo contráno, .lnarhc1p\_an1:e. Como. participa, diremos

Jfl

pelo grau de crescimento que atingiu. / epois. or agora, basta d er .que ele é parte tegrante, vivendo

/-AfSP9JIJneida\_!!\_. que, l!!antel\_!\_gQ\_ fidelida\_e}!.\_--º!ienta1f ºm 0 chnte toda ª e.xpenencia da aventura psicoterápica. É um

\ que sege, ele econtre \_J()r:.1mª -.ê ql!ad2 \_ de-ª-ªP. - - rn ro ; a( :! /lenamente, embora tenha um modo

*.)*:-foiJ fiit e· ÜÜd tiiit!h õªi! s:: oés J s=: IrPOcle sr que ·alguém se julgue não-diretivp, apenas porque



; de tudo, ele mesmo. Ou, dizendo melhor, o terapeuta é de fato.reRete maqumalmente as frases que o cliente nuncia. Vejamos

\ (ogeriano, na medida que ele puder ser ele mesmo. .WID exemplo imaginário deste procedimento: -

Não estamos falando de ecletismo, mas de *adaptação,* em que 'i C (cliente) - *Vim procurar o senhor porque tenho um problema para*

indivíduo, mantendo-se na orientação que segue, procura *ajustá-la:f esolver.* .

ao seu modo pessoal de ser e agir para sua maior validade \ T (teraputa) - *Você veto me f rocurar para resolver um problema .• •*

. á . - ;;\_ C - *B tsso ... Sabe, tenho mUtta dificuldade com 0 meu pai.*

efic cia•.

* , - • • \_ H*!;*· T - *VoccA: tem muita*

*dt'f.tculdade\_ com o seu pai.*

Consideramos *Q\_.J!\_çletma* C.Qfilº- ª\_!l'? \_ - - v10 - -- ri'1taça,Q\: e - *Tenho, mesmo.* . . *B isso me preocupa.*

O individuo nega ou modif ica uma parte dela, substituindo-a E:1 T - *Voce se preocupa porque tem dificuldade com 0 seu pai.*

compondo-a com parte que não lhe pertence. : C - *8.*.. *O pior é que não sei como resolver esta dificuldade.*

--e certo que o terapeuta pode ser eclético e freqilentemente 1 T - *O\_pior .é que você no sabe como resolver essa dificuldade ..*.

·- \ segue esta direção. Evidentemente, isso exige bastante discerni-'! C - *No s1 mesmo ...* (silêncio).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| :mento tanto para se saber o *que* negar ou modificar e *por qm* | T - (stlêncw). |  | |
| *,.i* negar ou modificar como .também para se saber com exatidão a,  : *maneira* de substituir ou modificar. Assim não se pode levar a:. | E . • . . .   * • ' assim, podenamos contmuar mtermmavelment | | . -  e esse diálogo |

*:* . ' . . . r,ichcio, onde o cliente e o terapeuta permanecem num ping-pong

* + sério uma pessoa que se diz \_ eclética apenas para 1ushficar uwque a nada conduz

proediment.º. confuso, º iginado do desconhecimento ou de umii .A *reiteração* (ou ·reflexão simples) \_ !- jr o qq- dito pelo

*\_teona* e *pratica* mal assimiladas.

1ent\_e - é uma forma de *resposta* que o terapeuta não-direÜvo

1

18 19

.



r

..J

utiliza com freqüência. Entretanto, proceder como se ela consisf procura-se informá-lo, dando-lhes as razões psicológicas porque simplesmente numa repetição mquinal do que foi expressa age dsta ou daquela maneira. *,*

transforma a entrevista em situação ridícula ou irritante ou fru J?!.()E\_edi nto-- - guado P;p!\_él \_ º!it1 9 -- di! !a. Mas

!\_a,:\_ !Q..I!.S!!:ª-Q..-ç!iente cornQ\_pí!l LQ.JUlPJ\_U.1a· ------ o enfoque rogenano nao costuma uhhzar os conhecimentos, obtidos

A "reiteração" do\_ silêncio, ou seja, "repetir" o silêncio do client na Teoria, pra ensinar, explicar, interpretar e dirigir o cliente. até que ele o rompa, pode se tornar um refúgio para as frustraçõ se lhe diz 0 que d:ve penar, sentir e agir para melhorar. do cliente e criar sentimentos de incompreensão entre ele e . \_ \_ · De fato, 0 tfapeuta n.ao-dir:hvo está interessado em deixar o terapeuta, aumentando a ansiedade de ambos. *:* cliente fazer a experiência, a fim de aprender por si: o cliente é

'Poderíamos talvez distinguir os silêncios "estéreis" dos "fecurit;que deve fazer as suas próp ias descobertas, seguir o seu próprio dos". A experiência do terapeuta levará a discriminá..tos. qÍicammh-- - !!"ar..a. s.soluçoes que Ih: preçam mais dequadas.· últimos, os "fecundos", aparecem como\_µm dos meios mais pr É um [P-roceso *mmeutrci!)* em que o md1víduo, por s1, busca e

ciosos para a rapidez e eficácia do processo p&icoterápico. Enquan, ª cança os r ultads. . .

que os primeiros, os "estéreis", não devem ser mantidos neqfi Entretanto, isso nao sigmf1ca que o terapeuta não possa respon-

alimentados pelo próprio silêncio do terapeuta. ,der nenhuma pergunta, que o cliente lhe faça. Se ele-·pergunta por

- ; exemplo: "Você é psiquiatra?", não tem sentido encaminhr a

- - C. Vamos retrnar a um assunto que já falamos. Não se del entrevista para que ele. encontre a resposta por si mesmo. Assim, supor que a orientação não-diretiva seja apenas um caminhf se o!rtamento for feito por um psicólogo, este responderá com artificioso de se levar o cliente, através da sugestão ou persuasãª simphctdade: "Não sou psiquiatra, sou psicólogo clf nico". São sem que ele perceba que "está sendo levado", para atcanç !peguntas .e respostas que só indiretamente afetam o processo objetivos, preestabelecidos pelo .terapeuta. , j ps1coteráp1co (s é que o afetam). \_

\ -o terapeuta não-diretivo não adota apenas a *aparência* de n' Mas como agr q?ando a pergunta parece interferir diretamente

",\ saber o fim e as soluções a serem atingidas. Ele realmente nã!I no rroc\_:i:iso matêthco Deve-se dar ou não a infbimação (ou

.!?\_e. Sua atitude não é de mera estratégia. Não se trata somenfl,!exphcçao) que é pedida? " , . \_

\_ d se manifestar eteriormente um descnheci\_mento que não exis\_ U Aqm, seund •parece, . aJuda muito uma. istinção feita por Vtsando fazer o chente encontrar por st mesmo o que o terapeuJ Pages entre *atividades m\_lormante\_* e - *estruturantes.*

jã sabe e· espera. Nada mais contra a não-diretividade - *c.Hi* \_ O autor fala em *atividades estruturantes* para indicar o procedi­

fundamento é a congruência - do que enganar o cliente, ,pa,i mento do terapeuta de substituir o cliente na elaboração de seu

i

\_Ihores que sejam as tenções com que se engana. *:* . campo de experiênia. Isso acotece quando o terapeut\_ .de\_tr111in

i O terapeuta não-diretivo .é de fato: uni acompanhante, um com P cl.lente ill.'



l ..Q.-flc:>.n\_l!!CllJl\_ !g \_ q J: El. Y,jtJgªf., mo

<1- panheiro de jornada . ve.3riac..condições \_ .favoráveis ..para \_;/i Slg!!\_iJi!=-ªt 1vos, qe\_ \_!\_ -S: .ey\_e -ºr ª-s c:o!s;as, \_q

\_\_!>j t y --dvin.

\...\_ç\_l.te \_descobrh:\_\_9\_\_.C;4miµltº . .e .p.ef.<mlo\_ .por . si. .Mas realmenf/ !.. Jca?ç qs, qe..lll.!9\_?\_ - : ·-ªJ\_\_!'\_!!l! \_a.d.Qs, etc. ..

o terapeuta sõ descobre e caminha à medida que o chente o Jru As *af tvtdades informantes* sao intervenções do terapeuta, orieiÍ-*';r*

pois, durante a entrevista, a -sua única referência é o proces. j tadas paa o mero esclarecimento do cliente, a fim de que · este ( que se desenvolve no quadro interior do cliente. ,.f possa utilizar o informe para efetuar, ele mesmo, a *atividade !*

*'il estruturante.* ' *-,.J*

·11de?eera\_geuta;-não dir. ÜY-\_\_não usa *ativ(ª-.qcf.S.- t:.IJ!..l.!ra\_!' !L.9*

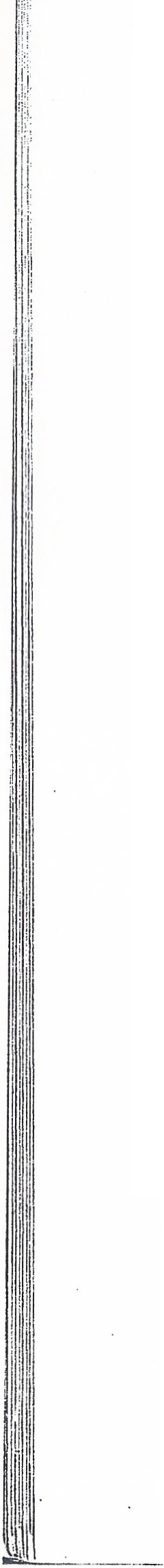
4. O terapeuta não-diretivo deve dar infonnações ao cliente? ·

, ----- : sei:::\_Je1tas\_\_:p.elo \_ clt t. Mas, para ajudar a uma boa

: comumcaçao do cl!ente consrgo mesmo, pode .!!ttervir,\_\_çrn\_ªndQ\_JPJ

. -• n l!\_SJrJQ,\_çQ!ll *atividades inf .Qrmantes.*

\_ Supõe-se, com freqüência, que um meio eficaz de se prestar aJuj



\_Ea terapia, é de explicar ao cliente a sua própria conduta. Assi ' Pagês, *L'orlenlatlon non-dlrectlve,* p. 41.

1

ro · n

t

 r. í ;

1

Eis o trecho e ma entrevista, feita om um alun, pr .no embra que o i :flDQ\_ í.rf'! ft-1.!gnu JgJu e rj\_gJª-º· contar sua expenenc1a de terapeuta ao prahcar uma sessao d1dahc'\Ji glliii\_çação. Enquanto d1[f.llJL0\_1mp..hlLÇQ!!§IJlo\_s,\_ m,\_tJIÇ. '

. \_ . 1s.!!g1Q§, etc. \_ . . \_

A1 (alno) -;- (refemdo-se à sessao qu.e fiz:\_ra) . • . *é .• • acho q11* A autora lembra que o método ê *nao-dtret1vo,* mas nao é *sem*

*nesta sessao, dei excessivas respostas de re1teraçao...* J \_ - *d d' etivas* não é a mesma coisa que *não ter*

*11,direçao* e que *nao ar tr*

• • ·

P1 (professr) -*Parece que isso o eixa preocupado: ter dado ma:)* . *e ão:* "toda a situação psicoterápica está impregnada de direção

*respostas de reiteração do que você dese1ava... ;[,d1r ç* 'fi \_ . t d · -

di etiva que

A - *Deixa, sim ... sei que não devia ser assim. Mas fiquei* .s -isto *é?* de sigm caçao tn a a - por mais na0- r

*repetTndo o que o cliente dizia ... Não foi reiteração? ... o que é* rel&seja a atitude do terapeuta ·

*teração?* . i1 A própria *resposta compreensiva,* \_ dada pelo terapeuta não-

P2 -*í! repetir com as mesmas palavras aquilo que o cliente expresso diretivo,* ajuda o cliente a descobrir uma orientaço para a entre-

A3 - *Voei acha que eu reiterei muito?* ·:;llvista e a manter-se nos significados, que lhe sao apresentados,

1a

P *Esld al uma boa pergunta: serd que você reiterou muito?* fim de explorá-los.

3 -

A4 - *Reiterei, sim ... Foi só o que fiz ...* etc. ·l

;

J

Neste exemplo muito simples, o aluno pede diretamente uma explicação em A2 (não interessa saber com que intenção ele ,j pede) . O professor dá com clareza, em P , a informação pedida!!

2

c:·;i,,I

Em A8, o aluno pede outra informação. Mas o professor apena reitera a pergunta (P8) porque se a tivesse respondido estari

avaliando uma experiência; dando-lhe um significado, que só 9í

aluno deve fazer.

.q;

No primeiro caso (P2 ) o professor interfere com uma *atividadtj* •,

*informante.* No segundo, se tivesse respondido, estaria realizandº1i uma *ativi*•*dade estruturante.* \ i



li

*( \_ ,..,.O,*

terapeuta não. deve transformar sua *atividades inf orante\_'··..-.:..•:*

\ em respostas demoradas e sobretudo didáticas. A situaçao dei



terapia não é situação de aula nem de ensino. O importante nãÇl

*Í* é a informação que se dá, mas a possibilidade do cliente apro

, veitá-la convenientemente para· realizar sua atividade estruturanfom

*--* ·· Assim, nem de longe pode-se imaginar o momento da entrevistj como se fosse uma ocasião de "pergunte e responderemos" . :f!

Aliás, o melhor modo de exercer a *atividade informante* nãq"J é explicando *alguma coisa ao cliente.* Isso, na medida do possvel,J deve ser evitado. O mais adequado é informar o cliente a respeitll j de -si mesmo, refletindo, através de *respostas compreensivas,* o quêJ ele de fato já expressou. @

Para concluir este capitulo, vale a pena fazer uma rápida disl11

finção entre *direção* e *diretividade.* :: 1 Rogers et Klngtl, *Psychothlraple et Relatiam,* p. *2?i* e 27.

fl

;

22 *fi;* 23

*:*

;

H

:

ri

l-l

li

*CAPITU LO I II*



\I

*tN*

\\i1 Dizemos qe, neste caso, a *experiência* estava *disponlvel à*

1*consciência.*

' Assim, quando uma *experiência* não está consciente, mas pode ', ser "lembrada" e representada adequadamente na consciência *!* com a simples utilização de meios comuns, diz-se que é *disponível* '(

* *à consciência.* E diz-se *não estar disponível,* quando, para ser ,

"' "lembrada" e representada adequadamente, exigem me.ias extra- \

*A Experiência da Comunicação* '*Consigo M esmo*

j

ordinários, como a: psicoterapia . 1

O *aconselhamento* lida preferivelmente com experiências *dispo-* {

,, *nlveis*

*à consciência,* enquanto a *psicotera pia* está mais preocupada *.-)*

(\_ º-- ---- --- >.>. . -, - xerl \_a:>>) - ,, com as experiências que *não estão disponlveis.*

PARA se compreender melhor a idéia da *comunicação do indivld1Ri* ·

*consigo mesmo* convém lembrar o significado que assumem alguj ( : \_ e\_presenta o- - e-- -- representação Incorreta *)*

termos no contexto da orientação não-diretiva. /il - - "---- ----- ·-

/ *-organismo* indica 0 próprio indivíduo, enquanto é totalidal As experiências nem sempre estão disponíveis à consciência.

j psicossomática em Interação com o meio. "Organísmico" é o qtjL Imaginemos alguém que tenha rejeição pelo pai, mas cujo senti-

uertence ao organismo. Assim, por exemplo, ó comportamento .'.'.[,·!·;·:

mento se encontra recalcado. A rejeição existe maS', por encontrar-se

\_xpressão do indivld®\_total, é uma ..I!!QH!\_iedáde "organfsmiÇ!J,' em zona inconsciente, o lndMduo não "sabe" que a possui.



â a \_circulação do sangue.. é algo que pertence apenas ao corpilrl Supomos, neste exemplo, que o individuo tenha de si a imagem é\_uma propriedade "orgânica". '; de ser bom filho e esteja convencido que um bom filho jamais

/ -Õ termo *experiência* serve para indicar o que se passa nti rejeita seu pai. Assim, o sentimento existente, é incompativet com

) organismo num determinado momento, isto é, o que o indivídii, a *imagem* que ele tem de si. - -

,; vê, ouve, sente, recorda, etc. e que pode, ser representado adequj Diante dá figura paterna, o sentimento reprimido pode querer

\1 damente na consciência. Diante da experiência, o organismo reagíj manifestar-se. Q\_ iQ.qiyiduQ\_J! n\_t -- c;:\_!!r\_!os .-<\_>vimeajQ!L.de. rejeição.

*(* como totalidade organizada : não são os meus *olhos* que vêm, s Entretanto, e.s1ª.!L. !inc;is estãoimn ias:-.Jí \_ cegarem *c\_or-*

*.\_\_ep.* que vejo. JI *retamente* à coúsciência.

* + Pertence essencialmente ao conceito de *experiência* a idéia d(!i ·- · - -- · • • • •

*poder ser representada adequadamente:* na consciência. Desta forriltr No!em que 0 md!vlduo. sente os movimentos de re1e1çao. A as transformações bioquímicas por que passam os alimentos, depoi\f experiência organfsm1ca existe. as, ao mesmo tempo, nao .podem de serem ingeridos, não podem ser representadas na consdênci chega; *corretamente* à consciência, por se oporem ao conceito que

Assim, não são chamadas com o nome de *experiência.* :11 ° Individuo tem de si.

Imaginemos, agora, minha visita a uma livraria. Na estantt \_<\_> p\_º \_ri- º---·, - gªL\_corr(Q.,!\_!nlt-----!\_ e\_J1\_1slª Jly!!?: . se sobre assuntos psicológicoS', havia um livro 'que no momento nã I mán\_i! !-- -- m9\_@ cf.(Mo".ç!i? -l! LS -!l!:J. Se os movimentos me interessava. Vi, mas não "reparei". Tive a experiência, ma,il aerejeição são tão fortes que o individuo não possa simplesmente

não a representei adequadamente na consciência. JJ negá-lo, aparecerão, por exemplo.. na forma de uma dor de

Voltando para casa, começo a escrever um trabalho. Consultanqq cab.eça 1toterável. Esta surge, possivelmente, todas as vezes que meus apcmtamentos, vejo a indicação de uma obra, muito impmft . o fdho visita o pai.

nte para o tem que estou tratando. Então, d: rep.ente eu m, Os mecnisn:os d: defsa podem dese.ncadear iversas formas lembro" que o livro é "aq estante da hvrar1a. jl de *representaçoes drstorc1das,* •do ongem a Sintomas, desde

;li

".'\_:\ I

r



fobias até conversões psicossomâticas. Desta maneira, uma úlcera '

ser simbolizadas de modo correto por serem incompatíveis com

do estômago, por exemplo, pode ser indicadora de experiências a referida *imagem.*

recalcadas, impedidas de *representação correta,* na consciência ; Compreende-se: a experiência estava impedida de ser simbolizad;"

.A eperiê,ncia da. ejição ao pi, no caso apresentdo, não e.stâl corretamente a fim de proteger a *imagem de si.* Mas, na ·terapia, *dtspomvel a consc1enc1a.* Mas diz-se que é *potenctalmen fe sim·;* a situação favorâvel permite que a experiência impedida seja sim­ *bolizável,* pois, embora os meios comuns não sejam suficientes fi balizada corretamente. E o indivíduo percebe a diferença entre para uma *representaçlio correta,* poder-se-â consegui-la através 0 que ele imaginava ser e 0 que a sua experiência lhe diz que é.

da terapia. ii Aceitando agora a experiência, ele modifica *a imagem de si.* .,..·'

Costuma-se dizer que a *representação* é *correta* quando existel - ....---··- · . .. ... .

acordo, harmonia, entre a egedmtª\_t1...Q.\_q\_.Qe fa!\_ -ªgn.te\_cg (j\_ E. m que consiste a <b co l .Çã-) t: - - .Q!!Ç.! .Y.Ç.li.9 ...!!l .nJL.9!:1, -tl \_Jaz. Assim, eu representei ] "---- ...... consigo mesmo»? . -\_,,. -·· corretamente o livro que vi na livraria. Entretanto, a rejeição que !W -·- -··· ..... \_ ,,..,\_ \_,.-·r --- ··· ..,...

o fllho tinha do pai foi representada distorcidamente na forma l Em f unção dos termos - "organismo", "experiência", "represen- . de uma intolerãvel dor de cabeça: foi uma *representação incorreta.* - tação .correta" - podemos dizer que a *boa comunicação consigo*

.- • . *mesmo* consiste num processo, onde as experiênclaS' organismicas

·Na orientação não-diretiva, os termos *consciência, s1mbolzzaçãd \)* são simbolizadas corretamente.

e *representação* são tomados como sinônimos. Como explica RogerS', f 1

\_. indic'am que, a partir de uma experiência, podemos fazer delax Através deste processo, surge o acordo entre as experiências (

·· uma construção mental. Esta construção pode ser elaborada como') do organismo e ª *imagem* que 0 indivíduo tem de si. A este acordo *'1*

imagem, idéia, pode aparecer na forma de palavras ou sem elas.1fo, dâ-sel ºq neomt e de *congi ruêcia.* Asim, o· individuo congruente é J

Pode

•

surgir

apenas como um sentir vago,

1nd f' fve1 ou,

é atrav

a,q.-u·e-e u.

em comu.n c\_açao co.nsigo. . . .

\_,,

de gradação, ser uma construção mais perfeita, "acabada". i/

e m

s :il

A falt de coi:iuncaça consigo existe quando as expenênc1as

* \_ Jj t organfsm1cas estao 1mped1das de serem representadas adequada- Ass1m como acima falaos em *representaçao correta* ou *lncor- )íl \.m\_!!.!Je* na consciência. Neste caso, ou a sio1bolização é negada *rta* P?deramos ter sig?iflcado o memo, usando as expre. sõs l.f. ou é distorcida. Ao desacordo entre a experiênda e a simbolização

*srmboltzaçao correta* ou *incorreta* ou, amda, *tomada de consc1enc1a* chama-se de *incongruência.* \_

*correta* ou *incorreta.* Em todos os casos, poderfamos também ter .\_iij Assim 0 termo *r,c;:onoru.incz·a* n d *1·* té i d

subst•t ido os termos *correto* e *m*• *correto,* ut•t• do respect• te, '''

coisas: 1' ) o acordo enti>r.e ea *exper*.t*i*<*ê*o*nc*e*ia* é . *a e*a

*d* aqu. •. t uas

1 u 1 izan

ivamen

* + 1. .: é
       - ô • t *d d* • *d d* 'fi • a *1m g m e s1,* 1s o , co. m o sm mmos, os ermos *a equa* e *ma equa* que a imagem de si corresponde às experiências organfsmlcas;

*0 º·* "'.

\_. Pode-se imaginar o processo psicoterãpico não-diretivo como1;I 2) o acordo entre a *experiência* e a *consciência,* isto é, que as situação na qual o cliente se coloca para comprovar à adequação/j experiências são simbolizadas adequadamente. E, nos dois casos,

1. os conteúdos representados na consciência. Assim, tem oportuni- 1ij *incongruência* significa o desacordo. Mais adiante voltaremos ao

dade para transformar em *corretas* as simbolizações que vai per- ri assunto.



cebendo como *incorretas.* Neste caso, o processo tem por finalidade fl Q\_ esajustado\_ pi()l"ógi\_c\_(),. ..!!1!1 )1!co\_ngru:11t\_e. Não tem comu­ estabelecer o acordo entre as experiências organísmicas e a repre- 1 nicação consigo mesmo. Rogers explica que;1a-·parte dele próprio,

--- sentação adequada delas. r4 a que chamamos inconsciente, sofre uma obstrução, que impede a A medida que as representações vão se tornando mais adequadas, il comunicação com a parte consciente ou dirigente do indivíduo". *10*

há uma reorganização na *imagem* que o cliente faz de si para nela J Assim é a neurose. A "parte impedida" de vir à consciência,

serem.

incluídas as experiências que, anteriormente, não podiam 'n de modo adequado, é a experiência de uma necessidade, de um

1

* + Roger6 et Kloget, *Psychathrap/e et Rdatlans, p.* 176. li n Rogers, *011 Becomlng a Persan,* p. 330. . i



i

26 27 !



r ..



desej? (com .º \_sexual),\_ )deE um tsentidºmento (comi 0• .no exme Pt1º.J.L

Mas 0 ajuste da resposta pede a fidelidade da informação. Se

antenor, a re e ao pai . ncon ran o-se em n ve1 mconsc1 n ed . t inf - -

1 1çao b 1. - f •

. d' 'd " - b ,, tâ . dºd A fi l"d de da .''" as nossas stm o 1zaçoes orem mcorre as, as ormaçoes sao o m .1v1. u nao sa e que es tmpe 0• na im erradas e o organismo faz um cãlculo falho. E, então, como

1 1 ª

li

t ap1a e a1udar .a descobn-1 . . . • res osta, fornece uma decisão falsa e um comportamento desa-

:' Embora exclmda da consc1enc1a, a parte 1mped1dar continua ª\t fado. "

/'eistir e com tendência diâmica a se manifestar .. Isso causa no' ce terapia não-diretiva está preocupada com o bom funciona­

) chente. um estado de t;nao. E, quando esta é, de certo modo, nento do "computador", isto é, do\_Qrg\_!l\_l!i8· Criando um clima

r..e..·. rc-eb1da, s.urge\_ a angu.stia.

, . h ..t d

'.·'··i!·.

.

1

avora•vel, dá oportunidade para o cliente entrar em boa comun1'ca-

. . d *rcdomumcaç o consigo mesntzo* e o camm o a\1equa o que o!, J ção consigo e rever, testar e acertar as "informações" que estão

.2!\_1

1v 110 possm para se rea*1*us ar. I sendo transmitidas. Assim, de maneira "sui generis", por meio das O homem é o único ser vivo capaz de tomar consciência de RI , "informações" acertadas, pode-se modificar o próprio "computador"

si. E este fato assume uma importância capital \_na economia lií para o seu funcionamento adequado.

psicológica do ser· humano. Simbolizando corretamente suas expe-\:) riências, o homem pode conhecer exatamente a situação em que !V se encontra · e o seu próprio significado dentro da situação. E, :1 assim, pode ter controle construtivo sohre si mesmo e sobre a i

situaço. ilij

Simbolizando corretamente suas experiências, o homem pode ·\ conhecer os recursos que possui e perceber com acerto as diversas \j

ncessida. des para. o se desenvolvimento, tanto em plano flsloló- .[.1.1 g1co, como no pstcológ1co e cultural. ; 1j Isto signif ica que, na medida da boa comunicação consigo mesmo, :

o homem busca o seu equilíbrio biopsicossocial : ele pode confiar 11

em si mesmo e os outros podem confiar nele. · ;ll \.

Mas, quanto menos ele .se comunica consigo . mesmo, mais bâi

motiv()--ª-.Pª. = :·:Çscií1Jr.:4J. f \_êf e-ü-:Çomportameºfo, õe'fifõ, :

ele já não é mais o-que-pensa-que-é. Suas necessidades, senti- ,i

mentos e visão da realidade chegam deformados à consciência. ; Suas reações são feitas em fUJlcão das \_percepções distorcidas que '.f; ele tem de si e das situações. Não \_se p\_Qçlt.S.P-rar..desJe.Jn.dividuo *i*

!!1 equilibrio nem C()ntr\_oJ. -·ª!!- qµado. ':ll

R;;-gr-- ompra o organismo com um gigantesco comptador. lj

Podemos conf iar neie quando funciona bem como critério certo ,!ii

para os nossos procedimentos e ações. ';li

cl;

No momento da decisão, colocamos nele todas as experiências'rn que tivemos sobre o assunto: as impressões dos sentidos, asJ recordações da memória, os sentimentos interiores, etc. Neste U caso, o organismo registrará todas as forças que estão sendo ' apresentadas. Farâ a elaboração necessária e dirá qual a decisão .li

mais satisfatória, para nós e para os outrOS', pedida pelo momento. J!

= il



fl

28 *·:*

·;t{

rn

*m*

u Rogers, *On Becomlng a Person,* p. 190.

29

*CAPITUO IV*

*A Liberdade Experiencial* \*

J

r

t Todo ser humano . precisa de *consideração positiva.* Este térmo

\ serve para indicar, na orientaçãÕ-iião-diretiva, a necessidade, sen­ 'il tida por todos os seres humanos, de *os* outros nos quererem bem, ii de serem acolhedores para conosco, de nos aceitarem e respeitarem

-( como somos.

"·' Entre as pessoas que conhecemos existem algumas, das quais '\ desejamos, de modo muito especial, a *consideração positiva.* Elas

JI sã aªn ª:a *:Os: :!! : o:ud: ::º; !; térios*

,.-. . e procurat mo-las. Basa lembrar, por xáemplo, como tos pais *são*

;;, impor1an es para a cnança. 0epms, vir provave 1men e uma pro-

....--

l. o que faz a experiência ficar «obstruída>>? :"'.f

fessora. Mais tarde, será um amigo, talvez a namorada, a noiva, a esposa, algum profissional de grande sucesso te.

*A* TERAPIA . não-diretiva pretende criar uma situação favorável ( l Geralmente temos mais de uma *pessoa-critério.* E, muitas vezes, \

onde o cliente possa simbolizar corretamente as experiências que j continuamos a tê-la como *significativa,* mesmo quando nos frustra / estavam impedidas de serem representadas adequadamente. ·- na consideração esperada.

O processo de "obstrução" foi iniciado a partir de uma violência \!j *A pessoa-critério* tem uma influência muito grande sobre nós. / ao direito do indivíduo expressar algo que lhe era significativo. m Pagês a chama de "outro eu signif icativo"... · Assim, no principio, a pessoa se viu ameaçada repressoramente ;Q Aqui, coloca-se a base para compreendermos o processo de apenas em *manifestar* a sua experiência. Depois, por um procedi- . ajustamento e reajustamento, no ponto de vista da orientação

mento natural de interiorização, o que era somente proibido de lj não-diretiva: podemos negar a nossa própria capacidade de auto­

*expressar* transforma-se numa autoproibição de *representar* na , avaliação, substiuindo-a por normas, dadas pelas *pessoas-signi-*

* nsciência. ·f) *f icativas,* como no exemplo, acima, da criança.':

Imaginemos uma criancinha com grande necessidade de mostrar c fl Temos a inclinação de julgar importante ara nós o que elas carinho por sua mãe. Suponhamos que o carinho seja sistematica- fll para si mesmas consideram como importante.

mente rejeitado. O que a mãe está rejeitando é a *expressão do '!!*

carinho. Mas, progressivamente, a criança vai introjetando os valo- t\

res da mãe. E vai progressivamente "sentindo" que não "gosta" ·\i

de fazer carinho na mãe. ·li

1. Centro de avaliação e desajustamento

A necessidade de fazer carinho existe. O que a criança.não jj O imiivíduo tem em si mesmo o seu *centro de avaliação,* quando "gosta" é de fazer uma coisa que a mãe não "gosta:". Mas, rn procura "dentro de si" - naquilo que o seu próprio organismo



pela introjeção, a criança acaba pensando que *ela mesma* não ,jj sente - os critérios para avaliar as suas experiências pessoais. "gosta". Não faz, portanto, a diferença de que ela "gosta" mas jj Se para avaliar suas experiências o indivfduo tem, como critério,

que a mãe é quem não "gosta". 'tJ valores que lhe são dados por outros, costuma-se dizer, neste Para ser coerente com a *imagem* de si - que não "gosta" - caso, que o seu centro de avaliação está no outro.

de fazer.Acainho - a riança começa .ª rejeitar da conciência .fix O *desajustamento psicológico* começa, como já foi dito, num

as expenenc1as que mamfestem a necessidade daquele sentimento. .·. processo de introjeção. O indivíduo avalia sua experiência, não *(A* falha. de comun.icaço co.nsio está firmad :. o or!!anismo tem /! através de seus próprios critérios, mas por valores. dados pelo . lm se.ntimento, cu1a s1mboltzaçao correta esta 1mped1da. -i outro. Ou seja, coloca no outro 0 seu *centro de avaliação.* /

* + Acreditamos que a compreensão do r,reseate capitulo se tornará melhor depois Í; ., Pagês, *L' orientallon non-dlrective,* p. 18. que o leitor fizer a leitura do cap. VI: ' Imagem de si" e ajustamento. )'.

t\_:

31

30 "ll

ti

...:fl

'.



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| -1 | .?f': |  | ' |

###### t

*(* . o indivíduo, porém! não percebe que está u.tiliando. critériosl . í?terior, dos sentimentos e experiências, reconhecendo-os e ava­

. do outro. Pensa ter sido ele mesmo quem *sentiu,* isto e, que os) : hando-os.

elementos para avaliação vieram de si. · No exemplo anteriór;l! A *siuação favorável* é aquela onde o indivíduo sinta tranqüilidade a criança supõe que *ela mesma* sentiu não gostar de fazer carinho1m e confiança para epres ar com transparência a elaboração mental,· na mãe. Não percebeu que transformou em seus os critérios dÍ à medida que a vai realizando e do modo como a realiza.

sua mãe. Houve *introjeção* daquilo que a mãe gostava. J Ou, dizendo em linguagem simples, o Indivíduo precisa encontrar

Assim, o desajustamento apa.rece pla alta vivencial da discill urna situa. ão favorável em qe tnha calma e serança para minação entre os valores próp10s do md1vidu?A e .aqueles que ªºJj pensar e . pensar em voz alta 1, dizendo o que esta pensando e

do outro. Ele acaba por re1e1tar uma expenenc1a que valonza;1 corno esta pensando. .



"sentido", como se fose o outro, que para si ela não tem valor{ . Asim,. a codição. imprecindível para que haja *liberdade expe­* ou, mesmo, é um antivalor. ':j *rienccal* e a ex1stênc1a da *liberdade de expressão.* Mas não basta Quando o indivíduo é capaz de fazer a discriminação, aceitá-láji1 apenas que o cliente "pense" idéias e conceitos. Mais importante

e vivenciá-la, não existe desajustamento. Mantendo em si mesmo;é que ele manifeste sentimentos e emoções que envolvem os conteú­ o seu *centro de avaliaçã\_o,* o individuo saberá reconhecer, por/I dos do pensamento.

critérios seus, se a experiência tem ou não valor *para si.* Verificarájl'. · Como também não basta que o terapeuta dê liberdade de

* + - que certas manifestações suas, vividas como agradáveis, são para\_···'·., :.. expressão, portando-se apenas como observador. Deve, ao contrá­

*/* a pessoa-significativa desagráveis e vice-versa. Saberá então qu! rio, ser *participante* e *ajudar* o cliente a pensar e sentir com

: ele *não é* a pessoa-signif icativa: são dois seres diferentes. Ele )6 adequação.

\ julgará a si mesmo, modificando ou não seu comportamento, s m; Assim, referimo-nos a uma *liberdade de expressão,* em que 0 \ · .

necessidade de confundir-se com o outro para agradá-lo. E entao;.-..m indivf duo pode manifestar tudo o que pensa e sente com palavras

*!* .hesmo conformando o seu comportamento com o que agrada º:H gestos e mf micas. E o terapeuta, como diz Anastasi deve "abster

i ohtro, ele o faz, não pelo motivo fund:unental de agradar o outro,n se de explorar,\_ nterpretar, .recomendar, persuactÍr ou sugerir.

mas porque sabe que é melhor para s1. . :. Preenche a funçao d u ouvm!e atento, procurando compreender

plenamente o que o md1vfduo diz e sente, fazehdo todo o esforço para perceber toda a situação do ponto de vista do cliente. Parte



Ji

. 3. O conceito de «liberdade experiencial» . importnte da taref do terapeuta consiste em refletir e clarificar

* \_ . . . · . . jJ os sentimentos do cliente por meio de reexposição das observações A terapia nao-duebva se baseia na certeza de que, possum,do;ido próprio cliente" .-. ·

d'

*liberdade experiencial,* o cliente é capaz de entrar num processll Tendo tal roe t - . . .

de exploração de sua personalidade' a fim de descobrir e rec' º

P e imen o, 0 terapeuta nao-dtrehvo faz com que */*

nhecer por si mesmo as incoerências que nele existem. ri

centro de av\_aliação.

do cliente na-o este1·a n outro. E

exerce, ·

.. . . . . . . . :, ,para a elaboraçao mental das experiências e sentimentos do cliente

S1mbohzando corretamente suas expenênc1as, o md1v1duo entra\_ a função de um catali'sador 1 t é d t f .1• '

no processo de

* - da *u*·*nagem*

*de s1*·*,* modT do-aj ·

mas não

, s o , e um agen e que ac1 1ta o

reorgamzaçao

1.1can

;r,processo

0 determina.

para integrar neta os novos elementos que foram percebidos ade-, Co cat r d • d .

0 1

quadamente. . : 1!1 . a isa or, a em e respeitar o cliente, dando-lhe liberdade

a

.'\- A noção de *liberdade experi*.*enci*.*al* se

. .

refere duetamente

··· expenenc1al o terapeuta participa sobretudo a um *em* • • '

pe1

*compr*· *eensa*-*o*

*feno*A *meno i*•*nterno:* a l'berdade que. ·o m. div1'duo preci.sa para cons-",e *Apat1*.*ca.*

*!*

li t d . . . . \

tatar de maneira

1

correta

as suas experiências organismicas d sstm, 0 c en e po e uh 11zar o processo ps1coteráp 1co em busca :

repre'sentá-las adequadame'nte na consciência. ·,r.da cura·· *o c*.*liente é*. *qu*.*em se*

*cura a s1*·*mesmo.* E

esta af u' maça-o

Para esse fenômeno interno se realizar, o indivíduo precisa deItem um sentido mais ngoroso na orientaçã - d' t' do que



i· · 0 nao- ire iva

uma situação favorável onde possa fazer a *elaboração* mental, , u Anaslasl, *Campos da Psicologia Aplicada,* p. 611•

;

32 . 33

1

'1 *f. ·-o*

·1

em outras teorias psicoterápicas que também a US'am, mas ond .

0 terapeuta controla e faz ·desenvolver o processo. . . .· ,

o *clima permissivo,* na orientação não-diretiva, se refere irela

mente à liberdade de expressão, tal como acabamos de exphcá-la)l\l

n

. o cliente deve ser livre paa *dizer* tudo .o que pensa e sente1

*CAPITULO V*

; Mas não se lhe dá o direito de *fazer,* isto é, d transformai,

/. em atos 0 que pnsa e sente, sobretudo quando isso se torn·'iit

·. prejudicial para s1 e para os outros. 1e

..:.. Diz Mury: "se alguém qié diz que tem esejo de matar se

*Percepção e Quadro de Referência Interior*

vizinho, posso escutá-lo tranqüilamente. Agir com ee é outr

coisa. Apoiá-lo na ·vida concreta seria ir matar .seu vizinho c W *(*

\_ \_ \_

\_ .. . ., ..-....::· \_

\_\_ \_\_

--:\

ele. E isso não seria mais uma atitude não-diretiva, mas s1l ,,,.

1 · ?-- -t - «percepção»\_/

solidariedade no crime, \_totlmente bsurda"·" Ih oi uando se faz ter pia não-diretiv;l,\_à\_ TôTeiíÇão é de mudar a ,.

Na orientação não-diretiva, considera-se \_que 0 m orMm *llercepção* do cliente a respeito de si, das pessoas, das coisas

de ajudar alguém não é fazer alguma cm.sa por e e. as.

criar . um clima favorável à liberdade experencial paa (ue

*1* acontecimentos. .

*1*'I Dizendo com outras palavras, .o ajustamento do cliente, na

c:i1. ..

possa ajudar-se a si mesmo, fazendo por 81 0 que s e e p :\1rapia não-diretiva, não se faz pela mudança do ambiente em

fazer. ue ele vive, mas pela mudança que se opera no próprio individuo,



:; u seja, na percepção que ele tem de si e do ambiente. Mudada percepção, ou o individuo se adapta ao ambiente, tal como ele

r

\f:

encontra,

ou, então, descobre o modo e os meios de mudar o

é importante para o seu ajustamento, o que,

mbiente naquilo que

1

·ifittes da terapia, considerava impossível.



1

O ambiente, às vezes, é de tal maneira rfgido, ouro, aniquilador

kra

o cliente, que o ajustamento exige o

*tratamento djrefo do*

*lihrbiente* ou a *mudança* deste. Caberá ao terapeuta discriminar

\n caso. Entretanto, em nosso trabalho, estamos interessados na i,ltfaptação que se faz pela *mudança de perce pção* do cliente e não tfelo tratamento do ambiente.

:ID O conceito de *percepção* é muito complexo na Psicologia. Vamos j zer uma abordagem muito simples que interessa ao nosso estudo.

m. A outra pessoa é diferente de nós por diversas razões; lncJusive,

·.fio

*significado* diverso que dá as mesmas coisas que,· juntos, 1xperienciamos. .--- \_\_ \_ .....- - . - . ..



u Mury, *Jntroductlon à* ra *non-dlrectlvllé,* p. 120.



34

fJ :p lsi t t ·.qÜ.es:: =e; i e1t i :·-- ,

i ste signi;idº,.JLnã. tLJJU!Lele\_Q\_tna,fil.f.e\_s\_te. \_ ---·- ---- fi!Em nosso relacionamento, uma das fontes de mal-entendidos está

;rstamente em supor signif icados: imaginar que, para os outros, coisas possuem os mesmos significados que têm para nós.

!

* uando, por exemplo, uma pessoa sofre de claustrofobia, podemos

·

;Jj 35

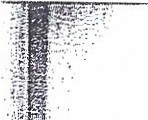
li

l

.

*•n*

pensar que o seu medo é uma "asneira" porque imaginamos



le age

e reage em consonância com os *significados* que dá às

ela deveria dar aos ambientes fechados o mesmo sentido · oisas, ou. se· de acord0 com fl rear1dªde que nós lhe damos. ara o seu mundo subjetivo.

1a,

01

f · "

traduzida"

1 Quando fa1amos em *perce pça*#*o* estamos nos ref . do a

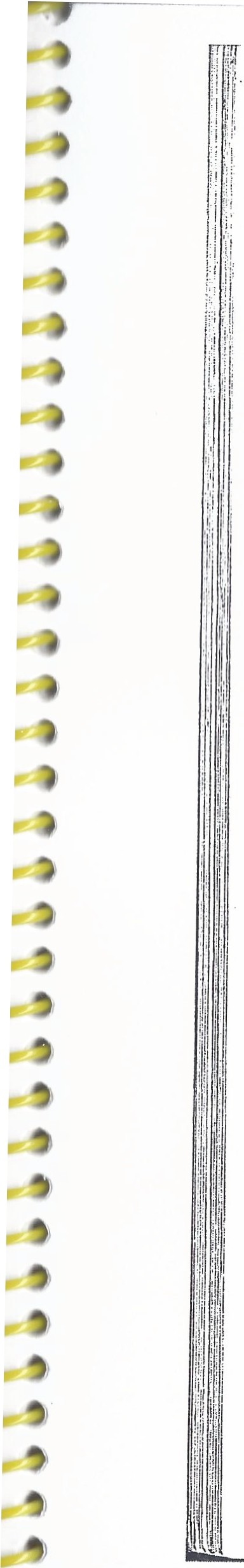
Imaginemos um exemplo muito simples. Num Livro. de Orações

erm

h . pét

d ·á h A ê-1

1\ significado próprio, pessoal, que cada indivíduo dá às coi e uma jovem aVJa uma ª1ª e rosa J mure a. 0 v a, o pessoas e acontecimentos. ignlficado que lhe dei foi este: uma coisa inútil que devia ser St. Arnaud explica que 0 conceito indica "a significação subje ogada fora. A moça também viu a mesma coisa: uma pétala



que 0 indivíduo dá ao que se passa em si e em torno de e-rosa murcha. Entretanto, o significado que lhe deu foi outro:

E 0 *campo perce ptivo* é, diz St. Arnaud, "o universo subje ina lembrança muito querida de um fato sentimental que ela do individuo, sua visão do mundo, o conjunto da realidade lveu.

como é percebida por ele, tudo o que constitui na consciê *A* partir d.a minha percepção, o meu procedimento seria jogar

psicológica".11 0 Uxo a coisa inútil que vi. A partir da percepção da moça,

Cada *perce pção* é uma espécie de "tradução" subjetiva qu seu comportamento foi de guardar carinhosamente uma lembrança

individuo faz de elementos da realidade, dando-lhe significa uerida.

pessoais. Assim, se eu quisesse compreender o comportamento da moça

Esta "traduçã!J" l!:C:.m empre coincie co a realidade objet ela -minha percepção, parecer-me-ia profUndamente incoerente, É, porém, com frequenc1a, uma aprox1maçao que serve, de m fdlculo. ·Em outras palavras, o comportamento da jovem só se mais ou menos adequado, para que o individuo tenha uma tornaria compreensível para mim se ela me revelasse a *percepção*

1

1 compreensiva, própria e organizada, do mundo em que vive. que tinha da rosa. ·.· Cada um p\_ossui, .RJ>\_rtanto,\_ p .s1,1 *.IJll{ n\_ilQ \_§.. l!i. !1!.q,\_* qf\_eente Desta forma, podemos compreender também o comportamento

todas as outras pessoas. Diz Rogers: "acabei por reconhecer ostil de uma pessoa para outra que nos parece muito lfimpática. estáS-·difeiêiiÇã:S-.que · fazem os indivíduos desiguais, este dii Ou o estado deprimente de alguém ante um acontecimento que

que cada psoa tem de uilizar sa .eperiência d maneira q..,..'nos parece ª!tamente gratificador. o.u. ainda, .medos "irrazoáveis" lhe é própria e e descobnr seu s1gmf1cado, tudo isto represemdlante de c01sas que nos parecem simples e mofenslvas.

l

*as* potencialidades mais preciosas da· vida". 11 'ii1 Tendo por base a nossa própria percepção e não · a do outro,

O terapeuta não-diretivo respeita essa "potencialidade" e esfoff!jamais poderemos compreender por que ele age ou reage desta . se para que ela se efetive em plenitude. Sabe que o cliente ·10u daquela maneira. E, no entanto, somos sempre tentados a supor

1

pode enar, jular e avaliar. como ele o faz. Portanto, acei!. que os outros percebem como nós percebemos. E queremos com- 1 como md1vldu diferente de s1, promovedor e organizador do lrreender o outro atravé da · nossa própria percepção. , campo perceptivo. , : 1:; Certa vez, uma jovem nos procurou porque desejava deixar

N. a . terapia. ão-di.retiva, no entato\_, dseja-5 ajuda. r ulie1·.· a casa paterna para morar sozinha num apartamento. Esse proce­

P.arJt. qye v\_enf1qu-- e.....su;is\_p\_e1;cepçQ.L!!Ilº--reah. \_e ;a\_? q!!\_aª dimento não apenas era Incompreensível para · a familia, mas e..para ..que \_ Qrgge. !l\_Q ..fümt1d9 \_cte..ªlçançar \_ mIt.i\_gr - ll:!§!!i\_I\_!l surgla me.smo como "escandaloso". .

3.E!-'-v \_to.\_ \_ .. \_ . 1 Tiv os ,!ambém oportunidade de conversar com a mãe, que

J\_ ínos. d1z1a: . . .mas ela *te1?* tudo em casa. . . nada lhe falta . .. (\_2. Percepção e comportamento ) · dedico-lhe . todo o meu cannho... faço tudo por ela . . . o que

Compreende-se o-.. o ;t; eto d um -Índ!iduo ati:vés 'jjeJaFre;r:r: J mente chocante para a mãe qund soube que ercepão que ele tem da c01sas. Suas eaçoes ã sao feiia filha desejava justamente livrar-se do "carinho". A filha percebia

ja

a realidade como tal - a chamada realidade objetiva - atnção materna como se foss um policiamento, uma \_fiscJiza-

:: ;.,:.u k';.'", '';''$':.f. '.''; •· "· rio msuportável. A moça estavcansada" de que a m.ae fizesse

--

"tudo por ela". Queria, agora, fazer também alguma coisa por *(* 3. o . <quadro de referência» na mudança da percepção ' ) mesma. Na sua percepção, o ambiente do lar era simplesme "---- · - */* aniquilador de sua personalidade. · foi dito que, mudada a percepção, muda o comportamento. Entre-



Talvez o problema ivesse sido solucionado, se houvesse diál • tanto, nio...se\_podÇ\_QP. \!g1,1J \_\_ \_\_".1U9.!lnÇ(l\_ cle,\_ percepçªº·*9.* ªlguélll, entre as duas, antes de ter chegado ao ponto agudo que alcanç obrig!!!!c.!Q.-:-.!L.i!J:ipJesmente a\_ \_mllº1::! :

De fato, as. duas tiveram "umas conversas". Mas, nestas, a ·· '--'Nem para mudá-la, o meio mais eficaz é dizer ao individuo que

nunca s preocu u em sber qual a percepção que a filha tin isso precisa ser feito. Nem, ainda, para alcançar a mudança, d ambiente famd\_iar. Partia· sempre do princípio de que ela ··• serve explicar ao individuo 0 que se passa nele, utilizar a força mae -estava agmdo certo. E as conversas tinham por finalid · h 1

prevenir a moça contra "as maldades do mundo" e dar-lhe conse dos argumentos, dar-1 e informações do que e e devia pensar e

para que "fosse bóa filha". Vê-se, então, que não era diálo sentir, usar recursos de sugestão, de persuasão, etc.

Era monólogo, enrijecido pela posição cada vez mais agress A orientação não-diretiva não emprega nenhum desses ·meios. que a filha tomava. parte-se do princlpio que a mudança da percepção não sê·realiza

Alguém poderá dizer: "mas a mãe tinhà razão". É bom dei : tendo apenas por base o simples fato de querer mudá-la. Mas claro o seguinte: quando se tenta compreender a percepção · que é necessário um *insighf.*

alguém, o impor.tante é *compreender,* e não julgar. N.i\_o s-r É muito diflcil dizer exatamente o que o termo indica. Ele assume

-aber guem tinha razão. Tratava-se apenas de constatar 0 diversos sentidos na Psicologia.

a moça pensava e sentia, procurando apreendê-lo do seu po Nós o utilizamos para significar um.a *descoberta,* que não se

?e vista. Como o caso foi solucionado é outro assunto, que n realiza apenas na ordem do racioc[nio, do pensamento Não é mteressa ao nosso estudo no momento. · apenas uma descoberta intelectual, no plano de idéias e conceitos.

Por agra, insistimos na idéia de ·que 0 comportamento Mas é algo que, ao se dar, o individuo sente atingir a . sua co'!1p.reend1do pela *perce pção* que 0 indivf duo tem da realida . própria vida, na dimensão concreta da existência.

ob1ehva. l1 Rogers diz que o termo - *insight* -serve para indicar certos

Voltemos ao exemplo anterior da pétala de rosa. Viu-se q tipos de aprendizagem, como a de perceber novas relações de

o comportamento .da moça, guardando-a, não foi motivado &2 causa e efeito, apreender novo sentido nas manifestações do com­ acordo com a realidade objetiva (uma pétala de rosa murchãa portamento, etc. Diz· que. é um processo diffcll de ser explicado:

mas em harmonia com o significado que ela deu à realidade (pahn apresenta-se mais por atos do que por palavras e toca prof unda- moça, uma lembrança carinhosa). j ..mente a pessoa, dando novo sentido às suas experiêneias. "

ª

*insight.* é rsultado de um processo. É c?nseqilência de uma

Viu-se tabém qu, mudando significado (pensei que a pétallj O

murcha, devia ser JOada ao hxo), muda-se 0 comportamen!11 elaboraçao mtenor, como se,\_ através desta, o ndividuo preparasse (penso agora, a respeito da'mesma pétala, murcha, que uma JeliW o momento de gerar a *descoberta.* Mas nao se pode marcar bran\_ça querida deve ser guardada). l· tempo para surgir o resultado e nem estruturar a elaboração para

Note-se que o m:u compo\_rtamento mudou, não por causa @ ·que se torne · mais rãpida e eficaz. A decoberta surge, quase algu!'1a trans\_formaçao na c01sa, na realidade objetiva (a péta! de supresa, quano menos se espera. É o stante do *eureka,* do '.

11

continua a ser a mesma : uma pétala murcha). Mas mudo@ "achei", "descobn", "compreendi" , como diz Rogers.

porque houve m.udança no significado que eu dava à coisa (IÍ O cliente, expressando-nos elementos já conhecidos de sua vida, pétala murcha .Jâ não é mais uma coisa inútil, mas é uní:I ;do seu comportamento ou relacionamento, faz, de repente, uma lembrança quenda). .d "descoberta". E diz-nos: "agora estou começando a ver uma coi$a

! Assm, compreene-se qu.e, na terapia não-diretiva, a preocupa·) que não tinha visto ainda" ou "estou compreendendo uma coisa que ção nao está fohzada diretamente sobre a mudança de comlJ não compreendia" ou, ainda, "estou descobrindo que a coisa

' portamento do chente, mas sobre a sua mudança de percepçãóÍ!

1:

Quando esta muda, O comportamento tainbém se transforma. · ·:

11 RRooggeerrss,,

*OCanunBseecltl1nmglnagnda PP11uy!cahnal,he*p*ra*.*py*3*,*56p., 174.

38 39 il



]

1

.q*r·* .



*quadro.* -·--1·

deve {ou não deve) ser assim", etc. São, certamente, manifestaçõeH para compreender, assim, precisamos ter por base o de *insight.* · ' 1*de referência interior* do cliente.

Num treiamento que dãvm.os, um industrial desejava sabi j A noção -:; *quado de referênci* -:- é explicda por Roers qual :a técmca para se ter *mstght.* Respondemos que a melhoi corno sendo o con1unto de expenênc1a (sensaçoes, percepçoes, técnica é, paradoxalmente, não ter nenhuma técnica. Dlssemói 'significações, lembranças, etc.) disponíveis à consciência do indi­

10

• '

"

:fi

que não se pode forçá-lo a surgir. Até, mesmo, poderfamof l víduo num determinado momento".

afirmar ao contrário: quanto mais se força, maiS' criamos difi 1 O *quadro de referência interior* do cliente é, para o terapeuta culdades para que apareça. . ·inão-diretivo, o contexto onde existem os *significados* e que torna

As vezes, na psicoterapia, 0 terapeuta já "viu" 0 que 0 client iinteligível tudo aquilo que ele expressa.

precisa descobrir. E pode acontecer que procure, de modo ctar6 I *Compreender* é acompanhar as experiências que o cliente expressa

! ou velado, dar pistas para precipitar o instante de surgir

1

0 resul isern deixar o seu quadro de referência interior e procurar entender

: 1 tado esperado. Dá-se, então uma inversão do movimento. Ô !tudo que é manifestado, não no sentido que isso pode ter para

1 .

1 cliente torna-se confuso e dfensivo e o processo é bloqueado\ !o terapeuta, mas nos signif icadoS' que assume no próprio *quadro* qµando não regride. *dé referência* do cliente. . Assim como 0 terapeuta não pode ter *insight* no lugar do clienti j .se considerarmos com *mns em* "o qu .é t ansmitid pelo



não pode também acelerar a elaboração necessária para qu d1ente, *comprender,* entao, s1, mf1c

1

decodif icar os sinais.. qe

apareça. Trata-se de uma *descoberta* por um processo próprio . ele me transmite, tendo como chave o seu *quadro de referencia*

Inalienável. *1 interior,* onde se encontrm os sentidos dmr sinais, constitutivos

Além d. deve ser

isso,

·

respeitado

.

o ntmo

de cada um: "se quiser'/' da mensagem que ele emite. . -

mos ver o sol nascer é necessário esperarmos a noite acabar•i)Ú o hente\_ pr c1sa se?tr-se compreen1-?º rlof terapeuta.li as Não podemos . acelerar o instante natural da madrugada, pot :para isso "ªº1 t n:c.ssano que seJadm *,?* 1..1zat as otrmdaS' edxp c1 as

. . .

mais apressados que estejamos. Jjcomo S' segu n es. eu o compreen o , :s ou en en en o o que

A c ..; é d d \_ . .

iil você diz", "pode falar tudo que você dese1a, que eu o compreen-

omparaçao a equa a porque nao posso precipitar o nasc1iJ ld ei" etc '



mento do sol. Mas, por outro lado, é claudicante porque eu nãô:l ee terpeuta sem se preocupar com verbalizações explícitas *r*

Posso a.judar \_o pr. o\_cesS.'O d. a noite que p.assa · . \_ .\,U procura entenderl na-o só o que o ch•ente expres.sa mas tambe*r*m*I* 1

A onentçao nao-dtreh a procura cnar. uma satuaçao catallsaiio seu significado e, além disso, se procura ajudar o cliente a \ dora, de chma ompreens10,. que pode a1udar º. cliente no pro-;fentender melhor o que expressou, mantendo-se sempre no seu

cesso do parec1mento do *nsrght.* Neste caso, a sttua.ção é aquela quadro de referência, o cliente sentirá, não pelas palavras do onde o chente possa sentar-e realmete compreendido. · terapeuta, mas por seu procedimento, que está sendo compre-

Desta maneira, uma *compreensão,* sincera e profunda, é o clima endldo. propício e estimulante que o cliente necessita para sua elaboração\r interior a fim de ter *insight.* . *}*

*Compreender* alguém, no sentido que tomamos, não é apena,\\ um vago ocupar-se com o outro, nem só o esforço de capta( bem o que ele procura dizer. Não é somente interesse, atenção;lt cordialidade, etc. É mais do que isS'O. '.\\ *Compreender* é tentativa constante de ver o mundo com os olhos r

do outro, de sentir o que se passa nele como ele o sente, dê:i·



*e?te?er* a realidade como ele a entende, procurando alcançar osi:

*significados* próprios que ele lhe dá. ; u Rogere et Klnget, *P8Ychothiraple et Re1atlons,* p. 197.

*J .*

40 41



*CAPITU LO VI*



*"Imagem de si" e Ajustamerrto*

. 1

*:*

* 1 **rente: as percpções que .temos a nosso respeito buscam dar-nos**

- um "perfil" - uma "imagem" - do que . pensamos que somos. *i*

1. Todos nós possuímos uma tendência para *mantermos* esta *ima-*

' ·*gem,* garantindo a configuração que ela representa. É como se disso

..t,L, dependesse a consistência da nos.sa identidade, de sermos o que

. somos. Assim, as novas percepções que temos de nós são "aceitas" ' !

l

1. apenas quando podem se integrar na configuração já existente.

.. . oar o ffiQ.tiXQ\_ gt;!\_ lg!!Jll\_ -p eç§ Jl. fm *re[eitadas* p,qi:que\_ não

f· se ajústam\_,\_à.Jmagem. E, outras, de serem *distg,rJJ!.q§. .\_* de mo.do

. P-9- fülm\_ \_!? !nt gr.\_r- !1,,a. --- -- -· --- ---;i:e;;:: *v\_..*\ é.;;--- --

--- '- Estas duas situações - de percepções *negadas* e *distorcidas*

l -

1 **1. O que é a** «em de sb>? ) correspondem a processos de *simbolização incorreta.*

\ .-..---- -.. - - .-·----···----.. ,, 'd Rogers explica que o termo *percepção* é sinônimo de *consciência.*

mentos, o individuo dá a s1 mesmo. um sentido, tem de SJ um..i..:.

tantes de fonte externa, enquanto que o termo *consciência* pode

ALÉM de dar *significados* póprio às coisas, pessoas e acnteIU Entretanto, *"percepção* se emprega geralmente referindo-se a exci­

*perce pç{jo como ser-no-mundo.* ;) 1 englobar o efeito de excitantes provenientes de fontes puramente

Chamamos de\_§!I/ a essa percpç o de si. 'f 1 internas· como· a memória ou os processos fisiológicos, produzindo

O termo - self - não encontra uma tradução adequada em efeitos semelhantes aos excitantes de fonte externa".••

português para designar o conceito que assume na orientaçi Podemos dizer, mantida a distinção feita, que *perceber* é o· não-diretiva. Mas podemos indicâ-lo, por aproximações, COll),n mesmo que *representar na consciência* ou *simbolizar,* cujos assuntos sendo *auto-imagem, conceito d si,, eu.* Emboa podendo. usá! foram tratados no capítulo III deste trabalho.

stas e outras expressões como smômmos, prefenmos denommá-H Imaginemos um homem que tem de si a *imagem* de ser corajoso *imagem de si.* . . ij e nada temer. Na rua é desaf iado por outro io.divíduo de tamanho A *imagem de si* é um dos principal.s elementos conshtuhvo d;ta e força medianos, sentindo-se atemorizado. Se ele apreendesse o Teoria de Personalidade de Rogers, 1untamente com a *tendenc11* significado da situação, tal como devia representá-la, seria incom- *JIQ\_ desemwlvimento,* que é . a noção principal. 1\_!1 patfvel com a *imagem* que· tem de si: um homem corajoso não se



A *imagem de si* é parte integrante do campo perceptual. Ma atemoriza.

precisamente, é aquela parte referente ao significado que o individu Então, pode ter uma *perce pção incorreta* da situação. Ou, sim­ dá a si mesmo, emerndo ds experiências que ele faz com . plesmente, nega a percepção (pode estar tão "distraído" que não outros e com o seu me10 au,baente. : '.!í repara que o indivf duo está falando com ele). Ou, se a negação A medida que essas experiências se processam, vai surgin não for possf vel, distorce o significado da percepção (repara que um conjunto de signif icados, dando-lhe a "realidade" subjetiy o individuo está "bravo" com ele, mas "é um embriagado que do que ele pensa que é: "eu sou assim". • -'. está dizendo asneira" ou "um· louco que não sabe o que diz"). Convém distinguir a *imagem real de si* - que 0 mdivídul Desta forma, ou negando ou distorcendo a percepção, pode man-

percebe como sendo atualmente - da *imagem ideal de· si* -que ter a *imagem de si.*

emora não sendo atualmente, ele julga que deveria ser ou des Vejamos, agora, o caso real de uma cliente que tinha de si a

jana ser. · . • , *imagem* de ser uma mãe carinhosa e exemplar. A f ilha sentia A *imagem de si* não é um conjunto desordenado de percepço o ambiente do lar intolerável e desejava abandoná-lo para morar Nem estas se encontram meramente justapostas, umas às outra;] sozinha num apartamento. Se a mãe representasse adequadamente

Mas, à medida que o individuo vai tendo as percpções\_ de s\

estas procuram organizar-se, nusca de uma configuraçao co.l



11 Rogers et Kloget, *Psychothéraple et Relat/ons,* p. 178.

43

,,,\_



.;f .

o significado da situação deveria pensar que ao invés de carinhosa: · ela era dominadora. Mas isso era incompatlvel com a *imagem,* que tinha de si. Dizia, então, devido a uma *pe cepção incorret?* que a filha "estava contaminada pelos erros da 1uventude de hoJej

e que desejava uma liberdade desenfreada". · *" ª*

*'i"* A *imagem* que o individuo tem de si influencia decisivamentl

o modo dele perceber fatos e situações. . ;'i ,

O homem "corajoso" e a mãe "carinhosa" estavam impedidol .

-embora disso não tivessem consciência - de *perceberem adf! -;\.* ·

*quadamente* as experiências em desacordo com a *imagem de si*

Entretanto, o impedimento não existiria se as experiências fosseniJ · conformes ou reforçassem a *imagem* que o individuo tem de si;J · Se um aluno tem de si o conceito de que é um estudante bom e:; dedicado e se um profes8or o elogia, ele não tem motivo parj negar ou distorcer a situação. Neste caso, percebe-a corretament;

tal como acontece *:* '

--·-··-- ··--- ---,.--. -----·-·----:-\ ') l

\ a"-. !1ii..! m d sta - 't\ !

DissemoS', no capitulo IV, ue o desajustamento psicológico provén\ de uma falha de comunicação do individuo consigo mesmo. Atrav i

da introjeção, o individuo utiliza critérios próprios do outro, para i



avaliar suas experiências, firmando-se um desacordo entre esta i

e as suas representações na consciência. *-'!*

/\_.. .Enquanto permanece o desacordo continua o desajustamento;·Í

f ala-se em *rigidez da imagem de si* para indicar a maior ou

·menor incapacidade que tem o individuo em aproveitar as opor­ tunidades que suas. experiências lhe dão, a fim de desenvolver

0 conceito de si mima direção mais realista - de ser o que realmente é -*e,* assim, alcançar melhor funcionamento e adaptaç.ãQ

ao meio. ,

Õindivf duo *ftgra õ* não tem abertura à experiência e, por isso, não pode discilmmar ·certas nuanças que só esta lhe dá. Assum\_e,

desta maneira, uma posição de tudo ou nada: ou a situação

é assim ou não é. Ou sou assim ou não sou.

Como não apreende as coisas através de suas próprias experiên­ cias, o *rígido* tende a utilizar rótulos, fórmulas ou normas para

conduzir sua vida. Tem horror de ser "incoerente". E, no entanto, a experiência nos ensina que todo o ser humano é contraditório. Uma fórmula pode estabelecer que "o corajoso não tem medo". Entretanto, a experiência nos diz que todo valente tem momentos de covardia. O rótulo pode afirmar que "a mãe carinhosa deve servir à filha e não ter desejo de domínio". A experiência, porém, nos mostra que instantes de devotamento desinteressado podem coexistir ao lado de momentos de dedicação possessiva.

A vida não ê absolutização. Mas a realidade se nos apresenta sob aspectos limitados, exigindo de nós crescimento gradual e, até mesmo, composição de opostos. ,

Alguém pode supor que, se não absolutizar,l talvez possa escolher a parte pior e daí provir uma degringolada. O ponto de vista da

* + *\_t*

*r·,* No indivíduo ajustado, a *imagem de si* é expressão adequada da. ;

*i* necessidades e sentimentos do organismo: existe harmonia entre - . ;

orientação não-diretiva é diferente. A condição f undamental para crescermos é *aceitarmos* a realidade do que somos aqui e agora.

JJ '- *imagem de si*

e o organismo. : l

Não

é \_fugindo\_ de nós \_ para a abstração que po.de dar

N-P-- Qa\_.Qsajustadª'- as\_ "iti(qrmç.Qe§ \_das experiênciaS.Jffg.a '

nísmicas §tão..JmpedJ. dª.i; de, cheg r: cor! !!!º=t...l\. ÇQIJcia;, Ora, o conceito que o individuo tem de si é justamente aquele l

que sua consciência lhe dá: eu *penso* que sou (imagem de si) j

aquilo que eu *sei* que sou. (consciência). . . .



* Se o organismo, através das experiências que tem, não pode se '>.! comunicar corretamente com a consciência, então a imagem que o individuo faz de si é inapropriada.. Assim, por exemplo, a mãe pensa que é carinhosa e, no entanto, é dominadora. .. Quando as experiências organismicas estão impedidas de che;

. · gar adequadamente na consciência, a *imagem de si* pode se tornar "estática", porque se defende das "informações" organfs

micas, que lhe estão pedindo mudanças necessãrias.



ã nós\_mesmos. É necessário que .cada um se encontre consigõ mesmo - como de fato cada um é - para saber quais as

â.ades-que existem para .o. seu desenQJvj 1T1nto e uais os recursos que possui para ser melhor.

Vejam, como exemplo, o trecho abaixo de uma entrevista, que fizemos com uma senhora que tinha uma filha de 13 anos:

c (cliente) - *"...às vezes, eu me irrito co\_m ela* (com a filha) ... *eu m*1*e irrito, menos.* .. *Mas não agüento.* .. *e grito com ela.* • . *berrI .*.. *Veja o que faço: berro com a menial .*.. (mudando d: tom) .*:* • *Sei. que estou errada e isso me aborrece multo. Sei que uma mae ja flib 1s devia se*

*irritar com a filha, não é?*

T1 (terapeuta) - *S muito diflcil para voc6 imaginar que, sendo boa mãe, possa se irritar tanto com sua filha.*

45

.:3 ...,::'



;· t .

*:>.;*

c2 - *s...* (pensando) • • • *Talvez eu não seja tão boa mãe assim.;'* Na medida que aceitava e assumia sua irritação, duas coisas, *Acho que eu devia ser mais ompreensiva:• •* (silêncio) • • • (mudand? de elo menos, aconteceram. A primeira, diminuiu s vezes qe "via", tom). *mas !ambém el faz coisas que irntam a tudo mundo• .• 8 wu-* a filha, atos que a irritavam: era como se tve.sse havido uma

*portavel. Ntngu!m agueta.* .. mudando novamente de tom) *Mas, voe·:* , e uação de só "ver" 0 que realmente era untante. Segundo,

*sabe, eu sou mae .* .. *devia ser dtferenle.* · ;; ad q . . .. - "

d" "

T2 - *Estou entendendo que pelo fato de voei ser mãe devia ser .* os me10s utihzaos para nao exp\_1o ir comçram a aparecer *diferente de todo mundo.* . de modo espontaneo: era como se.bvee adqmndo uma compr - C8 - (rindo) • • • *Eu não quis dizer isso... Como ser diferente? ...:* ensão natural de um modo de agir mais adequado, que ela nao

t .

*Eu também sou humana, não é?.* .• *Há coisas que eu não posso suportar. ';;* tinha conseguido realizar quando procurava o controle através de

. .T*8* - *Estou compeendendo que certas oisas que sua filha faz são* '.) ropósitos e planos preestabelecidos ..

*iman.tes mesmo.• Estao além de. sua capacidade de compreensão. Voei? ..1* P T d . st s apresentando é uma reflexão posterior

u o.isso que. e Aamo \_

*se irnta porque e humana, será tsso?* )

C4 - *Talvez seja isso• .• É • • • pode ser • • . Talvez eu devesse com-J* a entrevistas. Se Jâ fm;emos pra a sess.ao com esquema elaborado *preenâer que não depende de mim.* • • *que a menina é irritante, mesmo .*• . *}* i ou, se durante a entrevista, ficassemos fixados num resultado a sr *pelo menos em certas coisas que faz ..•* etc. · j alcançado, possivelmente teriamas induzido o cliente a seguir



* · '1 uma direção determinada e, assim, já rião seriamos mais não- Em C11 a senhora man est:i a irrtaão \_que \_sente or alguns *}* , diretivos.

*Lo*

atos da filha. uas xp.enen.c1as de un!açao sao avabda pelo ; Quando, na terapia, cria-se para 0 cliente um clima permissvo, rótulo d 9ue. a mae Jamais dev: .se irritar com a filha . Ela , ele poqe estabelecer uma boa comunicação consigo. Desta manetr,

sente ·a 1mtaça.: é m .f to que ao ode ser negado. Mas, or. *í*

pode simbolizar corretamente as "Informações" que a experiência

:

##### j

*'1*

.1·

·

b1·1

I

outro lao, a c?erec1a d? prm\_cip10 deve ser salvo. Assim, ·.;' 1, organísmica lhe transmite.

errado nao é o prmcip10, é a 1mtaçao que ela sente. Afirmamos que a *imagem de si* é uma configuração *coerente,* O pr!ncfpio foi abslutizado: a ·b.ºª. me *jam is* deve se irritar ; . que 0 indivíduo procura manter inalterável, quanto organizaão. com a fdh. Como, entao, explica a 1mtaçao, a nao ser que alguma '; Mas não afirmamos que seja estática. Pelo contrário, ela é dmâ­

cofsa esteja errada nela (na mae)? .! mica: de modo insensivel ou não, estamos empre mudando o Desta forma, a experiência da irritação não apareceu como :! conceito que temos de nós. Entretanto, o seu ;ctesenvolvimento se

li

li fonte, na qual a mãe pudesse se compreender melhor, ter um



li

i faz normalmente na direção daquilo que o individuo já "pensa que



fili

l.i1'

'!l1i

!11

li

i



entendimento mais claro da situação e estabelecer, num plano con- . é". E existe uma .tendência de serem rejeitadas as novas percepções cr:t?, a suá vivênci . de ser boa mãe. Mas er aprioisticamente : que se opõem a esta direção. : .

re1e1tda, um empecilho da .qal a senhora devia se libertar. Mas *Q* i!ldivfcluo\_pr.es;{[\_aJj.!!aiaJ:::.SJL\_p\_gr\_mB.J! !J.m.. W.....l!L1nmç:-

A *imagem de si* estava *rzg1da* num modelo de "ser boa mãe", *1* incessantes gue a vida traz. E isso P-Ode exigir a mJLdrula imposto de fora, e não como resultado .de necessidades e senti- ; Ida organização..JJ.ª\_lmagwr numLliir.çj\_º\_ \_cUf.e.rnn.te dLq@ mentos organísmicos. A . senhora tinha se' alienado da realidade de :!Y!illl -sguiµi:fp,\_\_Qr,*\_\_1!.\_r:igM\_ z do*.• indiY dUQ\_J Q ç\_qµc.çUQ ..d.\_si

*de si*

!firmações

ser "aqui e agora" o que realmente era, pelo esforço improdutivo ·impec;le.\_ a\_ mudaoç. imtieqUenteniente,\_s\_ti.a\_, \_QÇ§ªjY,stam.. · de ser o que *devia* ser. Quando vem para usicoteraQia \_g\_clie te era!\_ en e traz, de *·,.* Continuando o processo da terapia, a senhora chegou à conclusão \ *perce pcões ci.gid s,* que o impedem de ver a realidade com adequa­

de que irritar-se com a filha, quando esta dava ocasião, não com- , , ção e sentir-se a si mesmo tal como é. No entanto, o processo prometia a idéia de "ser boa mãe". As duas coisas, que pareciam , ' dá oportunidade para que o individuo experiencie, de modo nov\_o, opostas; podiam ser compostas e realmente o foram. .• : as suas próprias experiências. Assim, tQIB\_/!:Se cmaz\_e !l.e\_s\_c\_o\_bnr,

Mas a senhora também concluiu que os "berros", manifestativos • ! recohecer,\_modif!car, tornando \_Ç,QI@tás, as p\_ercpçQ\_qJJ.e\_tem \

de sua irritação,. apareciam apenas como *"explosões"* do .senti- 1 1. I?esta maneira, P \_(\_)\_g!! :!UJma tranfor;J!lilÇü\_. l!Ll,!1-:l, g .{!.'-de \ mento reprimido; isto é, de sua rejeição em aceitar as experiências ! *si,* ense1ando um melhor func10namento d.o md1viduo e um relac1on.a­ de irritação da filha. , · mento mais construtivo com os outros, a1ustando-o melhor ao meio.

47

*CAPITU LO Vil*



*O Homem em Busca*

*da Autenticidade*

*)v*

*E*

. .

* · *te é a gente ser autêntica ... a gente jd conversou muito sobre Isso,*

J *.l°,jo é?... ser autlntica, para mim, é ser intef\_ra .• . é tu'lo ser l!f!l pedaços. :.*

* + *á que estou começando a me Ugar, entao eu acho que isso é muito*

.-, *1*

; *importante.* .. *etc.*

: podemos dizer que a\_'!ut!!li\_i;.(4c(e\_çQnsis.te\_no\_individuo\_s.er

} · realmente ! - \_q - -- em:pJOf!lfl.!d!, Consiste nele ser tudo

.· e é e apenas o que é: nem mais e nem menos.

.· · A cliente explica que ser autêntica é "não ser em pedaços",

Ji é "ser inteira". Para evitar ambigüidades, talvez pudéssemos acres­

. centar que é ser inteira o que se é em profundidade.

·· ----- 1i o homem nasce com um equipamento natural de necessidades,

Jl

. .. 1.--'"O······q- ue- -é-·s·-e···r aut-ê- n·t-ic--o·-i)

'°i sentimentos, etc. igual aos outros homens. A medida que cresce, impulsionado pela *tendência ao desenvolvimento,* esses elementos

1 EM RoGERS, o termo *autenticidade* é sinônimo de *congruênciá,* vão adquirindo "forma" própria e dão ao organismo, que os possui, O autor tem preferência pelo uso do segundo. Diz que serve pa(l suás características individuais. Cada organismo entra, de modo indicar uma harmonia, um acordo, tanto existente em plano d peculiar, no seu processo de desenvolvimento, buscando a auto-

\ comportamento como em plano de personalidade. 11

; realização, autodeterminação e autonomia que lhe pertencem de

Neste capitulo, estamos interessados em estudar a *congruênci* maneira especifica. 1

da personalidade. ;; Condição para a *autenticidade* é simbolizar-se adeguadªmeot....Q...,,tJ·LO Talvez, por razõe didáticas, pdssemos est1!!l er\_1m\_1\_a dis\ P.- !\_!!9.. org\_!!.! !!!. · qué!!!do isso ·Qão . acqnt ,\_<!\_j\_r:i\_gjyj­

tinção ettEL.f2!1KtlJeE\_ciq\_ · *auJ!Jf !ç\_Ldª®,* E realmente é o qlfi duo está "eQ1 L\_fl!ç\_Qs ; o organismp é uma realidade e tem



vamos fazer para melhor comprenso. . :exigências de desenvolvimento que a consciência não representa De fato, se procurarmos nu,Di1o no da Linua Portugue ou representa diversamente ue verdad existe.

havemos de ver que. *Ç.!]!Jgrllhz ra*Nsurolf1ca armom.. .ur,n\_a \_c. *A imagem de si* deve ser a expressão, a coqsciência do orga-;· o fao com o fi?1 a qe se propoe, coerência, pronedade, c?n nismo. Pode-se dizer que *autenticidade* é vida consciente. Isso meneia. !lJtlç1flfJ'f!?,\_J} alidde do qul'.\_ é atên c. E. *autentrc.'...* Significa que o conceito que o individuo tem de si deve figurar

é o mesmo que erz, .vedadeiro, certo!. genuffiõ, legahzado. *i\).* apropriadamente aquilo que o organismo é de fato: aquilo que Assim, *ongruencia* md1ca uma relaçao entre partes, enquant 0 individuo "pensa" que é coincide com aquilo que 0 individuo é. ,

que *autentrcidade* mostra um resultado =. ue a coisa merece fé, q; Se o que se passa no organismo for simbolizado corretamente, nela. s•e deve ter confiança p:or ser on: gmal ou por ser conform..'el.a *i*.*magem* que o m. d1' v1'du·o tem de s1. va1. se organ1' zando e modif 1·- o ongma1·. . . t.,cando de acordo com o que o organismo é: a consciência que o

Uma chente nossa, comentando o processo ps1coteráp1co a que . d' íd t d . . "d 1 t 1 ·

se submetera, di .

zaa

, .

* + - t •

o segum e.

\_m 1v uo

* A .

em e s1 comei e rea men e com o que e e e.

. á . d . tA

;1 chente diz, no coment no apresenta o acima, que ser au en-

"...*depois de cqmeçar o tratamento, a vida para mim se tornou m* )ica é ser "inteira". ·

*positiva ... é mais positiva . Olha, é um "negócio" "gozado"• .. Não é q1Í Inteira* é a unidade constituída pela harmonia das parteS'. A

*eu niio acreditasse na vida, entende? Mas tudo que eu achava de* b0111füarmonia se refere à *congruência* (no sentido da distinção que *e de positivo era teórico.* .. *é como se ficasse separado de mim.* .. *Esttq* . . . A *tratamento é ama espécie de ligação entre aquilo que a gente quer* faze!fizemos, dela, om. a autent1c1cla?e) · Podemos. ª de *conguen­*

1

*que queria fazer, e não conseguia, e então a gente comera a consegw4cia* tanto para mdtcar a harmoma entre expenencta e consciencia

*fazer ... comera a ligar os dois pedaços ... fJ ... o que acho mais impor;icomo* também para designar a harmonia entre organismo e imagem

*}* ,de si.

u Rogera et Klnget, *Paychothlraple et Relations,* p. ISD.



48

:< '

49

Uma coisa é a *harmonia* que se estabelece entre as pare' . • . . . .



Outra coisa é a *unidade* que dai resulta. Neste Capítulo a nos;;; propno orgamsmo - digam\_os, om a sua verdade ontológica - atenção está voltada para a segunda. . *;i* situadas além das percepçoes incorretas que possa ter de si

*lnteira\_\_ ªig!!i!E - \_q\_\_B{!\_ -.1- s - f ªllJP$. Jf&..partt:\_ ;..* to\_dªs esifil mesmo. . . .

P!.. \_eo,t...!.!Jtfaltar\_q-1!.!11E-Í:Jl . na !!\_iªº- - ql! - s.titue.m.. Sigiittffi · Entretanto, mmo fora da psicoterapia,. o indivíduo já pode tagibém que *não existem elementos estranhos* compondo a unidaq !azer alguma cisa em favor . da sua própna autenticidade. Para esta é formada apenas das partes que lhe pertencem. As ·du· . isso, é necessáno que ele construa uma *imagem de si* de acordo . caracterfsticas referidas devem estar presentes na *autenticidaci./* com 0 que le *sente* que realmente-é, e não de acordo com o que

. Se a *imagem de si* rejeita uma\_necessidade ou sentimtqj' ; os ou.tros dizem u-ele-é ou esperam-que-seja ou afirmam-que-

\_o.r.ganis!\_t..Q,\_ nti>-;-existe\_(alttL.de \_iuna\_p;irtJlª-:--unidade. A.inu! .deveria-ser. .. . . , . · . · • .

de si nao é 11intelfJl'.,\_p,OJIL alt!.::füe a parte re1efüHI.a. O individu . · Nest caso, o que o md1vfduo *sente-que-e* pode não estar em é inautêntico, pois não-é o que é-em-profundidade. J Mrmoma com o que ele-realmente-é em profundidade; ele "sen.te"

Se, para se defender ou agradar os outros, o individuo colÔ ;atravé de sua COJISCiência, que ode ter conteúdos negados ou·



11máscaras" ou "fachadas", então assumiu em si *"corpo estranhó1* .distorcidos. Entretanto, mesmo assint, ele assumiu a *atitude funda­*

já não é mais "inteiro" o que é-em-profundidade. Não é, portanlÕ *ment?I* e ser congruente, possível aqui e agora, criando um clima autêntico. · lde f dehdade para consigo mesmo que prepara e incentiva o .

Não existem modelos, exemplos dados de fora, para alguém *t'* c1escimento no processo da a "verdade".

autêntico. Não se pode estruturar· um molde para dizer comi cada indivíduo "deve ser" ou o que "se espera que ele seja;



no plano da autenticidade. . *;[ (* 2. «Ouvir-se a sb> - condição pàti)

A autenticidade consiste nisso: a aceitação e vivência da próptl "'-------- -- ---- *------- !- ---* \_ \_ >

verdade ontológica. e. um processo que a cada instante se co:nst( . .

e jamais acaba, Não é uma "aposentadoria" que alguém adquire Rogers .conside a que a usa de *ser-realmente-o-qu -se-éem-*

pode viver dos dividendos. j *profun idade.*nao.é uma \_d1reçao que ocorre apt:as em mdividuos ·

, ---O- homem é um ser inacaºªdo3ue stá sempre stJ:.9.!Jrui d submetidos ª psicoterapia. É uma ten\_dência generalizad, ão

\ *i* ', aJcçar-jamai --:'-Pl !l .\_!:ºstrl!\_!\_<>. JL!!P.L!!.e, em.J11ud€ aenas de tod:s ª .pessoas, mas também de grupos, orgamzaçoes



* + .., um deVtr. A autenticidade consis.tu1u.\_ac.e.Ü.fü" Se\_jnteirn, .\_a.q11H" e, mesmo, naçoe. ·

: gQ!.ª'- §uas \_q!lalidade- e .tritações, tendQ.!11 vista e(! Estaos focalizando, neste rab lho, a situação aplicada a· pes-

<\_g1ox n.t!!tO. em- usca\_q\_·-ª-ut0:-.rea\_g-ªÇ-2· . !/,soas, nao a grupoAs u oramzaçoes. .

A autenticidade não se planeja, yive-se. Na terapia, quan · \_Embora. a tendencia sela comum a todos os · seres humanos, o cliente descobre que deve'ser autêntico, é tentado, com freqüê nao significa que o seu. exercício seja algo espontâneo, automático. eia, a elaborar um modelo para ao mesmo se adaptar. Ora,:ll Mas sure como "descoberta" que o individuo deve fazer. O seu autenticidade é a busca de coerência consigo mesmo e não adapt reconh.ec1mento .e entrada no processo para efetivã.,.Ja exigem

.ª

! . ção a um modelo. A .vida é fluxo e a autenticidade é coerênc'. um *clima .perm1ssivo onde* a pessoa não se encontre ameaçada

consg.? mesmo n momento ue passa. Isso desafia \_q\_ulqti ,e. leha liberdade de escolher (como acontece na terapia não- prev1sao ou planeJamento. Exige, no entanto, que o md1vidu diretiva). ',\'..

queira e possa ser ele-mesmo, aqui e agora. .·!l .\_Para-;q-@ o-1filliJldJ.lº,-de§C.IJ.b.ra...e..entre.-no..processo . da .autenti-

A .psicoterapia pode ajudar o in\_divido a fazer .a experiêncf1dade, e necessãro que ele *ten-ª-(.idelidade P.ª"L9..Q§,fgg\_ \_\_IJ! !!.* de .s1 mesmo e, através da auto-exploraçao, descobrir as camadaf º.m sta expr.essao, queremos md1car duas coisas: primeiro, que mais .prof unas do ser. esta maneira ele .tem oprtu?idade dij° md1viduo se1a canaz de "ouyjr::s\_a.,.!i me..fil!-l-º'-., Segundo, q confrontar a *imagem \_de se* com as caracteristtcas ongmánas do se11 · .- · · ·

·,;,j " Rogers, *011 Becoming a Pcrson,* p. 181.

50 51



.. ;

J ;'r



/ as sas !feli1"'ra'9.Es-'<i•.U.JJas\_de-acord0--com-0-qu oul .J!!!!!!!Úª - que lhe s.!IA.Ju\_di•P<»sãvei§ e como aproveitá-los para

fil-- •· - realizar suas necessidades, funções e tarefas.

Rogers, fazendo referência à sua experiência pessoal, diz 'efü o indivíduo, com sua responsabilidade pessoal, passa pelo que consiste "ouvir-se a si mesmo": "tenho a impressão de q filtro de suas experiências os recursos que o meio lhe oferece.



. com os anos, aprendi a tornar-me mais capaz de me ouvir a rrt Assim, sabe que significação tem para si o que vê, ouve e sente. mesmo, de modo que sei melhor do que antigamente o que est A autenticidade pede que o individuo decida de acordo com o

'ª sentir num dado. momento -que sou capaz de compreender q significado que as coisas têm para ele e não com o intuito

li

·r *estou* irritado, ou que sinto em relação a um individuo uffij de agradar os outros, de cumprir normas sociais, etc.

r· . impressão de rejeição ou, pelo contrário, de afeição ou entãó - Há outro aspecto a ser considerado. As experiências que o

ainda, que me sinto aborrcido e sem interesse pelo qutl se pasii indivíduo tem podem fazê-lo conhecer o que realmente ê! ele ou que estou ansioso por compreender um individuo ou que terili1 tem medo, angustia-se, alegra-se, dedica-se, ama, etc. Ao 1nvés

um sentimento de ansiedade ou de temor nas minhas relaç de rejeitar estes elementos, pode aproveitar-se deles para saber com ele". Jfil "eu sou assim". E, desta maneira, pela aceitação, conformar a

E continua: "Todas estas diferentes atitudes são sentimen *imagem de si* com a experiência.

que eu julgo poder ouvir em mim mesmo. Poder-se-ia dizer, cõij Parece estranho que a pessoa deva aceitar comportamentos e outras palavras, que tenho a impressão de me ter tornado m 1sentimentos que "logicamente" deveria rejeitar por serem vergo-

capaz de me deixar *ser* o que *sou".*•• '\* nhosos, imaturos, etc.

. o tópico antelo fizl!1os uma disti?ção did.ática entre *autl'..··:* -n · no en!anfo, diz Rogers que, paradoxa1?1.entc, "quando n e --1··

*t1c1dade* e *congruencw.* Pois bem. "Ouvir-se a s1 mesmo" pertem: 5ace1to a num mesmo como sou, estou mod1f1cando-me. . . nao .

ao plano da congruência. É a harmonia que deve existir er. 'i;l1demos mudar, não nos podemos afastar do que somos enquanto o que se passa no organismo (as experiências) e a consciênrj!.nião *aceitarmos* profundamente o que somos. Então a mudança Havendo esta harmonia, a autenticidade aparecerá como resultruf:t :{t3rece operar-se, mesmo sem termos consciência disso". 11 Volta-



º individuo . torna-se *veraz* para consigo mesmo e para com;9 eiremos ainda a esse assunto.

outros. ·



\_,,

É "ouvindo-se a si mesmo" que o indivíduo deve encontrar ·ó elementos necessários às suas deliberações. ' Curran utiliza o termo *eubulia* para indicar o procedimentód ·

*/ ,.,... .. .-..... \_* ··. "- ......\_ ..\_\_ \_\_ ------

:: utê

Ji

1111

i

l1f l

"tomar conselho consigo próprio", "deliberar", "decidir-se"... /{: Com certa freqüência costuma-se pensar que a autenticidade é

--·- J;yidenJemen%\_Q\_\_ inLY.!\_dug\_ ão P9- ignorar a oiniã9\_ de ou.!( impulso violento: "ele ofende todo mundo porque é autêntico".

p •..<;l, .-pa4fõ c9lturais existentes, Jl!.,.!!Qf.ill..l!!!..'ªª-ÍélP\_e.lddã Ou, então, supõe-se que é . um comportamento descontrolado: : j

ets-JgnQr\_ªr\_ seda ..o.. mesmº-- - lie\_nar. Mas,\_ P.l?f ..2J tr.Q.J! "sou autêntico: o que eu penso eu digo" (o autêntico tudo que co C.:lQs .AA<> .siifica trélo!l.f9I1!1 !os ª-utomatif!l - !!1 diz "pensa", mas· nem tudo que pensa diz). Ou, ainda, chega-se

1. rio..de..auto.,.ayajjaça\_Q. il à conclusão de que a autenticidade leva à ruptura social : "ninguém

- A *eubulia* não consiste em agir no vácuo, procedendo como': gosta dele porque é autêntico".

* o mundo das realidades não existisse. Mas é, ao contrário, integr. As vezes, confunde-se a autenticidade com algum sentimento em si todos os fatores considerados como aproveitáveis, a fim 'd reprimido que, se fosse libertado, destruiria o individuo. transformá-los em recursos para o próprio desenvolvimento. ,,', Um cliente nos dizia: "Como posso ser eu-mesmo? Você nem

Mas, neste caso, o núcleo da pm.Qnalidade\_perm.a.n\_ç;\_ çom9 b':: pde i1!1aginar como sou agressivo. .Vivo me controlando para

fundamental para q!l \_lnd.jyidUQ. JU'ª-U --decida\_ \_qua.is\_ m; nao bngar com . todo mudo. Imagme, .agora, se eu não me

* + ,." controlasse . . . Nmguém mais me suportaria . . ."

11 Rogers, *On Becomlng a 1'erson1* p. 17.

11 Curraa, *La Psicoterapia autagoglca,* p. 25 e 26. 11 Rogers, *On Becomlng a Person,* p. 17.

52 53

*r* Ora, e \_ytnfü;ida,cJ como de U!!J eg ilíbrio ç\_qnsis '. . o *autêntico* tem o agir *virtuoso.* Não buscará sua segurança *!'* 1 em recoh.ece e aceitar todºs\_o...L\_ !J!imentos e l!\_eçesW \_J:f. •e[ll situações fora de si, mas terá autoconfiança para viver e (.se PQ.HL né!.q.Jmimas Ufil...Q..UJgm1s · :i 'enf rentar as flutuações das circunstâncias. O seu comportamento



.°. homem . s.ente ódio, mas tambm é capaz de amar. t{ adaptativo será criadr, surgindo conf?rme. as conveniências do

re1e1ta, mas existe nele também atraçao pelo outro. Quer destro instante concreto de vida, no qual está msendo.

mas também é impelido para a construção, etc. A autentlclda<Í o indivíduo autêntico, compreendendo-se e aceitando-se, como­

.CQD. !!ltç\_ion!lr to.dQ..- ls element . de...PQl J,I.º viyenc( realmente-é, descobre e vivencia ao mesmo tempo as dimensões

É dar a cada um o lugar que lhe compete. É fazer as · ualidad ·' da sua própria individualidade e a dos outros: sabe que não

\_defeitos balançaceDLmu.t.uamril.!LlliLb.usca-da ..hannoJlii pade reduzir ele mesmo ninguém e que não pode reduzir ninguém



/ do ser e doJg!I· . *)* a si mesmo. Desta maneua, encontra a base para um bom ajusta-

Na linguagem moral, existe uma palavra para indicar esse equi rnento e relacionamento no meio em que vive. \_ Hbrio no agir. Chama-no de *virtude.* É uma qualidade quef O indivíduo autêntico não está interessado em provar aos outrIoD individuo aduire, crino nele uma disposição constante par·.,·!· que ele é bom: ele-é-o-que-realmente-é, quer agrade ou.desagrde tornar perfechvel as atividades que realiza. . :, aos outros. E seu agrado está em ele encontrar-se satisfeito consigo

A *virtude* é, portanto, uma firme garantia de que, no indivídii mesmo.

que a possui, seus procedimentos · serão controlados de mcid Entretanto, numa ocorrência quase paradoxal, o individuo mais natural e espontâneo, para alcançar o fim a que ele 'se destiná agrada ao outro, quando não está excessivamente preocupado



O oposto da virtude é o *vicio,* direito operativo, que torna d em agradá-lo.. . . ,

J

procedimentos Inadequados ·para alcançarem 0 fim ao qual pe fato, o mutêtco para atrair. a et11a dos ,?ut?s. costu pessoa se dirige. ;;'. utthzar certos d1sposibvos que lhe c am mru:caa e f chdas .

1

que a pa 1

Podemos deSvm• cu 1ar as conot • •

açoes morais

.· Mas, ao contráno, gostamos da transparencia , do md1vfduo avr • d d t á

*virtude* assume. Assim, por exemplo fala-se na *virtude* de u ·. , que se m?stra tal . como realmente \_e, sm escon er na a a r s

pJanta ·



ou

de um

•

medicamento

para

.'

mdlcar

a ef icácia de

m do que diz ou do que faz produzi .

que nao simula ,nem mesmo para

· .

os resultados esperados. .·• nos agradar . nese caso, sabemos com quem) estamos lidando



'

S d *r t'* · d' 'd · e nele temos confiança. ·

.en o *au en 1co,* o m 1v1 uo ntra no processo. de conhecer .· \_,...-AO.invés de ser "perigosa", a autenticidade é a direção que o aceitar .º que-ele-é, de fato. Assim, torna-se sensivel a todas . individuo procura, quando pode escolher ao encontrar um clima

exigências reais d seu org\_anlsmo. E, desta forma, o seu proc permissivo. Por ela 0 individuo busca 0 objetivo de equilibrar dimento se torna *virt?so,* no sentido ?e procurar, .de modo espo.n, suas necessidades e sentimentos, dando-lhe melhor funcionamento tâne, através das ahv1dad:s, que reah a, um funcionamento sah; e um relacionamento mais construtivo com os outros.

fatóno e o seu desenvolvimento natural. ··.

Neste sentido, aparece o depoimento da cliente, feito no tópico anterior, deste capítulo: "depois de começar o tratamento, a vida

i para mim se tornou mais positiva". . . "este tratamento é uma

!',; espécie de ligação entre aquilo que a gente queria fazer e não



li' .. cseguia, e então a gente começa a conseguir fazer".

11;! \ n,'V-- r -- O *inautêntico* tem o agir *vicioso.* Sente-se ameaçado pelas

:,:/ *'V* J outras pessoas e pela: crcuns!âncias. Ele "não consegue fazer"

1

:1:.! 1Jorque su.as energias sao mveshdas, não \_em função do seu próprio

lj

1f / 1 desenvolvimento natural, mas em soluçoes defensivas para pró•

blemas que julga incontroláveis.

li 54 55

I

*CAPITUW VIII*



*Visão Otimista do Ser Humano*

· ·---- ·--------·----.....

\

1. É necessário acreditar no outro )

'•.\_ \_ \_ -··--------·-····---·-----------------·-· \_/ l



/ AQUILO que alguém pensa do ser humano - as *certezas* que t"!

' a respeito dele - influem muito no seu modo de tratá-lo. '!

Se, por exemplo, eu penso que o homem é visceralmente m e que as chaves da solução dos seus problemas se encontrai em mim, estabeleço um modo de relacionamento totalmente difereril do que se eu tiver uma visão otimista dele e julgá-lo capaz dirigir.:se .si mesmo. .

a

Mas, quando se fala *acreditar no ser humano,* a express pode assumir diversos significados. '\

1 A orientação não-diretiva considera que as camadas mais pr{ fundas do ser humano são naturalmente construnvas. 1

-

..

Tratando o caso de Miss Oak, Rogers notou que pode existj no cliente uma camada periférica de amargura, ódio, agressividadj desejo de vinga\_nça, etc. Entretanto, estes sentimentos não sã1

nem os mais prof undos nem os mais fortes. · *i*



À medida que Mlss Oak . vai se aprof undando em si, não · S,1

não tem o desejo de pôr ein prática· esses sentimentos, mas, Ç

fato, rejeita-os e gostaria de se desembaraçar deles. · l

Continuando o processo de auto-exploraçã , Miss Oak sent que tinha, cada vez menos, de se. recear a si mesma. *Ao* inve de descobrir algo de terrivelmente errado, como parecia indicar á camadas periféricas, para ela se vai revelando progressivamen j um *eu* construtivo e socializado. ·:



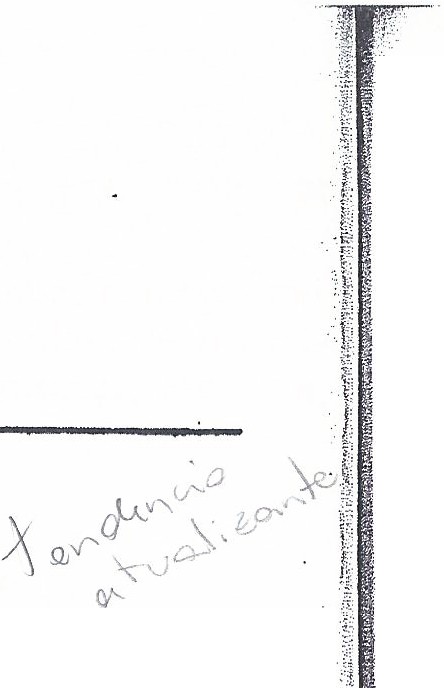
Referindo-se ao caso, diz Rogers: "sob a camada de um com· portamento superficial controlado, sob a -ªmaruura e sob o sofri

\_!!lento, reside um *eu* que é positivo e que não sente ódio". · .•

" Rogers, *vn 8ecomtng a Person,* p. 101.

Esta . afirmação de que "as camadas mais profundas do ser humano são positivas" não deve ser aceita como um princfpio que se impõe por si mesmo. Rogers a apresenta como *experiência*

obtida no campo da psicoterapia. Cada um pode também verificar se, no campo observável do seu trabalho, isso acontece ou não. A condição para se observar é que se crie para o cliente a situação, denominada pela orientação não-diretiva de "clima permissivo".



Gostaríamos de apresentar uma das experiências que tivemos sobre o assunto, na forma de uma carta que recebemos. Eis um trecho dela: ·

"Engraçado!• . • se não me falha a memória, o nosso primeiro encontro foi de lamentações, medos, irritações, descrenças, vazios, falsas defesas, aborrecimentos, pobreza, etc. E você provocou uma mudança. Não sei explicar. Mas criou dentro de mim uma situação nova, um desejo de nascer. Sinto a vida em processo. A cada dia eu a descubro nova, cheia de esperanças, com senüdo mesmo na dor. . . Eu me aproximo da verdade, verdade que se descobre na medida que se acolhe para que o espaço interior se faça maior para acolher o outro, etc".

(A cliente agradece como se fosse o terapeuta quem tivesse criado nela · a mudança operada. Evidentemente foi ela mesma quem a criou, servindo o terapeuta apenas de agente·de catalisação). A cliente desc9bre que de fato não-era o que parecia"."ser-na­ aparência. Mais dentro de si estava a sua "via nova", esperando ser encontrada para despontar. Estava sua "verdade" para a qual ela estava agora caminhando. E isso era diferente de tudo aquilo

que aparecia em camadas periféricas, substituindo lamentações, medos,. etc. por esperanças, dando-lhe sentido mesmo na dor, através da vida nova que despontava.

Maslow adota posição semelhante de crença no ser humano, quando diz que para justif icar sua maldade costumamos chamá-lo de *animal.* E considera um "erro da maior transcendência" o fato de se pensar que "o animal existente em nós é ruim e que eis nossos impulsos mais primitivos são perversos, insaciáveis, egofstas e hostis". " ·

O autor diz que a *crueldade* não pode ser tida como a caracte­ rística do animal. Este, se bem observado, só ataca quando tem fome ou para se -defender. Além disso, é preciso não esquecermos que o ser humano é animal, mas de modo muito próprio e especifico. Assim, como pertencem à nossa natureza primitiva

21 Maslow, *MotlvacúJn ;y personalldad,* p. 156.

57

impulsos destrutivos, pertericem também os impulsos su-periores \_ ,



1. No *processo psicoterápico,* a capacidade de dirigir-se a si

de verdade, amor e beleza. -

\_ \_ 111esmo manifesta-se pela possibilidade que o individuo tem

Os procedimentos anti-sociais que o homem manifesta, o egoísmo,tj\ • a inveja, a hostilidade, a destrutividade, etc., resultam de frustra-f; - ções de impulsos mais prof undos de amor, segurança, etc., que,} em si mesmos, são desejáveiS'. '



F

*(2.* **A capacidade do** r **humano**

de compreender-se a si mesmo e de resolver probleas -que lhe

chegam adequadamente à consciência, de modo suficiente para o seu funcionamento satisfatório. -

Não estamos falando de uma *compreensão de si,* que o cliente manifestará através de enunciados técnicos e metodológicos, nos moldes do que acontece em plano profisS'ional. Mas é uma *compreensão vivencial,* nãO-teórica, visando o ajustamento e a

- \'------- **de**

-k--ff **-se a si mesmo** '

integração do individuo em situações concretas da existência.

---

·---···------

i.:.

A *compreensão* e o *ajustamento* não são feitos de uma só vez.

\ Na situação concreta da psicoterapia, acreditar no ser humano

) significa aceitar a sua capacidade de dirigir-se a si mesmo. /

Entretanto, como a afirmação pode dar ensejo a equlvocos, 1 convém fazer algumas observações para determinar em que consiste[:

Mas surge como aprendizagem - que é procesS'o f luido, dinâ­ mico - e aprendizagem de vida.

**(E.** Af irmando-se que o homem é capaz de dirigir-se a si mesmo,

;não se afirma com isso que ele seja auto-suf iciente, bastando-se

essa capacidade: · . !: (9\_i mesmo sem precisar dos outros.

De fato, uma coisa é a *capacidade* que ele realmente possui e,

* 1. *b* capacidade é *universal,* existe em todos os seres humanos. *X*

Não se trata de alguma forma de aperfeiçoamento ou especialização que só alguns conseguiram por esforço próprio. Não é fruto do treino, da aprendizagem ou da educação. Mas é um modo de ;

! -º-amento, comUDLa\_o ser humanoJLQl,liLC\_ada um\_traz \_c\_Qofilgo na forma de p j 11Jegrankif i:uu- qyjp mnhulªtµraJ.



**8.** A capacidade de dirigir-se a si mesmo é um - dos aspectos

outra, é o *exercício* da capacidade. Para que se efetive a capacidade de *compreender* e *re\_solver problemas,* o homem necessita, como condição imprescindível, de um clima permissivo, onde possa fazer simbolizações corretas - e tenha liberdade experiencial para as elaborações interiores convenientes. Assim; o *exercício* pede um relacionamento humano, destituído de ameaça'\ (como se procura fazer na psicoterapia não-diretiva).

da *tendência ao desenvolvimento,* existente em todo ser humano, **F.** A *força curativa* mais poderosa e na qual o terapeuta não-

ª que Rogers chama de "growth" e explica do seguinte modo: diretivo mais confia não é o emprego da técnica ou a habilidade

"todo organismo está animadó por uma tendência inerente para i de utilizar seus conhecimentos cientif icos. Essa força não está desenvolver todas as suas potencialidades ,e desenvolvê-las de modo ' fora do cliente, mas dentro dele: é a sua *tendência ao desenvolvi­* que poS'Sa favorecer a sua conservação e · o seu . enriquecimento". 11 • *JJl!llJfn.* E o melhor auxílio que se lhe po-de dar, dentro ou fora

íl da terapia, é ajudá-lo a libertar essa força, quando se encontra

**C.** O enunciado de Rogers, que acabamos de apresentar, constitui o postulado básico da teoria rogeriana. Nele se fundamentam *duas hipóteses:* a primeira, que, através de tudo que faz, o homem eS'fá procurando, impulsionado pela *tendência ao desenvolvimento,* a sua própria realização, isto é, os fins próprios do seu organismo. ·

A segunda, que, para alcançar os seus objetivos, o organismo está se regulando a si mesmo através da *imagem de si,* modifi- \_ cando-a, quando se faz necessário.

" Rogers et Klnget, *Psycholhiraple et Relatlons...* p. 172.

impedida, para efetivar a capacidade do individuo realizar-se.

Na situação psicoterápica o *melhor recurso* que posS'Ui o tera­ peuta não-diretivo é também essa capacidade dó cliente *compre­ ender-se* a si mesmo e de *resolver* seus problemas. Neste caso, a função do terapeuta é criar as condições favoráveis para que ela se efetive.

---

**/-- O.** Entretanto, essa capacidade do cliente de dirigir-se a si mesmo não é uma espécie de culto e nem uma conclusão dogmática,

, que deve ser aceita sem verif icação.

------

**58 59**

[ li



•\

!{!

....C. ' !;

cl

IJ:

; rn

*::J* jll

o I·Ir=!

:1:

fJ ,,

*7* di

!!

"ii

e ii

li

*d*

ç./\_.,.-rfé acordo com o. procedimento científico, o terapeuta dê'.: Ltransffil'má-la numa hlpóte u-dfic-ªil· Neste caso, a hipótes:: pode assumir, segundo Rogers, o seguinte enunciado: "0 individuqf.

* tem capacidade suficiente para manejar, de forma construtiva, todot os aspectos de sua vida que potencialmente podem ser representado ( na consciência". .. ;

A "forma construtiva" é uma compreensão mais adequada de.,

Na situação concreta da terapia, o terapeuta deve *ajudar* ao cliente Mas, por outro lado, deve reconhecer que o cliente é, ele *mesmo,* o *melhor perito* que existe para saber e decidir sobre o que rnais lhe convém no plano de sua existência. Assim, ajudar não significa nem eliminar nem diminuir essa qualidade que o cliente possui, mas criar condições .favoráveis para que ele a possa efetivar.

Poderíamos dizer, ,de outro modo, que o cliente possui a capa­

'

*d*

(J *I*

í:

.I!

si e a resolução satisfatória dos seus problemas para um melhor· funcionamento. . ,

cidade de autodeterminação. Quando vem procurar a psicoterapia não é para que essa qualidade lhe seja negada ou reprimida. Mas,

( < 1t

\) :1:

\_E!r,! verificar a hipótese, o terapeuta deve criar as condiçõ::

para encontrar um agente catalisador que a liberte, ajudando-o a

*() '!*

f ,.•

favoráveis, enunciadas pela Teoria, a fim de que o cliente possa \

tirar os bloqueios que estão impe,dindo o seu exercicio: o cliente

" "

*'>)*



\)/

l

*r*

representar os aspectos de sua vida na consciência. Ou seja,:

dar para ele um clima de liberdade experiencial. . .\ Deste modo, através de sua própria observação, o terapeuta pode verificar. E, assim, rejeitará ou não a hipótese de que o

cliente é capaz de dirigir-se a si mesmo.

(( - :;;;1;·;;

*-------------- / "---*

Na orientação não-diretiva, o respeito à pessoa humana se baseia .

no direito que esta possui de governar-se a si mesma, · utilizando

aprende a autodeterminar-se, autodeterminando-se. Não é lhe tirando a capacidade de decidir-se que ele vai aprender a decidir-se.

A orientação não-diretiva considera como 'f alta de respeito ao outro julgar, avaliar e qualquer procedimento cujo objetivo seja determinar o que o cliente deve fazer (ou não fazer) para dirigir sua própria vida.

Para um encontro entre psicólogos e alunos de Psicologia, que estávamos orientando em São Paulo, tivemos oportunidade de entrevistar uma cliente, fora da sessão psicoterápica, a fim de obter impressões sobre o tratamento a que estava sendo submetida.

. J sua capacidade de autodeterminação para alcançá-lo.

Com muita freqüência fala-se em *respeito à pessoa humana* como categoria que, através de especulação intelectual, procura-se enunciar, definir, explicar, etc.

Entretanto, os conceitos e idéias favoráveis que possuímos não garantem que, possuindo-os, vamos respeitar de fato o outro.

1 /1 Alguém pode afirmar e defender idéiàs muito bonitas sobre o

1 · 1 *respeito à pessoa humana* e, no entanto.• ao lidar com ela, negar,

\_\ através de procedimentos desre'speitosos, o que af irmou e defendeu · com tanto empenho.

, · Por isso, o *respeito à pessoa humana* que se pede ao terapeu a



5não-diretivo não é o que ele defende apenas com palavras. Mas é o que ele demonstra, no momento que trata com o cliente. Falando de outra maneira, para saber se o terapeuta respeita ou não o cliente, não basta ouvir o que ele pensa e diz sobre o assunto. É necessário também observar como ele procede na

situação psicoterápica. Existindo o respeito, manifestar-se-á con- · eretamente no modo como ele age com o cliente.

A entrevista teve bastante aceitação entre os participantes do

encontro. Tanto que levaram a fita gravada para ser repetida em diversas àulas de matérias referentes do curso ·'(onde, naturalmente, já não estávamos presentes).

No encontro, a entrevista foi refletida e analisada, o que infeliz­ mente o espaço não nos permite fazer aqui, agora. Vamos apenas dar um pequeno trecho da entrevista.

A moça, escolhida ao acaso entre as clientes, aceitou a entrevista de boa vontade. Durante três anos, ela esteve submetida a uma terapia, de orientação diferente da que seguimos, e encontrava-se há\_

. seis meses freqüentando sessões nossas, da Psicoterapia Centrada no Cliente. Falando a respeito do seu tratamento anterior, diz:

E1 (entrevistada) - • • *.os elemetdos que ele me dava* (refere-se ao

antigo terapeuta) *eFa ama espécie de tábua de salvarão, na qual eu devia*

*me agarrar para nãn me afundar, entendi??.* .. *Ea precisava me agarrar em alguma coisa para justificar tudo o que eu sentia.* .. *Então, eu não tinha outra salda, era só aquela.*

e (entrevistador) -*No tratamento que eu faro falta-lhe, então, aquele*

1

u Rogers, *Cllent-centered therapy,* p. 24.

60

*elemento para voe se segurar, não é?*

61

. '

·•



E2 - *Olhal .*.. *vamos dizer que com este tratamento eu acho .* . . *que ..;\ que eu não preciso tanto ·de me segurar em alguma coisa, entende? E como ! se eu estivesse achando um jeito de andar sem me segurar em alguma coisa/ ,*

*sn*

e2 - *Seria como se você estivesse achando um jeito de andar por mesma?* "'

No entanto, há uma op1mao corrente de que o cliente não é capaz, não pode, não sabe. O terapeuta tem que fazer por ele. Evidentemente esta posição é incompatfvel com a não-diretividade. *Acreditar no cliente,* no sentido que lhe dá a orientação não­ diretiva, não é apenas uma posição tática. É uma crença, uma

E8 - *É. É como se eu estivesse aprendendo a andar.*



.,

' ·=

convicção, uma certeza que emerge de atitudes anteriores pro­ fundas. Entretanto, essas atitudes não se elaboram meramente

Depois, foi-lhe feita esta pergunta direta (lembramos mais umàj

vez que é uma entrevista que se realiza fora da sessão psicol}, terápica): · · '1

na base de uma especulação intelectual. Mas é um conhecimento vivencial que se obtém, como aprendizagem, na verificação das experiências psicoterápicas.

1 - *Meu modo de proceder* (do terapeuta), *como é? Se você tivesse,,'*

e4

'I

*de explicar a alguém que não conhece o método rogeriano, como é que '! você explicaria, para essa pessoa, o meu pr'1cedlmento?* . E4 - *Eu acho que o seu método faz a gente encontrar a resposta!*



j

*que estava na gente, mas que a gente não sabia encontrar* - *e é justa ·*

*mente aquela resposta que a gente queria achar.*

A cliente faz comentários sobre resultados obtidos no tratament(}\ e que a deixara muito satisfeita. Então, é feita a seguinte pergunta:

e6 -*E qual é o elemento fundamental, nas sessões, que está produzindo seu crescimento, sua evolução?*

·E5 - *Fundamental? Eu acho que é, assim, a liberdade, Parece ·que eu . sou respeitada em tudo que eu penso e todas as decisões que eu vou ter*

*ou que eu tomo são somente minhas.* '·



É interessante notar que a moça era uma cliente, digamosí comum. Atendo outros que são psicólogos ou alunos de Psicologia. A moça não pertence a essa categoria. Na,da tinha lido a' respeito : da orientação não-diretiva . Suas conclusões foram obtidas nas experiências concretas das sess,ões psicoerápicas.

A cliente coloca, como ponto fundamental, a liberdade que encontra, o respeito pelos seus pensamentos e decisões. Ela sente que é capaz de autodeterminar-se: as decisões que toma não · são do terapeuta. São somente dela mesma. ··

Ela se encontra como uma pessoa que "aprende a andar". Mas quer caminhar por si mesma. Sabe que as respostas que desejava . achar se encontram. dentro dela.



Não é necessário que venham de fora, do terapeuta. A função deste não é elaborar soluções. Mas ajudá-la a uma descoberta · que ela fará por si.

62 63

. l ;

j .• '



*CAPITULO IX*

qualquer outra forma mais especifica de relacionalJlento, que se manifesta como tendência primitiva que atrai o homem para o seu semelhante.

Sentindo ess\_a\_atraçãCLfundam mtaJ,\_Q\_que\_(uer...hum..fil!.O. . procurª no outro, pelo amo.r,\_LA-união-e--partilha.-

QuandJLeU - e!.111º gualquer\_Qytrg - tenl:!Q ª!!!O.l.\_ P\_O..L.Y!!I-ª­

P · *l!*



*\_ctmheço,* cl<?.'.".11! *gçºl{J,Jmt?.ntD \_ \_ e.m..mim* pelo\_ \_re\_cQ:­

O *Clima Afetivo da Terapia não-diretiva*

t . O amor é união e partilha

imPJQ\_J\_e.Uo-e,-acoLQmlo.-:a,\_ \_tenho...com .\_ela\_\_o\_ me,m\_g\_ se\_n.\_i[•

rom\_!ldQ\_\_ uninha\_s\_olidão..e:Jl\_ JJJª.

Expliquemos o que essas afirmações indicam :

*Reconhecer* é "conhecer de novo". Mas pode ter outros signifi­ cados. Assim, quando se diz : "reconheci você pela voz" serve para *diferenciar* um indivíduo por características que lhe são pró-

EMBORA fazendo referência a outros autores, desejamos apresentar;, prias. Ou, quando se fala: "reconheço que essa assinatura é dele neste capitulo algumas *reflexões pessoais* sobre o amor e 0 clim\ mesmo", serve para *confirmar* o que se julga verdadeiro, legítimo.

i: afetivo da terapia não-diretiva. *.}'* Ou, ainda, quando se declara: "antes de construir é preciso reco- (-o- Todo ser humano se encontra num processo natural de desen.· nhecer o terreno", serve para indicar um procedimento de investiga­

(/ olvimento: estã sempre se. contruindo. Este process parte e,• ção, de exploração.

') dentro'', efetiva-s pl sat1sf açao adequda de necessidades ba-\_, Assim, *reconhecer* pode significar também *diferenciar, confirmar*



cas e engloba o- md1v1duo em sua totalidade. \_ ·•• e *investigar.*



Entre as neces!lidª.d .$ ãsicas, existe a *de-;8e\_amado;#* E uma , Ao af irmarmos que *reconhecemos* a pessoa a quem amamos, exigência humana mmto importante, que o md1viduo nao pode queremos dizer, em prlmiro lugar, que nós a diferenciamos de

) -egar sem .pre1udicar-se e. cuja satisfação apropriada concorre···· todas as outras, pelas características que, nela, percebemos, tor- L\_i!ara a reahzaçao organism1ca. *(e* nando-a *única* para nós, distinta de tdas as outtas: nós a "encon- .

A nossa necessidade de *sermos amados* pede, para ser satisfeita1i tramos". Era aquela que nós "dese1ávamos" e "procurávamos". que o *outro nos ame* -sobretudo o outro significatio, a pessoa-] Todas que amamos são *única* no amor que lhe temos.

critério, de quem procuramos o amor, de modo especial. : E nós a *acolhemos* dentro de nós, com as suas características

Assim, somos atraidos para o outro, no início, por uma tendência,; próprias, com a sua individualidade. Ela representa, em grau maior primitiva e füforme. Posteriormente, as experiências, os padrões!! ou menor, a "resposta" que pretendíamos para a nossa necessidade

sociais e a educação poderão canalizar ª·necessidade para a busca; de amar e eni cuja busca nós nos sentiamos atrafdos para os de formas preferenciais de amar e ser amados. *!* seres humanos. Ela se torna presente em nós, - como satisfação

O termo *amor* é muito equívoco. Para evitar a ambigüidade; para essa necessidade. ·

a ·orientação não-diretiva prefere utilizar *consideração positiva* - ô' *amor,* no sentido em que estamos falando, cresce e realiza-se

indicando calor humano, acolhimento, simpatia, respeito, aceitação;\ particularmente no momento da partilha: a pessoa - amada, tor­

etc. que surgem como expressões para satisf zer a nossa neces.;{'

nando-se solidária - e não mais imlitária - manifesta-me que

sidade de sermos amados. ·· precisa de mim, como eu preciso dela'. Ela rompe a solidão Atualmente é muito comum vincular-se o *amor* om a idéia de· interior em que se encontra e expressa-m os seus anseios, medos,



sexualidade. Digamos logo que não é a este sentido que estamos\_. , esperanças, sucessos, etc. como ela mesrifa'---ºs percebe.

nos referindo. · , , • . Aqui, efetiva-se, ·em mim, o *reconhecimento* nos três sentidos que Estamos falando em *amor* para -indicar, como já foi dito, um. foram falados acima. Quanto mais a pessoa amada se revela, mais·

sentimento profundo danafureza humana, anterior ao sexo ou a\ eu a *reconheço* (descobrir; investigar). Quanto mais eu a descubro,

64 65



·mais a *reconheço* (diferenciar). Quanto mais se mostra diferente Mas pelo contrário. O cliente sente que é ao mesmo tempo e eu percebo como ela percebe, mais eu tenho 0 mesmo sentr amado e. que o amor não lhe quer tirar o seu modo exclusiva­ com ela, *reconhecendo* (confirmar) o que ela percebe e sene: mente pessoal de ser. Ele é amado com suas idéias, experiências, Desta maneira, confirmada no que ela percebe e sente, ela na: necessidades e sentimentos próprios. É amado como pessoa distinta se encon1ra mais sozinha: somos . ela e eu. . · *f* do terapeuta que, para amá-lo, não deseja reduzi-lo a si mesmo,



*Partilhar* não significa concordar, as .ai;:eitar com r, pelto\_.Je obrigando-o a pensar e sentir como ele mesmo pensa e sente. resp\_onsabJ\_l!Éade o gue e oferecidp, parhc1pando com mteress É amado, portanto; com um amor · incondicional. O que o



désinteressado" da intenondade do outro, tal como ele ª pece terapeuta sabe sobre o pensar, sentir e agir do cliente não é

e sente. Isso cria uma emoção simpática, que torna 0 relact0na2 transformado em elemento seletivo para o terapeuta decidir se pode · mento possível, ajudando o seu desenvolvimento na forma d ou não amá-lo ou se pode amá-lo em grau maior ou menor.

união efetiva, cada vez mais profunda . \ O cliente faz a experiência de *ser amado realmente como é,*

,.--Ã--únião se faz pela comunhão entre eu e. tu, a pes.soa amad\ *como* se encontra no momento de ser amado. Não se sente, por-

'*eu,* que te ·reconheço, *sou tu,* que és acolhida em mim. *Tu,* q,e, tanto, "forçado" a realizar mudanças artificiais ou a "fingir" modos estás presente em mim, *és eu,* que sinto como tu. }; de ser e comportar-se para conquistar ou manter o amor do -

Esta idéia de *amor,* que acabamos d: decreer,. serve pa\_ terape\_µ.t.

caracterizar o *clima afetivo* da psicoterapia nao-direha. Quan /Tfata-se,. portanto, de um amor desinteressado. Se eu amasse se fala neste, portanto, não se deve imaginar qe consiste apen .!!!D!--P-esQª\_ç\_Qfil.Jl integ\_ção çlt:,\_gue o meu ªIJ.1..QLp.1.Q.. ;lyzissudaQ­ em manifestações exteriores de cordialid.ade, dehcadeza ou mabtj .!!!,- então isso 1mde.rüLs.o.11.t *com* o tolll; \_g\_g\_,- mª-- É- l!tag tidade. Não é .também um mero . senft!"ntalismo, uma simpl a; com o preço do meu amor eu estana tentando comprar exarcebação emocional que, se .existe, .e 1ustamente 0 oposto . uma mudança que ela, a pessoa amada, não estaria ainda em uma atitude verdadeiramente ps1coteráp1ca. Esta se explica fund . condição de realizar.

mentalmente como união que se faz pela partilha. <. • Quando se sente preparada, a pessoa .muda. Mas, neste caso,

U as mudançaS' poderão surgir - e certamente surgirão - como

,,.------- - · ·· - --·-- ' · conseqüência da eficácia do relacionamento desinteressado e não



. Eficá !. d ,· como imposição do amor. Assim, talvez fosse melhor que eu nem i e :::::: , as previsse e nem mesmo as desejasse intencionalmente, deixando Diz Fromm: "No ato de amar sou uno com tudo e, no ntnt que aparecessem como surpresa, tanto para mim como para o

iJ

eu sou eu mesmo, um ser humano singular, indepen,dente, !tmttad cliente.

'I e mortal. Na realidade, o amor nasce e renasce da própna pofa; -O· amor desin teressado, portanto, não se baseia em mudanças ridade entre separação e união"· 'º . 'f!; que podem vir ou em outro motivo compensador qualquer, mas

1

O terapeuta sentir, no amor que te ao chente, a sua própri , "ama porque ama": é gratuito. A pessoa é amada apenas por individualidade, reconhecendo:..se como outra pessoa, separada d isso e por tudo isso: responde a necessidade que tenho de amar. cliente, é condição para respeitar a individualidade do outro, garélJ!;, E encontra-se inserido no principio da realidade presente: a pessoa tindo a independência que lhe convélll;: o outro d:ve. ser amad a quem amo, aqui e agora, é "assim". Pensa, sente e age desse com 0 seu aspecto fundamental de ser irredutfvel à md1vidualldad: modo, que lhe é próprio. Mas, quando se expressa, oferece-me do terapeuta. \_ *.ii* o dom singular de sua interioridade, tal como ela a percebe.

Assim o cliente faz a experiência de ser amado, nao de form E, no entanto, o amor desinteressado provoca transformações no

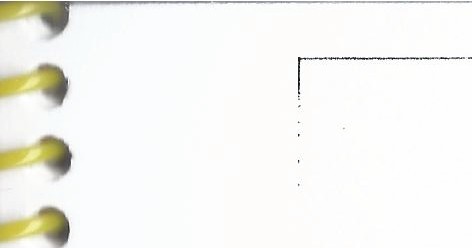
possessia, não com um amor que escraviza, que prende, que tolh cliente. Sentindo-se aceito como é na realidade pelo terapeuta, ele a liberdade, numa palavra, não com um amor que ama tratando aprende a aceitar, no amor, a realidade que ele é de fato. amado como objeto que se controla e manipula. · Essa auto-aceitação é libertadora. *A* condição para alguém se

*.'.!* transformar é aceitar-se a si mesmo na orientação presente em

•• Fromm, *Pslcandllse da Sociedade ContemportJnea,* p. 44• 45· :\ que se encontra. Geralmente, o cliente pensa de modo diverso.

66 67 >

Acredita que, aceitando-se como se encontra no momento aal; entrará em acomodação, em conformismo e que seus defeitos aumentarão. Supõe, desta maneira, que, para tra.nsfo?1ar-s, ele precisa de rejeitar a si mesmo, de condenar em s1 os erros' que são percebidos. . *f*



Entretanto, enquanto não se aceita como realmente é, o mdlv}duo

*,*

sente-se ameaçado por si mesmo e vive defendendo-se de s1. E1

para se defender, distorce ou nega experiências, formando um

conceito inadequado de si.

Aceitando-se como realmente é, o indivíduo não precisa ma

defender-se das coisas . que em si mesmo condena. Entra em Paz

*!*

sensação de partilha, de comunhão, que permite a plena manlfesta­ çã.o da atividade interior"...

Quando o cliente vem para a psicoterapia, o terapeuta sabe que ele vem para a *partilha.* Sabe que ele tem uma necessidade fUndamental de ser amado e que "no amor reside a saúde". Amando-o, o terapeuta lhe dá "a única resposta para a natureza humana", vivendo, neste instante, de modo profundo, o espirita de fraternidade.



Não se trata de uma fraternidade, como se fosse um apelo vago e genérico à união dos homens, universal e abstrata, mas que de fato não os ama na realidade.

Trata-se, porém, de uma vivência fraterna qqe se experimenta

consigo mesmo. E, sem defesas, pode cuidar do seu desevolvi; mento. Pode reconhecer e avaliar corretamente suas expenênclas

aqui e agora na união com o cliente, como pessoa *única,* mas que

é mbêm "representante" da humanidade. Unlndo-se a ela, o

organismlcas, u.tillzando-as, cmo julg r melhor, para efetivar

mu····J

terapeuta se une a todos os homens.

danças no sentido do seu ma10r crescimento. ; " Podemos dizer, então, que sendo realmente o-que-é, a *tendência ao desenvolvimento* não "permitirá" que o individuo permaneç numa posição estática, mas, pelo contrário, ele criou a condição



necessária para crescer no seu próprio dinamismo. . Assim embora o amor desinteressado não imponha mudanças,

O terapeuta deve ter para com o cliente procedimentos de calor

humano, acolhimento, simpatia, respeito, aceitação, etc. Mas o terapeuta não tem necessidade de manifestar o seu . amor atravês de formas explicitas. Quando estas são usadas podem até produzir efeito contrário. Ao invés de facilitar, podem criar obstáculo para o processo psicoterápico.

cria uma' distensão necessária para que as mudanças venham

"de

Se, durante a *partilha,* o terapeuta se coloca numa atitude autên­

11

dentro". E, deste modo, reconhece e assume o fato de que cada

tica de disponibilidade afetiva e mental e se procura

sintonizar"





i 1



### l...-

pessoa é responsável pelo seu destino, pela sua vida e pelo seu próprio crescimento. >

Kinget refere-se a um comentário feito por Rogers nm de

a

seus filmes: "0 que o individuo parece sentir na terapia é experiência de ser amado. Amado, não de modo posesivo, mas de uma maneira que lhe permite ser uma pessoa distinta, · suas idéias e sentimentos e um modo !ie ser· que lhe é exclusiva· mente pessoal". ' · ·.

Diz Kinget que essa experiêcia reforça o se?tiento de seg· rança no cliente e parece agir como fator vitalizante, que 01 terapeutas ainda não elucidaram de modo teórico, mas constatara.m de maneira clínica e que jâ começa a aparecer em resultados d1

pesquisa. 11

Erich Fromm diz que no *amor* está a única resposta para 1

natureza humana e que nele reside a saúde. E diz. que o *amo.* consiste "na união com alguém ou algo fora da criatura, sob con,dição de manter a separação e a integridade própria. É um

11 Rogers et Klnget, *Psychothfraple et Relallrms,* p. 101.

68

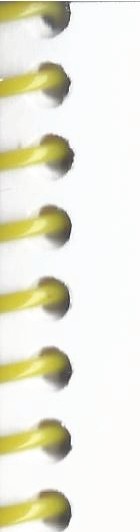
com o cliente, *reconhecendo* de fato o que ele .expressa, então seu amor será manifestado e compreendido atravêS de fatos e proce­

dimentos e não atravês de palavras e declarações.

u P'romm, *P1lcandil11 da Sociedade Contempordnea,* p. **44, 45.**

**69**

*CAPITU LO X*



*A Congruência na ·Comunicação do Terapeuta*

---------------·· -.-----··-----.. --·,



*(* 1. o\_ -- -- -- «comunica -- E- te»?)

-....\_---·· - . ··· ··-- ..--..---·-···- -"· . · ..

seja incapaz de reconhecer conscientemente o estimulo ante o qual está reagindo". " É, digamos, subliminar.

No exemplo dado, podemos considerar três níveis diferentes no piloto: o da *experiência organísmica* (o medo que sentiu e o desejo de fugir do perigo), o da *representação na consciência* (o distúrbio do aparelho digestivo) e a *comunicação* feita · ("não posso viajar porque estou adoentado"). .

No caso apresentado, há *congruência* (porque existe acordo)

; entre a comunicação e a ãõna consciência. Mas não

\_ .. existe congruência entre experiência e representação na consciência. Fala-se em *comportamento ara* indicar a harmonia,

a integração entre os três níveis: experiência-consciência-comunica­

..e;:

No CAPITULO vn deste trabalho, fizemos tima distinção, com fina.-\ lidades didáticas, entre *autenticidade* e *congruência.* Naquele capr;' tulo, focalizamos a *autenticidade.* Agora,\_ iremos tratar da *con ·: gruência.*

Imaginemos o exemplo simples dado por Rogers:

Havia um piloto, que era conhecido como pessoa valente e sem . medo. Numa ocasião, mandaram-lhe fazer uma viagem que im• ·.. plicava grandes riscos. O seu organismo sente a experiência

ção. Isso unifica a pessoa: o que ela experimenta, representa. O

que representa, comunica. A pessoa torna-se "transparente": pelo ·. que ela comunica pode-se "ver" sua consciência e pode-se "ver" ; sua experiência. \

O *comportamento congruente* deve ser "ex integra causa",

isto é, sem falha de acordo entre níveis. Caso contrário, torna-se *)*

*incongruente.* ·

A falha de acordo, gerando incongruência, pode se encontrar \ entre a *experiência e.\_ \_g, cQJJ\_sciência.* Foi o que aconteceu com o

do medo e a necessidade de livrar-se do perigo. Entretanto, ess{ piloto: sente medo (experiência) e simboliza distúrbio do aparelho



experiência não pode ser representada corretamente na consciência porque se opõe ao conceito que o piloto faz de si, de um homem . valente e sem medo.



Então, a experiência impedida de representação se "transforma'' e assume uma feição psicossomática. Chega à consciência numa' simbolização incorreta, distorcida, como "distúrbio do aparelho'" digestivo''. O piloto diz o que. representou : "não posso fazer a viagem porque estou adoentado". E, assim, foge do perigo que

temia, mantendo a imagem de ser um individuo valente e sem medo. 11 ·

Podemos supor, no caso que acabamos de apresentar, que o sentimento ameaçador do medo foi reconhecido e impedido de entrar na consciência, sem que em nenhum instante o piloto tivesse consciência do referido sentimento. A essa situação Rogers chama de *subcepção* e diz qtie parece indicar o seguinte: "0 individuo parece ser capaz de discriminar os estímulos ameaçadores dos . não-ameaçadores e de reagir de acordo com eles, mesmo que ·

11 Rogers, *Cl/ent-centered therapy,* p. 508.

70

digestivo (consciência). '

Mas pode se encontrar também na falha de Jcordo entre *cons-* \ *cjfi!Jci-t;JJJJJ. Lnicczç\_ão,* Imaginemos, para exemplificar, que o piloto tivesse consciência do medo e dissesse que estava adoentado. Agora, haveria discordância entre consciência e comunicação: afirmava-se coisa diferente do que se tinha consciência.

Em um trabalho nosso, imaginamos o *comportamento congruente*

como processo continuo que devesse passar pelas seguintes fases:

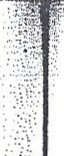
1. o indivíduo *sentir* o que está acontecendo no seu organismo, isto ê, experimentá-lo como algo real que existe e que se está passando em si;
2. *'perceber tal como está sentindo,* isto é, representar adequadamente

na consciência a experiência que está tendo;

1. *aceitar* o que está percebendo - e tal como está percebendo - isto é, "assurnJr" como sua a experiência que está sendo representada, como algo que lhe pertence, como parte "natural" de si;
2. *manifestar a experiência tal como* é *aceita;* isto ê, expressar-se tal como pensa e sente.

" *id.,* p. 560.

71



No mesmo trabalho, tentamos especificar os diversos tipos d-; incongruência, correspondentes a cada uma das fases acima apre2i sentadas: \ >



A1 - com rela9ão ao item A: a incongruência consiste na recusa da consciência em aceitar a experiência organlsmica. Neste caso, nega-se

a:

**existência da prória experiência (mecanismo de negação);** .·· :;·

·.. .·i:

81 - com relação ao item B: a incongruência consiste na recusa ' da consciência em aceitar a experiência tal como se passa: Neste caso/

a experi@ncia é representada na consciência, mas de modo distorcido (sim;;



bollzação incorreta); ;

C1 - com relação ao item C: a incongruência consiste em rejeitar :\_ a representação que foi feita na consciência. Neste caso, a representação é feita adequadamente na consciência, mas o individuo a vê coitto aJgij; de mau ou feio e por isso tem temor ou vergonha da representação, procurando afastá-la ou reprimi-la;

01 - com relação ao item D (conseqüência do item C1 : a inconl gruência consiste na recusa de comunicar a representação consciente coni receio de se fazer "má -figura" ou para não desagradar os outros. Neste'

)

caso, a defesa assume a fonna de "máscaras", "fachadas" e outras falsi­ dades e duplicidades. 11

Ainda no mesmo trabalho, para melhor compreensão das falhas de acordo no processo contínuo da incongruência, elaboramos a, - *figura* que vai na página seguinte. " ·

iii iii

m

o I!! :g

E .s

w

1z-

w ãi

Q

w

:?

..!!,l 'ii m

e u u

*8*

2. A congruência do terapeuta



o2' e e

UI

as e

1 .! .. li

as as

"O

Durante a terapia, toda a eficácia de processo, enquanto se refere ao terapeuta, depende de sua *congruência.* .',

a...:.

iffi

;:; lã

.2 GI

u § *:i*

.. -8

t

o **::li!**

c m >< a..

No relacionamento social, comum, geralmente se usa um Jogo '

Ili

Q 'l: t

., e B!

de enganos mútuos. Neste ·caso, parece que o mais importante

cm

Q oa:

Ili u **2**

**Q** .. .. 2 :d .s :I:lsi:.!.!

CD m E ..

lll .. Q,

*:;* I!!

é "sair-se bem", respondendo às expectativas que os outros colocam

iii **i** m **lE** lll Ili CD \_ e

l! z i5 2: g. IC

em nós. Assim, parece também "trclto" usar-se uma série de

§ e 8

e

u

m

ff ,iGI

!d !

falsidades e enganos.

zi::

*o*= **ta**

Na terapif!,\_ao invés, desejamos criar '!!!!- çfü HL!o. r.vel de

5 o ·u-

Iali

1 1 1

...

o indivíduo possa reconnecerãs'-súas-próprias incongruências,

::e **(QeI** ea

* N M

avaliando-as adequadamente e entrando no processo de auten­

ticidade.

11 Rudlo, *Ensaio Experimental,* p. 16 e 19.

iB .**::**.**1**.

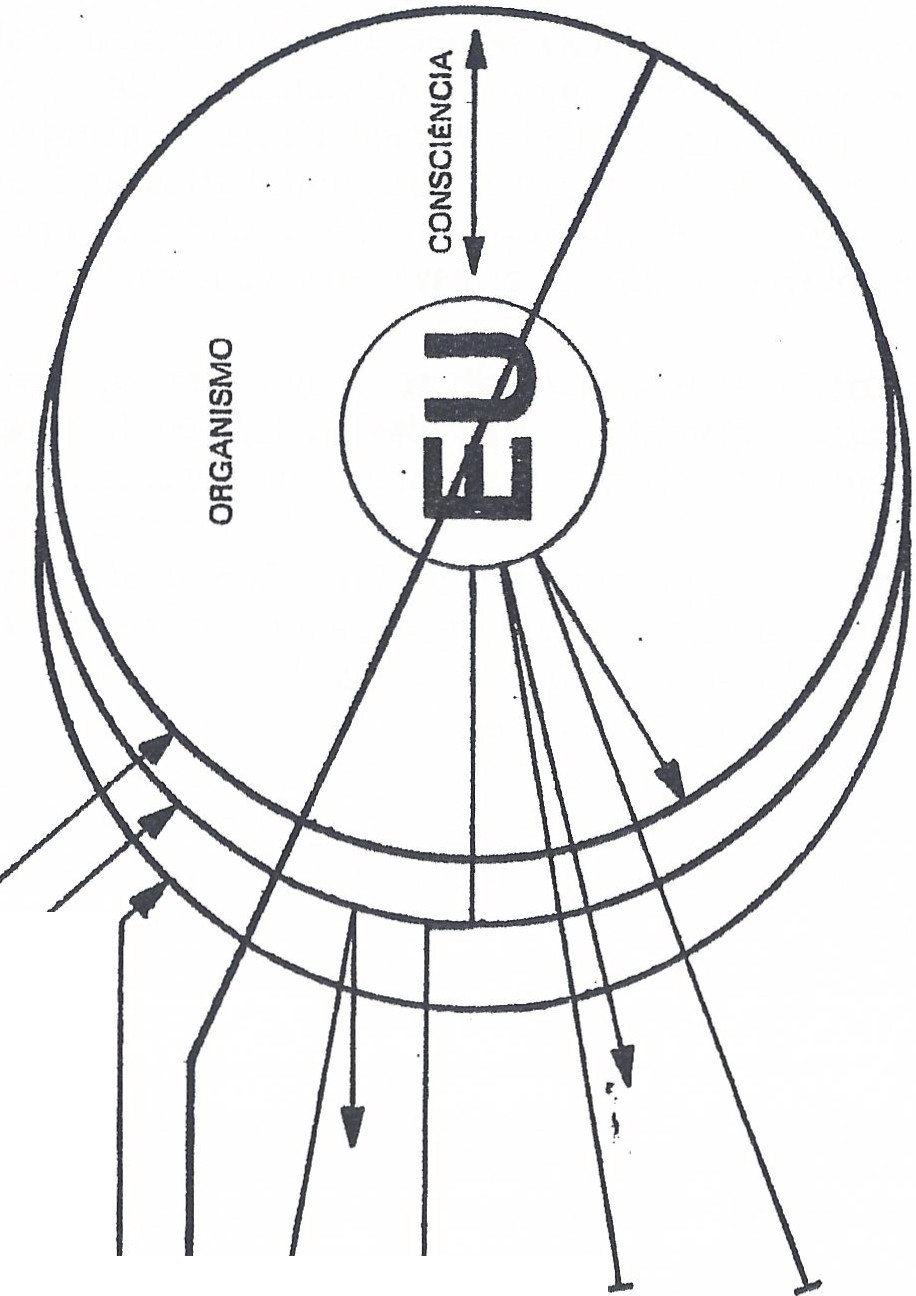
**e** *o*

**QD** = -

=***B*** C::eI

-

.. *id.,* p. 18, o



u

72

A base para que isso aconteça é a própria congruência do.. terapeuta, segundo o enfoque não-diretivo. Quando o cliente. : percebe que o terapeuta não age enganosamente, que o seu procedimento não é feito de ambigüidade nem equívocos, então:• "sabe com quem está tratando". Adquire confiança. E tem condi.:.y ções de entrar num processo de comunicação aberto, franco e leal,,\ sabendo que em nada lucra, querendo enganar.



Para usar um modo simples de expressão, é como se ó cliente aprendesse na própria maneira do terapeuta se comportar, que as. · "regras do jogo" são outras, diferentes das que comumente .; existem no relacionamento social. ·



*/ Á-congruência* não é algo que se possa fingir, quando de fato ela ·não existe. Não *é* apenas um papel ·profissional que se •

J

\_. desempenha. Ser congruente é ser-o-que-se-é, condição que, na

\ terapia, vitaliza todas as atitudes do terapeuta e sem a qual os

*)* seus procedimentos - quaisquer que sejam -,. perdem valor e ntido.

. Ms, aqui, coloca-se um problema. Como já foi .dito, a congruên­

cia consiste na harmonia da .experiência com a consciência e na harmonia desta com a comunicação.

Ora, o individuo não sabe se a simbolização que está fazendo corresponde realmente à experiência que tem. Quando fazemos uma representação distorcida de uma experiência, não temos conheci- . mento que é distorção. "Pensamos" que estamos simbolizando corretamente e que a representação corresponde à experiência, de ' modo adequado. Mas, por ser distorção, o que "pensamos" não acontece.



Assim, de um lado, exige-se a congrência do terapeuta. De outro, afirma-se o fato dele nãó poder avaliá-la pessoalmente, de : não poder ser juiz do seu grau de congruência. Parece que, desta forma, coloca-se como fator central da terapia não-diretiva um elemento impossível de ser controlado pelo próprio terapeuta.

Talvez alguém sugerisse que, neste caso, a solução poderia ser o cuidado do terapeuta submeter-se ao processo psicoterápico, antes de iniciar o seu trabalho profissional.

A recomendação é realmente de grande validade. Embora na orientação não-diretiva não seja obrigatória, é, no entanto, muito importante, ajudando o terapeuta a reorganizar sua personalidade e passar por um tipo de aprendiz?gem do processo que só é dado conhecer aos submetidos ao referido processo.

74

t:mbora válida e importante, a recomendação feita não aparece como solução do problema enunciado. De fatq, a vida é processo que flui. E a congruência eventualmente adquirida numa situação psicoterápica não é garanti infalível de sua per?1anência posterior nas interações com os clientes. A congruência é, ela mesma, também processo que se realiza e vivencia a cada momento que eidstimos.



A solução talvez pudesse surgir se fizéssemos uma diferença entre *congruência* e *sinceridade.* Neste caso, a primeira indica a harfttonia entre experiência e consciência e, a segunda, a harmonia entre consciência e comunicação.

Kinget diz : "com efeito, a sinceridade consiste em se falar e agir de acordo com a representação consciente, isto é, tal como aparece na consciência -não necessariamente tal como é sentida". ..

Na sinceridade entra um elemento pressuposto. O Individuo não sabe se o que está representando na consciência coincide de fato com o que ele está experimentando, porque isso na verdade não se pode saber. Mas o individuo age *como se* existisse acordo entre os nlveis, cuja harmonia ele desconhece. Ele está "convencido" de

que o sentimento representado e comunicado (comunicação = cons­

ciência) é realmente o que ele experimenta (consciência = expe­ riência). ' r '

Seria o mesmo dizer, utilizando outras palavrai;, que o terapuea :J deve fazer o controle de sua congruência dentro dos limites possíveis, ao seu alcance. E isso será realizado se ele proceder através de um agir feito de sinceridade. .

O terapeuta, então, manifestará o seu pensamento e sentimento de modo coerente com a representação feita pela sua consciência. E procede *como . se* os conteúdos da sua consciência fossem a simbolização correta da sua experiência. ,

Rogers diz: ". . .não posso decidir quando é que a minha cons­ ciência será congruente com a minha experiência. A respost a esta questão sera dada pela minha necessidade de def esa e disto eu não tenho consciência. Há, porém, uma opção existencial per­ manente segundo a qual a minha comunicação será ongruente com a c'onsciência que *tenho* do que estou expen.men tando". E diz o autor que esta disposição (de realizar o que chamamos de sinceridade) é necessária e suficiente para estabelecer um rela­

cionamento congruente.

u Rogers et Klnget, *Psychothéraple et Relatlons,* p. 109.

75

O autor ainda previne: expressar adequadamente o que està ' sendo representado na consciência nem sempre é fácil. Isso pode ser . uma ameaça tJara o terapeuta ou, então, ele pode ter med& de ser rejeitado pelo cliente. Assim, fazê-lo representa um risco. ;,

Mas é justamente esse risco voluntariamente assumido, é essa *opção existencial,* é esse esforço do terapeuta de evidenciar a sua · congruência, como aqui e agora está no seu alcance fazer atravéS de sua sinceridade, que ajuda o cliente a entrar no seu próprio' processo de congruência. ·

*CAPITULO X I*

*Aceitar e Compreender o Cliente·*

1. Aceitar para modificar

..... 1rii1z Pages: *11- •* • • para ajudar a transformação de alguém, o melhor não. é ·pressioná-lo na direção da mudança, nem mesmo

1 sinar-lhe o caminho a seguir ou guiá-lo pela inteligência, mas, m, o melhor é aceitar, dando valor aos seus receios, às suas gústias, às suas resistências, a tudo que o impede de mudar". sim, o mesmo movimento reconhece e valoriza o que a pessoa sente e ajuda a transfonnação.



O autor chama a esse modo de proceder de *inversão do movi­ mento* e diz que do começo ao fim da terapia ele consti.ui seu movimento próprio, dentro do enfoque não-diretivo. Aliás, é o próprio movimento da vida, que a \_terapia não faz mais do que acelerar. 11



Imaginemos uma situação muito simples da vida quotidiana. Vamos supor que eu esteja muito interessado em recordar ,um nome, uma data, . um fato. Qua.Ato mais eu tento, mais eu sinto a dificuldade da r.ecordação. Então, eu me "conformo" com o meu "esquecimento": aceito que não posso me lembrar. Acontece, com freqilência, que é depois disso que eu me recordo.

Imaginemos outra situação em que eu esteja discutindo veemente­ mente com alguém, e nós dois - eu e ele - quermos mostrar que o nosso ponto de vis1a é certo e que o do outro está .errado. Nenhum de nós quer ceder. De repe1tte, por qualquer cir<:unstância, eu me acalmo e acito que "talvez esteja equivocado sob algum aspecto". Se eu estou sendo sincero, o outro pode adotar também uma atitude semelhante a minha. ·

Peretti observa que se alguém tenta agir diretivamente sobre wna pessoa, fazendo julgamento ou dando.-the conselhos, ela

u Rogeu, *On Becomlng a P.eraon,* p. 34!1. u Pagh, *L'orlentatfon non-dlrtt:flve,* p. 60.

-76

'f7

procura reagir à pressão que se exerce. Desta forma, assumir uma atitude oposta a que se desejava: o indivíduo que esperava mudá-la vai, com o seu procedimento, fixá-la onde ela se encontra. E o próprio indivíduo fica também fixado no esforço

É um procedimento concreto que se vai construindo enquanto se dá a interação e que pode ser observado pelo modo como o terapeuta se comunica com o cliente.

Não é uma espécie vaga de boa vontade, de complacência, mas

de "convence-1a"*:*

"Sabemos, por experiência, que q'uando pre.

é algo que emerge a cada instante do relacionamento pela maneira

tendemos mudar uma pessoa, arrancá-la do erro, nós a imobili

zamos obrig:ndo-a a consagrar suas forças para se defender de nossa . pressao e nós também nos imobilizamos na posição assumida".

O autor diz também que não se pode fazer uma pessoa mudar

ª!astando:-se la, .abandonando-a: "rejeitando-a em sua solidão: a1 eu a 1mob1hzarta, levando-a a não utilizar suas reservas de forças para modificar-se". .



r··-Se a pessoa não sente que é pressionada por mim mas .

/pel contrário, se sente acolhida, ela pode se deslocar de um ·. pos1ç.ão que não foi fixada. Ela pode dispor de suas forças na d1reçao em que as mesmas a inclinam. Ela não precisa gastar syas energias para se opor a mim e a ela mesma. ••

l *:m*

*)* O ?1eio de 9ue dpõe o terpeuta não-diretivo para produzir, ( o chne, a *znversao do movimento* é a *consideração positiva*

*-mcondzcwnal.*

Já foi dito que o termo - consideração positiva incondicional

- consiste no amor que se manifesta para alguém. Isso já foi referido no capítulo IX.

Ter consideração positiva incondicional por alguém é o mesmo que expressar a 1!1inha *aceitação,* a minha *estima,* meu *amor* por el:. le é acolh1do *enquanto pessoa,* independente de outros cnté 10s que se P?ssa ter para avaliar seu comportamento. (Assim,



. a mae pode mamfestar amor para com um filho, cujo comporta­

meto grosseiro, perverso não julgue digno de apreciação e estima). :

Aceitá-!º deta maneira é *respeitar* a qualidade de pessoa que ele possui aqui e.agora, na .sua . situação presente. É *respeitar* os seus traços própnos, pessoais do que ele é atualmente com suas

com que o terapeuta recebe e · participa das expressões que o cliente comunica.

Quando se fala, por-tanto, em *aceitação incondicional,* na orienta­ ção não-diretiva, não se deve pensar que o termo indique um sentido indefinido, cujo conceito cada um inventa como lhe parece melhor. E, também, não é apenas um ideal, jamais atingivel, que se enuncia com termos abstratos. Mas indica operadonalmente um modo próprio de agir, que o terapeuta efetiva no seu contato com o cliente.

Rogers explica a *aceitação incondicional* do seguinte modo: "Se tudo o que a pessoa exprime -verbalmente ou não-verbalmente,

direta ou indiretamente -a respeito dela mesma parece-me igual­ mente digno de respeito mi de aceitação, em outras palavras, se eu não desaprovo e nem manifesto oposição a nenhum elemento

que a pessoa me expressou, então eu tenho para com esta pessoa uma atitude de consideração positiva incondicional". "

Não se deve supor que ter consideração positiva é o mesmo que conc:ordar. De fato, é aceitar "que seja assim". Comunicando-se, o cliente manifesta suas experiências de vida, ,diz o que pensa e sente sobre o mundo e sobre si mesmo. O terapeta constata: ele é assim. Dessa forma, ter consideração positiva incondicional é aceitar o que o próprio cliente oferece de si mesmo, tal como ele percebe e manifesta. Aceitar é receber o que se oferece, sem necessidade de concordâncias nem discordâncias. Concordar é assentir, aprovar.

Entretanto, não se trata apenas de uma aceitação neutra, pas­ siva. O terapeuta aceita, participando.

Essa participação se faz, não quando o terapeuta f ica apenas como observador ou, então, indiferente ou mesmo fugindo do

"qual1'dades" e

"defe1•tos". É

na-o "esperar" que ele' seja .uma

que é manifestado. Mas ele participa reconhecendo e fazendo

pessoa diferente do que realmente é.



Mas a c?nsideração positiva não é apenas uma "boa intenção" que se fabnca antes do relacionamento. Isto é, o terapeuta não a prepara *antes* para gastá-la *depois* quando estiver com o cliente.

•• Perettl, *Les contradictlons de la cutture,* p. 72.

78

o cliente reconhecer o significado das expressões que são comuni­ cadas. Isso veremos nos tópicos seguintes deste capítulo, quando estudarmos a *compreensão empática* e no capitulo seguinte, quando refletirmos sobre a *resposta compreensiva.*

u Rogers et Klnget, *Psychothdraple et Rdations,* p. 193.

79

*(---........*



A aceitação do terapeuta é imprescindível para que o cliente goz. e



*)* de liberdade experiencial, dando para si mudanças mais constru- tivas na orientação de vida. E, assim, é importante para a mudança

*(* da *imagem de si,* elemento básico para as transformações que se

\. espera na psicoterapia.

Geralmente, nas primeiras sessões, o cliente tem de si uma visão negativa, rejeitando-se em grau maior ou menor. Ele não

,; tem consideração positiva para consigo-mesmo. Rejeitando.,.se, vive. fixado em atitudes que lhe desagradam e em Juta permanente contra si. ·

*t"A* medida que o terapeuta o aceita incondicionalmente, o cliente

·vai aprendendo também, na aceitação congruente do terapeuta, a

aceitar-se a si mesino. E essa auto-aceitação produz nele uma

*·.-inversão de movimento.* ·



Sem se opor a si mesmo, mas, pelo contrário, tendo agora para consigo *consideração positiva,* ele' começa a acreditar mais em si, ter confiança em mudanças que pode realizar e libertar forças que o encaminham para um processo mais construtivo de per- sonalidade. ·

Desta maneira, torna-se para si mesmo *pessoa-signi ficativa.* E, quando isso acontece, já não precisa mais viver em função de outras *pessoas-critério.* Ao invés de alienar-se, buscando, nos outros, normas para ser e agir, ele se torna critério para si mesmo. E, desta forma, acreditando nas suas próprias avaliações, confiando nelas e utiJizando-as, ele caminha para o processo da autenticidade e nele cresce.



1. O camloho da compreensão é de «dentro»

Numa ocasião, Rogers escreveu: "A essência da terapia, tai como eu a vejo posta em prática por mim e pelos outros, consiste no encontro entre duas pessoas, onde o terapeuta é aberta e livre­ mente ele mesmo e talvez revele isso de um modo mais perfeito quando é capaz de entrar e ser livremente aceito no inundo do outro. De modo que, recordando frases antigas, atrevo-me a dizer: a *forma de fazer é ser* e o caminho da *compreensão é de dentro"."*

Nos capítulos VII e X deste trabalho, as nossas reflexões giraram em torno respectivamente da autenticidade e da congruência, daquilo que Rogers explicita como "a forma de fazer é ser".

u Rollo May e outros, *Psicologia BJCl8tenclal,* p. 103.

80

Agora, vejamos que sentido tem essa outra afirmação: "o caminho da compreensão vem de dentro". E, para explicá-la, devemos fazer apelo a uma expressão muito usada na orientação não-diretiva, que é*.J\_Ompreea§ãa empát.ú;a.*

A *empatia* é uma espécie de comunhão afetiva, onde o terapeuta, sentindo com o cliente as experiências que este manifesta, coloca-se

110 seu lugar para perceber o seu mundo subjetivo como este o percebe. *::;.\_?*

É, portanto, um modo de vivência em que o terapeuta se introduz nas situações próprias do cliente, a fim de experienciá-las, como o cliente mesmo as experiencia.

Na orientação não-diretiva, pede-se que a *compreensão* do terapeuta seja *empática.* Isto é, sendo terapeuta, eu não devo ter o entendimento das situações, apresentadas nas entrevistas, a partir do que eu penso ou sinto delas. Mas procurar apreender o sentido que o cliente lhes dá, a partir do seu próprio ângulo de vista subjetivo. ·

Assim, o meu procedimento, diante daquilo que o cliente mani­ festa, não é de interpretar, avaliar, julgar, etc. Mas é apenas de *tentar compreender* o que ele está procurando me comunicar por palavras, gestos e mimicas, buscando o significado pessoal que ele dá ao que expressa.

f

Para agir dessa maneira, durante a entrevista o terapeuta deve situar-se na própria vida psiquica do cliente para experimentar, como se fosse ele, as elaborações interiores que ele realiza, o que ele pensa e o que ele sente.

Para isso, o terapeuta deve, na medida do possível, abstrair-se das suas próprias elaborações interiores - como se perdesse, menos na compreensão, a sua "euidade" (a qualidade de ser *eu)* - a fi e ser um "espelho". para as elaborações do.

cliente, na tentativa de ser um *eu substituto* para os seus pensa­ mentos e se.ntimentos. .

Podiamos, talvez, fazer uma distinção entre *simpatia* e *empatia.*

E, assim, diríamos que, na primeira, basta o estimulo para des­

pertar em mim a "sintonia", o sentir com o outro. Se, por exemplo, vejo um pobre pedindo esmola, posso ter pena dele (sentir com ele a sua pobreza). O estimulo foi .ele quem me deu. Mas a "sintonia" é originada pelos meus próprios conhecimentos e expe­ riências: porque julgo que penúria é uma lástima e já tive privação do necessário, por isso tenho pena do pobre.

81

Na *empatia,* eu me centrn no outro para receber o elemento cognitivo que vai gradualmente moldando a minha sintonia coni



* tt .

Assim, posso ter pena de um indivíduç porque sinto com ele a dor que ele sente ao me contar uma situação de vida. O meu sentimento compassivo foi surgindo à medida que ele me revelava a sua percepção sobre o fato. Neste caso, talvez · eu não tivessê pena dele se tivesse visto a situação apenas de "fora", desconhe.i cendo como o indivíduo a sentiu. ·· Desta maneira, entende-se que a *compreensão empática* não consiste apenas em apreender o sentido das palavras, com os quaiS o indivíduo narra a sua experiência. Não é também uma simples compreensão intelectual do fafo apresentado, de modo que pos samos dizer : "agora, não tenho mais dúvida e sei exatamente



. o que aconteceu com você". •. .·.

Ter *compreensão empática* é ir além da simples apreensão verbal e do mero entendimento fatual. É, na. terapia não-diretiva, o meio utilizado pelo terapeuta para ir mais além e atingir os *significados,* sobretudo emocionais, como se encontram no mundo subjetivo do cliente.



Não se deve conf undir, entretanto, *compreensão empática* com a *identificação empática.* A primeira identifica-se na *compreensão,* isto é, faz que se compreenda como o outro compreende. A segunda é um *contágio emocional,* onde o indivíduo já não distingue mais qual é o seu sentimento e qual é o do outro.

A *compreensão empática* só tem lugar de fato quando existe uma consciência aguda de separação: eu não sou outro. Apenas ajo *como se fosse.* Mas, na verdade, somos duas individualidades,. dois seres diferentes que se comunicam. A *identificação empáticq* é a conf usão entre o *tu* e *eu,* gerando a111bivalências e produzindo · angústias. ·



*Compreensão empática* não é igualdade de mundos subjetivos'. É uma comparação: uma aproximação entre eles. Os pensamentOs e sentimentos que o outro me revela pertencem a ele e não a mim, e são originados em experiências e percepções próprias; inalienáveis, que, em hipótese alguma, eu atribuo a mim. O termo comparativo -"como se fose eu" - refere-se aos pensamentos e sentimentos e não às percepções e às experiências.

Se o cliente me diz que "seu pai morreu", eu procuro entender as percepções e experiências que ele teve sobre o fato para pensa r



•• CI. *Dic/ancirio* de *Psicologia* de *1Varren,* verbetes ''.simpatia" e "empatia"

82

e sentir *como se* eu fosse ele. Entretanto, por mais que eu queira participar dos seus pensamentos e sentirile.ntos,- jamais posso me esquecer que foi o pai dele quem morreu e não o meu.

Pode acontecer, no entanto, que também o meu pai tenha morrido. Assim; a .medida ue ele narra a *sua* experiência estimula a minha recordação para que eu viva a experiência que *f!U* tive. Neste caso, pode ser que eu sinta com·'ele um sofrimento insu­ portável : ele vivendo a sua experiência e eu, a minha. Aqui existe uma identif icação por *simpatia* e não por empatia.

Imaginemos, agora, para facilitar o exemplo, que met1 pai não tenha morrido, só o dele. Aqui, pode existir um desfocamentó do termo comparativo "como se fosse" caracterizando a identificação empática. Enquanto na *compreensão empática* eu penso e sinto *como se fosse ele,* mas sabendo que a experiência da morte do pai é inédita para mim, na *identi/ icação empática* eu tenho o mesmo sentimento desesperador que ele tem (com auS'ência de "como se fosse"), *como se* a experiência dele *fosse* a minha: o "como se fosse" refere-se à experiência e não aos sentimentos que são os mesmos por contágio.

1. A função da compreensão empâtica

;Quando começa a terapia, o cliente se encontra mais nteressado 1 em descrever fatos ou casos que lhe aconteeraIIJ. do que em [ procurar os significados que eles assumem na sua condição

ivencial. .

Assim, por exemplo, um jovem é capaz de nos dizer "briguei com minha mãe" e colocar todo o seu empenho em nos explicar detalhadamente como foi a "briga".

Entretanto, os sentimentos que teve - de carência afetiva, de frustração, de abandono, etc. -ele pde omiti-lós ou manifestá-los com frases acidentais e "indiferentes" ("acho que ela devia cuidar mais de mim"), ou, mesmo, apresentá-Ias de forma enco­ berta ou distorcida (ao invés de\_ declarar: "sinto muita falta do afeto tle minha mãe" pode talvez dizer: "tive uma raiva tremenda dela e por isso briguei").

Eis, por exemplo, o trecho de uma entrevista que tivemos com uma jovem de 14 anos:

C1 (cliente) - (falando a respeito de sua mãe) . .*.ela está sempre fora de casa, sempre fugindo. Ela não é feliz no casamento, isso eu sei. Não cuida de nada .* . . *nem dos filhos. Ela não devia ter casado. E "dai"?.*..

83



*Mas, agora, voe§ me diga, não é obrigação ·da· mãe pelo menos cuidar dos filhos?* ·

T1 (terapeuta) - *Você sente uma espécie de abandono de sua mãe por você e seus irmãos, é isso?*

C2 - *Justamente.* .. *é isso.* .. *B abandono, mesmo. Ela nos abandona. Agora, você me diga,. que culpa temos nós dela ter casado. Eu não pedi para nascer • • . 8 horrlvel ... Imagine que chego em casa e não tenho*

*nem com quem conversar. Conversar com quem?.*.. *M eus irmãos são ainda muito pequenos ... Não tenho com quem falar ... Só se for com as paredes...* · ·

T2 - *O que lhe pesa mais é a solidão, não é?*

C3 - *8. horrlvel • • • Uma solidão medonha. Sabe, eu tenho meus pro. blemas.* . . *preciso discutir com alguém .*.. etc. .

A revelação dos sentimentos constitui um fator de muita impor'" · tância, no processo da terapia não-diretiva. E eles podem estar "encobertos" de certa forma como em C1 e C2• Mas, por outro lado, estão sempre implícitos (quando não estiverem explf citos) · nas expressões que o cliente comunica.

O terapeuta precisa ter observação constante, e às vezes perspi­ caz, para "descobri-los", reconhecê-los e manifestá-los para o cli­ ente. Mas não se trata de inventar nem supor. Não é adivinhar nem interpretar. É apenas constatar o que de fato existe.

*Aju\_f!Ç\_ªº-,. ê...\_ <!mPr. !l!Ê!!-JllPPlica* (evidentemente impossível de ser apresentada com todas as suas implicações em qualquer

exemplo que se queira dar) L-º-i rªP l! ª . ÇQ!!.flecer o cliente "RQLd. entro", ajudanc!..Q.'.'.'Q...ª-.\_Çlrificar *...Q·*- entiment<?\_s . 9l! .J Jm:a.w p\_cE,lQ Iõ\_ijfrugQs \_p,E,lJo *\_m"-9.* . àn\_effâ iií rm - - c\_ fua

{foi o que tentamos sugerir no exemplo eia jovem acima, m Tí

e T:.i)·

Mesmo que o terapeuta pelos seus conhecimentos de Psicologia . e por sua experiência profissional tenha :"certeza" que tais senti­ mentos existem em tais situações, jamais pode antecipar-se ao cliente, dizendo-Jhe, antes que ele o tenha percebido, o que deveria sentir na referida situação. Não se deve, portanto, induzi-lo a descobrir o que, pelo .menos de maneira vaga e confusa, ele ainda não tenha percebido. ·

Dizem Brammer e Shostrom que é "conceito errôneo" imaginar-se que o simples fato de identificar um sentimento e expressá-lo tem valor por si mesmo. Não se deve pensar que o objetivo da terapia seja meramente fazer'despontar sentimentos como se as intelectua­ lizações - idéias, conceitos e elaborações na forma de pensa­ mentos -não tivessem também sua importância: "os sentimentos

84

podem ·ser descritos como o caminho que conduz a níveis mais prof undos das idéias e das experiências que constituem o sistema central do indivf duo".

As pessoas possuem geralmente a tendência de considerar os seus sentimentos como àlgo subjetivo e indigno de confiança. Mas o cliente precisa aprender a confiar . neles como indicadores de alguma coisa importante que se passa consigo. Assim, expressando os sentimentos, a pessoa pode descobrir a -idéia que forma a base do que ela está sentindo.

Desta forma, "podemos, por exemplo, ajudar a uma pessoa que se encontra em estado cie pânico, se lhe permitirmos expressar o que sente. Quando isso acontece, a situação se torna mais clara e, como resultado desta clarif icação, surge a possibilidade dela examinar a base fundamental de sua insegurança . e de enfrentá-la"...

u Brammer e Shostrom, *Pslcclogla Tuaplatlca,* p. 207.

85



*CAPITU LO X II*

*A Resposta Compreensiva como Técnica*

* 1. **Apresentação de um easo**

COMO ponto de referência para todo o estudo que iremos fazei . neste capitulo, apresentaremos um caso, a que chamaremos dt *caso da srta. R. L;*

Não se trata de uma sessão de psicoterapia. Foi um Aconse­ lhamento, na orientação não-diretiva, onde, portanto, a entrevista se manteve em camadas perif éricas ,da personalidade.

A srta. R. L. tinha acabado de concluir o curso de medicina e jâ se dedicava à Psiquiairia Infantil, obtendo, nesse trabalho, resultados significativos.

Permitida a gravação pela srta. R. L., tivemos com a mesma a entrevista que segue:

*O CASO DA SRTA. R. L.*

C1 (cliente) - Eu vim lhe procurar aqui, hoje, porque estou enfren tando um problema, sabe,·que está. .. assim . .. me perturbando um pouco. É o seguinte: É.• • neste ano terminei o curso de Medicina, sabe? Então, eu .tenho. .. assim. .. o ideal de fazer pós-graduação, de ir para o Rio,

a fim de fazer uma especialidade em Psiquiatria Infantil. Mas acontece que, na semana passada, eu recebi proposta de casamento. E,· com essa proposta de casamento, eu sinto que, para mim, se eu me casar ... eu vou fazer pós-graduação, não imediatamente após minha formatura mas dai a um ano ou dois. E isso está me causando uma série de problemas, porque eu gosto desse rapaz. Já namoramos, há - três anos, e, então eu fico em dúvida, sabe, se valeria a pena, realmente ... é ... eu deixar. . . a pós-graduação para daqui a dois .anos.

T1 (terapeuta) - Estou compreendendo que você está em ·dificuldade com relação a duas situações que são ·conflitivas: a primeira, é que você desejaria· fazer Imediatamente a pós-graduação. E, a outra; é à de um rapaz que lhe pede em casamento e do qual você gosta. '

86.

C2 - É isso. . . Inclusive a situação se torna muito dif lcil para mim, porque ambas as coisas eu desejo muito. Todas as duas são muito

irnportantes. Então, me parece ... assim ... como todos os dois têm um valor para mim muito grande, então, se torna dif ícil escolher.

* *T*2 - Quer dizer, ·a situação seria muito mais simples, se você tivesse mais apego a um lado do que ao outro.

C3 - É... bem ... se eu, por exemplo . .. porque eu, no fundo, se começo a pensar dentro de mim mesma. . . eu sempre valorizei muito meu curso. Tenho muitos ideais. Eu sou uma pessoa sonhadora. Eu

tenho muitos planos para fazer. E. .. se, por exemplo, eu me casar imediatamente, vou ter que protelar estes pianos. E eu sinto, ao mesmo tempo, que eu tenho. . . assim. . . tanto trabalho para f azer aqui, agora, que eu tenho uma capacidade de produzir muita coisa. Então eu me coloco em dúvida. .. Eu me casando, eu continuo a trabalhar; mas eu ia protelar. E eu acho que preciso de aprender muitas coisas para ajudar melhor.

*T* 8 - Eu vejo assim . . . que você tem um grande ideal. com relação

à profissão. Você é uma pessoa que levou a sua profissão muito a

sério e sente uma necessidade muito grande de crescer na . profissão para beneficiar os outros.

C - Mas, ao mesmo tempo, eu sinto. . . ai que eu entro em conf!Ilo. . . que eu não sou só um profissional, sabe, eu também sou uma pessoa . . . e também tenho muita necessidade de me satisfazer e, assim, rne casando, ter casa . .. meus filhos. . . eu também penso nisso ...

T4 - Você tem ideal de mulher ...

c5 - Tenho!...

*T* !'í - • • • um ieal de ulti:r e que você sente a necessidade e ser

respeitado. Quer dizer, voce nao é uma pessoa que pode. .. assim . .. diànte de seu ideal de mulher, renunciar esse ideal, porque você é pessoa e· o tespeito começa por si mesma. \

C - Certo. . . Eu valorizo muito a mim mesma; o que sou e o que fiz aé agora, entende . . . É por isso que fico, assim, nesta dúvida ... (a cliente expressa a possibilidade de fazer o pós-graduação depois do casamento)\* ..·.e não casar como decisão superficial. Dizer para ele: "está bom, eu vou casar". E, amanhã, depois de 2 ou 3 anos de casada, eu não conseguir fazer pós-graduação ou acontecer alguma colsa e eu dizer para ele: "está vendo?. . . Você que foi culpado. Eu la fazer e você começou a me falar em casamento e mudou minha idéia". Eu não quero resolver o caso de maneira superf icial. Quero resolver em prof undidade, porque o amor é uma coisa muito prof unda e ... a gente . . . não se pode dar a alguém de maneira superficial.

*T* 0 - Quer dizer. .. com relação à pós-graduação, se não fizer agora e se pudesse protelar para daqui a alguns anos, você teria receio de apresentar depois um processo de frustração e isso prejudicar o relaciona­

mento seu com o rapaz com quem você casasse ...

C7 - É isso mesmo.

*T*7 - . • • isso causa, então, preocupação a você. C8 - (silêncio prolongado).

* + Dada a exlgilldade de espaço, em alguns momentos, desta entrevista, Indicaremos apenas o assunto apresentado pela cliente ou pelo terapeuta, sem repetir textual­ mente o que os mesmos disseram.

87

T8 - (silêncio prolongado. Depois, diz:) Mas parece que você estaria disposta, para se casar, a transferir o momento da pós-graduação ...



C9 -:--- Certo!

T9 - • • • se você tivesse garantia de que nã iria atrapalhar sua vida. C10 - Sim.... muito diflcil saber até que ponto eu a teria. ..

a *e*

isso mesmo que você disse...

C11 - (silêitcio). T11 - (silêncio).



C12 - • • • parece que estou com um pouco de desconfiança de mim mesma, entende?.. . Porque se a gente se casar, eu vou para uma cidade que... estritamente coesa. uma cidade grande, com bastante médicos.

a

E a minha especialidade ..• que eu quero fazer... há poucas pessoas que fazem Psiquiatria Infantil... Então... eu sinto assim uma respon sabilidade muito grande. .. de chegar numa cidade, assim, que, inclusive tem curso universitário, Faculdade... pessoal "fabuloso", entende, eu

0 aluno não se dedicar, o professor não vai pegar o aluno pela mão e ensinar-lhe.

T - Quer dizer: o que faz o prof issional é o próprio indivíduo que

está ºa profissão, é isso?. .. É o esforço do profissional, a dedicação do profissional, é o desejo do profissional crescer que faz com que ele possa ser realmente eficaz na sua profissão.

C - Sabe (ri), agora você falou uma coisa interessante e que me faz a1ltar ao assunto anterior, o do meu casamento. Estou chegando

â conclusão (ri) que se eu me dedicar realmente, mesmo que eu me case e se eu fizer. .. vamos supor. .. de seis em seis meses estágio numa clinica, participar de congressos, etcétera e tal e me mantiver atua­ lizada em termos de minha especialidade. .. eu, é. .. com as capacidades que tenho dentro de mim e outras que posso desenvolver, eu serei capaz

de obter sucesso.

recehendo ... compromissos na área profissional e não ser capaz de cum­

T.,

1

- Sei. .. então eu imagino o seguinte: o problema da pós-graduação

prir... Eu digo isso pelo seguinte, porque aqui em X (nome da cidade), o meu estudo tem sido feito sozinha. .. quer dizer. .. eu não tive. orientação, então eu tenho obtido relativo sucesso na minha área ... eu tenho sido até agora autodidata, então isso me dá insegurança ...



T12 - Estou entendendo que o principal da pós-graduação, para voe, seria a possibilidade para você complementar conhecimentos que não adquiriu, aqui, no curso de graduação.

C13 - Isso. .. não tive. • • Mas, ao mesmo tempo, eu acho, que... até certo ponto. .. a gente com a Psiquiatria, se a gente estudar bastante, mesmo... muito ... a gente pode, até certo ponto, ser autodidata e

conseguir bastante coisa. Eu tenho conseguido, mesmo sem ter tido supervisã,o . • . E, ao mesmo tempo, eu acho que se eu realizar bem pouco, mas se eu me dedicar, mesmo neste perlodo que eu não faça pós-graduação, se eu estudar. . . se eu me dedicar. .. continuar com o mesmo interesse que eu tenho tido até agora e não conseguir mais do que isso, eu tenho

parecê ter desaparecido no sentido de poder impedir o casamento. Estou imaginando que o importante será você se dedicar profissionalmente e ter uma série de vinculações capazes de manter vorê. atualizada . . .

C2 - Isso! . \_ .

T'22 - . • • então a complementação prof1sslonal, você nao vat encontrar agora na pós-graduação, mas pode encontrá-la dentro de um processo

de desenvolvimento de contatos permanentes no âmbito profissional. É isso? C.,!l - Certo. Inclusive, eu acho... assim.. . que esse rapaz, que estou-·falando. .. a gente tem muitos pontos em comum (e fala sobre

0 relacionamento que tem com o rapaz). .. a gente tem... assim ... uma comunicação espiritual fora do comum, entende? ... Eu acho que a pós-graduação não vai .me dar isso, certo?. . . Então, eu estando com ele, ao lado dele, com capacidade de progredir dentro de mim mesmo (e continua falando sobre a ajuda mútua que ambos podem se dar, concluindo:), a gente tem ocasião de viver um pouco feliz (ri).

possibilidade de ter sucesso, embora eu faça ·pós-graduação mais tarde,

T - Então, muito mais importante do que o curso de pós-graduação

depois• ..

T18 - Eu entendo o seguinte: que você é uma pessoa capaz de, através de seu estudo, adquirir os conhecimentos suficientes para o seu trabalho profissional.

parec2e9 que é o casamento com esse rapaz, uma pessoa que pode lhe dar

, amparo, lhe dar felicidade, a pode compreender. . . isso qne o curso de pós-graduação não lhe pode dar, não é isso?

- J;;, O pós-graduação me daria muita coisa material. Sabe,

C14 - a... eu sei que tenho capacidade para isso. Eu sei que posso.

T14 - Você sabe que pode. · :

C16 - Mas até certo ponto - é o tal negócio - (rindo) a gente sabe que pode ..• mas, até certo ponto, a gente fica melo insegura da . validade disso. E a gente talvez fique insegura. • . talvez ...- assim ....

sabe por que é?. .. a sociedade. .. os individuos valorizam muito quando você diz: "eu me formei em tal Faculdade e fiz tantos anos de pós-graduação em tal atividade" (e expressa a exigência que a sodedade faz de tftulos).

c.16, Ç.17, C18 e C19 - (a. cliente faz um confronto entre profissionais que tem tttulos com os que não têm títulos, concluindo que alguns que não

têm tftulos são mais eficientes de que alguns que têm tftulos).

T15, T16, T17, T18 e T19 - (o terapeuta procura dar respostas compreensivas ao que· a cliente expressa).



C20 - (A cliente comenta que o aproveitamento de qualquer curso depende, em última an41ise, do próprio esforço do aluno. E diz:) ...se

88

C.,4

conhécimentos, contato com pessoas importantes, etc., . Mas o importante

, ! 0 relacionamento humano. E a gente como médico, especialmente como

* + psiquiatra qtie vive ... assim ..• em contato com a problemática familiar, de adolescentes, etc... além da parte cultural, precisa ter o apoio espiritual, certo? E eu encontro isso no rapaz.

T24 - Então estou entendendo o seguinte: você não está precisando agora de curso de pós-graduação. Está precisando desse rapaz.

c25 - (rindo) Certo! ... Certo!. .. isso mesmo! Acabou ... ·

A entrevista durou 30 minutos. E, agora, que a apresentamos, passaremos a explicar a "técnica" da *resposta compreensiva.* Durante esse capítulo, faremos alusão à entrevista, indicando-a como o *caso da srta. R. L.*

89

., ··

1. A resposta compreensiva como «técnica»

pessoais e experiências que pode adquirir sem mesmo fazer o curso.

No caso da srta. R. L., a cliente chega a uma conclusão, a um O desenvolvimento da elaboraçãq segue um ritmo próprio, pes­ resultado: resolve o problema. Algumas vezes se diz que, quando soai, dela. Constatações anteriores preparam e a dispõem para cons­ se tem pressa, "é melhor usar o aconselhamento diretivo porque tat.ações pôsteriores: ela faz o se·u . caminho. E, à medida que o não-diretivo é mais demorado". Ora, o exemplo prova o con- segue por ele, idéias e sentimentos vão sendo equacionados conve­ trãrio. · . nientemente, discriminações oportunas aparecem, as situações con- De fato, o acon.selhamento não.:.diretivo . pode ser considerado : flitivas que pareciam ter peso igual começam a surgir com valêncins

como um "atalho": OS' recursos já se encontram no próprio diferen tes. O deslocamento de valências produz a solução do

cliente. Basta que ele tome consciência do que significam para conflito.

a situação e como utilizá-los . No aconS'elhamento diretivo os O aconselhador não julga, não avalia e nem interpreta. Procura recursos vêm do aconselhador : aparecem como estranhos. O seguir o ritmo de desenvolvimento da' própria cliente, sem procurar cliente deve conhecê-los, discuti-los, assimilá-los, conformar-se com retardá-lo nem acelerá-lo. É um companheiro de viagem, atento eles para utilizá-los. e amigo, que vai colocando setas no êm'ninho; mas setas que foram · Convém notar, no entanto, é que o aconselhador não-diretivo, oferecidas pela própria cliente: ·a srta.·R . L. sente-se acompanhada

no caso da srta. R. L. - como em qualquer outro caso, - não e' uconfirmada" (reconhecida) no próprio caminho que segue, por considera · que o mais importante é resolver o problema. Isso um agente catalisador que não a quer desviar no processo, mas pode acontecer - e de fato acontece - por conseqilência. deseja que o crescimento se realize com o material que a cliente Realmente o aconselhador está interessado em ajudar o cliente possui e na orien tação que ela julga mais conveniente para si.

na *elaboração mental,* . interior, que se estabelece no momento da O aconselhador procu ra apenas manifestar que está compre- entrevista. cndendo o que foi expressado pela cliente.

Através dessa elaboração interior, o cliente faz a experiência Podemos dizer que, durante a en trevista, o terapeuta utilizo i de si mesmo e a entrevista não-diretiva existe para que a referida *técnicas compreensivas.* Essas consistem f u ndamf ntalmente no fato experiência se efetive. · do terapeuta poder exprimir com os seus próp ios termos o que

l

E *experienciar-se a si mesmo* é o cliente sentir adeqlla,damente . percebeu daquilo que a cliente ma nifestou. ·

o-que-é. Para isso é necessário uma boa comun icação consigo Assim, estamos usando a palavra mesmo: o cliente trazer à consciência, de modo correto, as suas do convencional.

*técnica* num sentido diferente

experiências e o que essas signif icam para ele. Não indica, portanto, um conjunto de procedimentoS' precisos, r--·-xssim, no caso da srta. R. L., o aconselhador não está interes- elaborados como normas, de forma rigorosa, e cuja aplicação fiel



/ sado, em primeiro lugar, em saber se a cliente deve casar ou deve garante a eficácia da psicoterapia.

/ fazer pós-graduação. O importante, mesmo, no exemplo dado, foi Mas, em nosso caso, *técnica* serve para designa r os diversos

*!* ela entrar no processo de reconhecer os significados pessoais que · modos de agir que, a cada instante da entrevista, *devem ser*

/ dava ao curso de pós-graduação, ap rapaz de quem gostava e ao *criados* pelo terapeuta e que não podem 'Ser predeterminados e (-.S!lsamento. E, isso, só ela poderia sabe.r e não o aconselhador : nem previstos. Constituem manif estações exteriores e congruentes Observando-se bem a entrevista, pode-se constatar que houve de atitudes interiores que f luem, enquanto o terapeuta acompanha

um desenvolyimento na orientação dos significados. Asim, por as xpressões que o cliente manifesta .

exemplo, o curso aparece no inicio, de modo absolutizado, como Feitas estas ressalvas, podemos dizer que a *técnica compreensiva* oportu nidade única para o seu aperfeiçoamento profissional. Depois, consiste no terapeuta dar *respostas compreensivas* ao que entendeu assume o aspecto de "título" muito importante para a S'Ociedade do que foi manifestado pelo clien te.

e os clientes. Finalmente a cliente "descobre" a oportunidade de Diz Rogers : "Sinto-me terrivelmente frustrado e me fecho sobre complementar a su<1 formação profissional através. de seus esforços mim mesmo, quamio tento exprimir algo que é prof u ndamente

90 91

•

meu, que é parte do meu mundo interior, particular, e a outra pessoa não compreende. . . sei bem como é decepcionante ser tido por aquilo que não se é, ser ouvido como se estivesse dizendp o que não se disse ou não se pretendeu significar . . . passo por uma experiência de vazio e solidão, ao assumir o risco, a incerteza, de partilhar com o outro o que me é extremamente pessoal e não encontro receptividade nem compreensão". º

O melhor modo que o terapeuta não-diretivo encontra para não afligir o cliente, mas, pelo contrário, ajudá-lo com a sua compre­ ensão, é de proceder, quando está na entrevista, como se estivesse *decodificando* aquilo que o cliente expressa. ·



AS'Sim, o terapeuta não-diretivo procura "decifrar" os sentimentos e idéias que foram expressos nas palavras, no tom da voz, na mímica, nos gestos, no contexto da frase, nas hesitações, no estilo do cliente.

O terapeuta procura expressar com suas próprias palavras tudo que pode decodificar das manifestações do cliente. Repetimos que não é uma atitude de vigiar, de f iscalizar, de controlar, mas apenas compreender; ele não dá respostas *impositivas* mas *compreensivas.* As *respostas compreensivas* podem assumir, como traz Kinget, três formas diferentes: reiteração ou reflexo simples, ref lexos dos

sentimentos e elucidação. "

Essas formas de *respostas compreensivas* devem ser consideradas *a puster fori* e não *a priori.* Queremos dizer o seguinte: o terapeuta não vai para a entrevista preparado para dar tais formas de *respostas compreensivas.* Pelo con trário, ele deve dar as respostaS" que espontaneamente surgem da sua compreensão.

Mas, se depois da entrevista, analisarmos uma gravação feita. sobre a mesma, então talvez possamos reduzir todas as respostaS',

,dadas pelo terapeuta, a uma ou outr das que foram referidas acima: num instante da entrevista, ele faz reiteração. Noutro momento faz reflexo de sentimentos ou elucidação.

Se tivermos, como ponto de referência, o caso da srta. R. L. podemos notar o seguinte: \*

Em T1 e T14 o terapeuta fez *reiteração.* Em T14 o *reflexo simples* é feito, tendo o terapeuta repetido as mesmas. palavras do cliente. Neste caso, pode funcionar apenas como se fosse

pontuação de uma frase, tendo aqui o aspecto de um ponto de

41 Rogeru, *Freedom to learn,* p. 227.

u Rogers et Klnget, *Psychothrople et Relatlon&,* p. !17 à 100.

* Não vamos analisar todas as respostas do terapeuta, mas apenas uma ou outra para servir de exemplo. ·

92

interrogação. O terapeuta ,deve evitar perguntas diretas. Ao invés de perguntar: "Mas será que você pode mesmo?" Diz somente de modo afirmativo: "Você sabe. que pode". E o cliente responde, como se a interrogação tivesse sido feita.

Em T1 o terapeuta repete também o que o cliente falou, mas, agora, resumindo e dizendo com suas próprias palavras o que foi expressado pelo cliente. *A* entrevista está na fase inicial, descritiva. O terapeuta nada tem ainda para dizer ao cliente, a não ser ,de que ele está entendendo o que o cliente manifesta. Mas ao invés de utilizar frases tais como: "pode continuar a falar que 'eu estou compreendendo perfeitamente o que você está di­

zendo", apenas repete o que o cliente disse. Este, por sua vez, tem oportunidade de confirmar (como em C2 : "é isso"), ou, então, de explicar melhor o que desejou comunicar, falando, por exemplo: "Não foi bem iS'SO que eu quis dizer". E manifestar mais adequa,damente seu pensamento.

A *reiteração* é apenas uma repetição do que o cliente disse. Nada acrescenta ao pensamento do cliente. Nada possui de original. Nada contém que possa ajudar o cliente a mudar o seu campo perceptivo. Utiliza-se, geralmente, quando se quer destaca r algo a fim de chamar a atenção do cliente sobre isso, ou quando se qer manifestar apenas compreensão ou ausência ,de julgamento

ou quando o cliente está numa atividade mermente descritiva. O desejável é que o terapeuta repita, *com suas, próprias palavras,*

0 que o cliente manifestou e que não seja apenas um "eco" maquinal do que já foi enunciado.

O *reflexo do sentimento* é mais dinâmico do que a reiteração. Serve para extrair a atitude, o sentimento que estão presentes no que o cliente manifestou, propondo-lhe sem impor-lhe.

No caso da srta. R. L., a· maioria das intervenções do terapeuta foi do *reflexo de sentimento.* Assim, por exemplo, em C2, embor o cliente não tivesse dito explicitamente, tudo que manifestou foi para explicar que, com os seus próprios esforços, ela poderia

adquirir os conhecimentos sufi.cientes paa o s\_eu deempenho pro­ fissional. Notem que não é mterpretaçao, nao é JUigamento ou avaliação. O que o terapeuta disse em T13, encontra-se de fato em C18• Ou o que ele disse em T24 realmente se encontra em. C24·

O *reflexo do sentimento* serve para que o cliente tome consciência

de elementos que compõe o campo do que ele pensa e sente e que de certo modo já foram manif estados pela · ua expressão, e'?bora não de modo explícito, dando-lhe oportumdade para ampliar e,

93



> "• ;

mesm, "!'odificar o seu campo de percepção. Trata-se de colocar em pnme1ro plano elementos que pareciam escondidos, encobertos ou em segundo plano. '

*A elucidaçã?* não aparece com freqüência na terapia não-diretiva porque possm um componente inferencial· que faz aproximâ-1 (não igualar) da interpretação. · a

Assim, o que o terapeuta · diz em T;io. embora pudesse se oncluío muito. "logicamente" do que está em Cl!O• é, de fato, um

mf rênc1a;, A cl1ente est falan,do em *aluno,* não em *profissional.*

que o *sentimento do cliente não é justi ficado,* que o problema não existe ou que não é tão sério como o cliente o representa.

(W - resposta que tende a obter dados suplemen­ tares, comprovar ou aprof undar a discussão. Implica gue o cliente

*f-!\_ oderia* ou *deveria examinar* melhoLalgum dói\_aij)\_ectõs-:.:.êiõ-=:\_pjo­ blem (em outras palavras, indica que o problemà é mais com­ píe:Xo do que o cliente supõe).

F?1 um pulo11

que o te.rapeuta . deu no campo perceptivo do

'êf\_.Miln-ÉENSi - que tende ª glJ!lP r o cliente

chent. De fato, *?* que diz T:ao Já estava no *campo* perceptivo



*?º* chente. Mas amda não estava sob o seu *foco* perceptivo. Po

isso, com muita freqüência, o cliente tende a rejeitá-la e em nã a r\_econhece.r como algo que ele pensa ou sente. *A elucidação;* assim, precisa ser feita - quando se julga necessário fazê-la .

-.cm muito cuidado, iniciando-a, como se fosse uma proposta o .cliente, com expressões como as seguintes: "Quer dizer?", 1ga-me se estou enganado?", "Será que é isso que você quis

dizer?" etc. ·

Aabamos de ver, assim, a *resposta compreensiva.* O tópico segumte trata de outras *respostas,* possíveis na terapia.

1. Comparação entre respostas possíveis

na psicoterapia

Kinget, citando Porter, diz que na situação psicoterápica são possíveis cinco categorias de· respostas:

,(E JM Ú:! A:i- .eprime uma certa opinião relativa ao mérito, a uhhdade, à exttdª?• o bom fundamento do que disse o cliente. De alguma maneira, md1ca como o *c;Jjent pqJi.§r!ª\_9\_u\_\_deveria* agir.

*r· -....,..,·-·---.--..=-.......\_.*

1 !'- !. T\_!Y -resposta que procura de algum modo instruir o chente a respeito de si mesmo, fazê-lo tomar consciência de

?lguma coisa, de dmonstrar-Ihe algo. De alguma maneira,

1 tca!.-c B1º o *cltente q!f.f!.fi!l\_ou ..\_dgy\_e\_r\_i\_q\_J!J!.resentar* para si a s1 uaçao. - · · -- · --.

- iranqüiliza?oa) - LqmLten,q\_J!.Jranqüilizar o.cltente,.aln11ar s\_ua\_Ju\_1g,\_ush1!,\_ .De alguma forma, indica

94

a partir do seu interior, a captãr' o tom afetivo, pessoal, da

cõffiiinicação. Revela a preocupação do terapeuta de compreender corretamente a significação vivida, o que foi dito pelo cliente e a natureza do sentimento que ele experimenta verdadeiramente. (Esta categoria corresponde, então, à empatia). " -

/Ó uta \_ - ã.?ª :ti -- -; ;- .;f]i.! ! s9minti\_-jf *\_ r:\_5!\_osg\_:;*

*ei* Assim, por--exemplo, só esta aparece no caso âa srta. R. L. O terapeuta acredita que, pernanecendo na forma

própria a *resposta compreensiva,* pode, através dela, de um ou

outro modo, efetivar os resultados que se deseja para as outras respostas.

No mesmo lugar da obra de Kinget, citada acima, a autora, além da·s categorias de respostas, apresent um exercício de Porter. Este consiste em enunciados de casos, possuindo cada um as cinco categorias de respostas. O indivíduo deve assinalar uma das categorias, para mostrar sua afinidade, sua preferência subjetiva. O exercício visa dar uma certa indicação da prefe­ rência· que o indivíduo tende a adotar no seu relacionamento

. interpessoal. E, desta forma, aguçar sua sensibilidade para o caráter próprio dos diversos tipos de respostas - tanto para os tipos compatíveis com a orientação não-diretiva como para aqueles que não se afirmam ou se opõem à referida orientação.

1. Um exercício sobre as categorias de respostas na terapia

Inspirados nas categorias de respostas e no exercício de Porter, que são apresentados por Kinget - não tivemos oportunidade

n Rog•rs et Kinget, *Psychothêrapie et Relatlons,* p. 25, 26.

95

de encontrar a obra original do autor - fizemos, nós também, um exercido semelhante, utilizando para isso dois grupos diferentes de alunos nossos.

,r--ünosso interesse era de saber, de modo muito simples, até

. ·que ponto um grupo diferente pode aceitar a mesma resposta dada

1. *Interpretativa:* Vovê já experimentou motivar suas aulas, utilizando técnicas novas? ·
2. *Apoio* - Acho que você não deve ficar preocupado. · Talvez seu desânimo seja mais por causa do cansaço.



1. *Exploratória* - Será que o problema financeiro, a que parece dar

,'.



poJ. outro grupo. Não estávamos; portanto, interessados em esta­

belecer maiores comparações entre os grupos. O nosso desejo era de estarmos atentos aos tipos de respostas apresentadas, com- parando os resultados que se obtivessem. .

Somos, numa Faculdade, professor de Aconselhamento Psico­ pedagógico para alunos que estão concluindo o curso de Qrientaç\_ãp Eduç\_l!\_rjonaL(vamos cha.má-IQs\_d\_Grupo **1).** E, noutra Facu(dade, somos professor de Tjç-ª\_E,s\_l@a,. na orientação não­ diretiva, de alunos que estão conciuindo o çurso de\_Eor.mação cte\_Esic.ó.{Qgos (y\_ mos chamá-los de Grupo II).

O Grupo 1 é constituf do por 45 individuos e o Grupo II por 26. A partir da experiência que temos no consultório com os nossos clientes, procuramos selecionar alguns casos, dando-lhes forma

resumlda e didática.

Dividimos os alunos do Grupo **l** em círculos de 7 ou 8 indivíduos. Entregamos a cada circulo um caso diferente. E pedimos que, de acordo com as definições dadas por Porter a cada categoria, os alunos procurassem enunciar cinco respostas, como se tivessem diante ,de si o caso apresentado, numa situação de aconselhamento.

Os casos apresentados çom as respectivas respostas, dadas pelos alunos do Grupo 1, foram os seguintes:

*CASO 1*

(PROFESSOR, 30 ANOS)

Não sei como explicar minha situação . .. Sinto-me tão confuso. . . Sou professor e gosto muito de dar aulas. Paço tudo para agradar os alunos, mas é tão difícil agradá-los ... Vivem reclamando de tudo: se "aperto" é porque sou carrasco, se facilito é porque sou "mole". As vezes sinto desânimo imenso de dar aulas. .. Além disso, ganha-se muito pouco. Vivo com muita dificuldade para sustentar a familia. Mas não é por causa do dinheiro .•. Não sei o que está acontecendo ... Parece que ao mesmo tempo gosto e não gosto, quero e não quero . . . Não sei.. .

HESPOS'fAS:

1. *Estimativa:* Esse problema que você está enfrentando é realmente desagradável. Mas quem sabe se a gente pode resolvê-lo, procurando mudar o seu relacionamento com os alunos.

**96**

pouco valor, não está influenciando no seu desânimo?

5. *Compreensiva* - Você sente-se muito confuso: ao mesmo tempo você gosta de lecionar e encontra problemas financeiros e com os alunos.

*CASO li*

(GAROTA DB 15 ANOS)

* Não sei o que fazer da vida. Sinto-me triste, apática, desanimada. E não tenho razão para me encontrar assim. Meus pais são os melhores do mundo. Tenho tudo o que preciso: minha familia não é muito rica mas também não é pobre. Temos o suficiente para viver sem aperto. Tenho n.amorado que gosta de mim. As pessoas também parece que gostam de mim. Não sei o que quero mais .• • No entanto, sou triste, triste ...

RESPOSTAS:

1. *Estimativa:* Talvez fosse interessante você descobrir alguma atividade para se dedicar, a qual realmente você pudesse dedicar o seu ideal.
2. *Interpretativa:* Compreendo sua apatia e o desânimo. Mas a vi<Ja não é . feita assim mesmo de altos e baixos? Talvez isso represente um

* momento passageiro da vida, pela qual você está passando.

1. *Apoio:* Mas você não ter problemas em casa, já isso não é motivo de muito conforto?
2. *Exploratória:* Ser;í que essa apatia não está no fato de você neces­

. sitar dar um pouco mais de si, corresponder um pouco mais ao amor de seus familiares que, segundo você diz, são os melhores do mundo? ·

1. *Compreensiva:* Apesar de tudo de bom que você possui, você se considera uma pessoa triste, muito triste. Tudo de bom que você possui não a faz feliz, não é isso?

*CASO ll1*

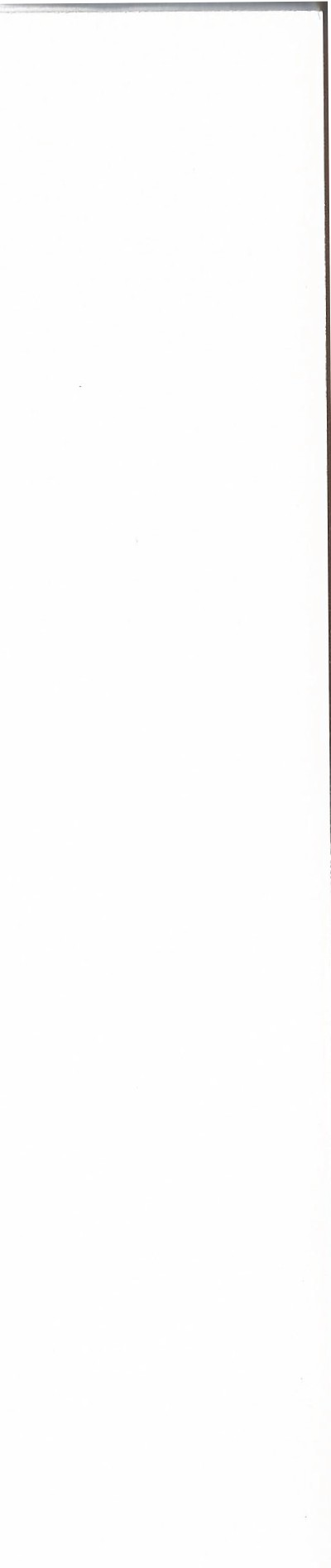
. (SENHORA CASADA DB 25 ANOS)

já não sei mais o que faíer com o meu marido. Ele me enerva. De fato, ele me enerva i ... Jantais está satisfeito com o que eu faço.

**97**

E olhe que eu faço tudo para agradá-lo. Mas ele nunca está satisfeito. Reclama de tudo. Para ele, nada serve. Na hora da refeição sempre tem um defeito para mostrar. Para ele, nunca a comida está boa. Com as crianças, diz que eu não cuido bem delas, que não sei educá-las. Mas também, nunca está disposto a conversar comigo. Sempre está cansado ..*:* ocupado com alguma coisa... nunca está disponível. Só dá valor ao que ele mesmo faz: só ele é responsável e faz as coisas bem feitas... Não reconhece meus esforços, o meu trabalho. Desse jeito, não agüento mais. O que devo fazer?

1. *Apoio:* E duro, na verdade, você encontrar essas dificuldades no seu trabalho. Mas, por outro lado, você já tem estabilidade, que é grande coisa.
2. *Explora fória:* Diga-me exatamente o que faz você sentir-se humilhado no seu trabalho?



1. *Compreensiva:* Você não gostaria de continuar mais no seu trabalho mas, por outro lado, não gostaria também de sair, não · é? ·

RESPOSTAS:

1. *Estimativa:* Será que, quando chega do trabalho, você o recebe bem? Propicie um ambiente acolhedor e compreensivo. Isso ajudará muito.

1. *Interpretativa:* Você já refletiu alguma vez, de maneira séria, o que realmente é do agrado do seu marido? Isso me parece fundamental como ponto de partida. ·
2. *Apoio:* Apesar do procedimento estranho que ele tem, ainda continua morando com você. Não será isso sinal de que ele gosta de você, apesar de tudo?
3. *Exploratória:* Você já procurou descobrir quais os motivos que deixam seu marido irritado com os problemas do lar? Quem sabe se ai está o nó da questão.

*CASO V*

(MENINA DE 13 ANOS)

Não suporto minha avól Ela é "chata", "chata". Vive me controlando em tudo que eu faço. Quer sempre saber para onde eu vou, com quem

* ando, o que faço. . . se mete em tudo. Até minhas amigas ela quer escolher. Diz que é para o meu bem, que que sou muito criança, inexpe­ riente. Eu sei que ela gosta de mim, gosta multo. Mas por que se mete tanto? Minha mãe me diz que eu devo compreender, que ela é velha e tem suas manias. Mas, francamente, eu não a suporto. É duro dizer, mas às vezes tenho desejo que ela morra. • . Como posso odiar tanto uma pessoa que gosta tanto de mim?...

RESPOSTAS:

l. *Estimativa:* Talvez você esteja excessivamente preocupada com o

1. *eompreenslva:*

Você

não se · sente val · da

pelo marido Isso controle que sua avó tem sobre você. Quem sabe se você ficasse menos atenta a isso, sofreria menos?

a deixa profundamente magoada e confusa.



oriza

*CASO IV*

(UM HOMEM DB 45 ANOS)

Não quero mais continuar no trabalho em que estou atualmente. Lá eles não me consideram. Pelo contrário, vivem me humilhando. Estudei tanto e... f ui acabar nessa arapuca. Sou até um homem calmo. Mas não suporto que abusem de mim. já pensei :que o melhor mesmo seria eu mudar de emprego. Mas, ai é que está, eu devia ter pensado nisso antes. Agora já é muito diffcil. Tenho 20 anos de casa. • • como vou deixá-la? E, na minha idade, não é tão fácil encontrar emprego.

REsPOSTAS:

1. *Estimativa:* Se você parte do principio que com 45 anos não vai encontrar emprego, então não vai encontrá-lo mesmo. Não é melhor você fazer uma tentativa?

2. *Interpretativa:* Você está de fato numa situação embaraçosa, cuja culpa você acha que é do ambiente de trabalho. Não seria interesliante você refletir se o problema não se encontra na sua própria insegurança?

98

2. *Interpretativa:* Talvez você não tenha ódio à\ sua avó, mas sim do procedimento de controle dela: talvez esteja conf undindo as duas coisas.

3. *Apoio:* Na verdade, sua avó faz você sof rer muito. É diflcil não ter raiva de uma pessoa assim. .

1. *Exploratória:* Esse controle que sua avó procura exercer sobre você é de agora ou já começou há mais tempo?
2. *Compreensiva:* E muito difícil para você sentir que odeia sua avó, quando sabe que ela gosta tanto de você, não é isso?

*CASO VI*

(JOVEM UNIVERSITÁRIO DE 19 ANOS)

Sou uma pessoa altamente bloqueada. Tenho 19 anos e não consigo namorar. As vezes fico pensando que., . que ... não sou normal. Todos os meus colegas já têm namorada e eu não tenho. Mas não é que eu não goste de garotas. Gosto, sim ... Mas eu só me relaciono bem com elas no plano da amizade. Quando a coisa está mudando para outro

99

·plano. . . você entende?. .. começo a ficar com medo. Não sei bem o que sinto. , . acho que é timidez. Marco encontro e vou procurá-la. Mas aí vem o problema. Minha conversa fica boba. .. sem sentido. Acho que ela p<:nsa que eu sou um idiota. Minha vontade é de sair correndo e ir embora. Você acha isso normal?



RESPOSTAS:

* 1. *Estimativa:* O que você deve fazer é tentar mesmo vencer esta timidez continuando a enfrentar situações diflceis. Suponho que depois de uns treinos neste sentido a coisa melhore.

1. *Interpretativa:* Você já pensou que talvez. isso nao seja apenas problema seu? Será que as próprias moças com as quais você se encontra não estão passando por situações semelhantes?
2. *Apoio:* Acredito que isso não seja motivo para tanta inquietação. Afinal você já pressentiu que não se trata de anormalidade, que é apenas timidez.
3. *Exploratória:* Isso que você está me contando - essa timidez - só acontece em plano de namoro ou em outras situações também? .
4. *Compreensiva:* Você tem dúvida se o fato ele não se relacionar bem com as garotas é uma simples timidez ou se é sintoma de anormalidade mais grave, não é isso?

;.,-----..

*/ /* Os casos enunciados, com as respectivas respostas, foram depois

*(* levados para os alunos de Técnica Psicoterápica (que chamamos

\ Grupo II) da outra Faculdade.

Foi entregue a cada aluno do Grupo II uma cópia mimiografada dos seis casos com suas respectivas respostas. E pediu-se que, com'o tarefa individual, eles fizessem a avaliação ,das respostas dadas, tendo como critério as categorias e definições como se encontravam em Porter.

Os alunos do Grupo II já estavam fazendo prática supervisionada de psicoterapia não-diretiva, analisando e discutindo os casos que atendiam. Era de supor-se, portanto, que pudessem acrescentar às definições teóricas das categorias uma maior compreensão, discriminaçã\_!çisão, oJ>-!!das nas experiências ·práticas.

/Peiffi.i.:=-se-aos alunos do Grupo}I-que-a-avaliaçs\_, (fosse feita, através de conceitos, sob dois aspectl

*'-adeqrmçãa* ····----

A *correção* consistia em se dizer até qi.te ponto as respostas dadas pelos alunos do Grupo 1 para cada categoria possufam, de fato, as caracterfsticas que teoricamente Porter tinha assinalado

**100**

pela definição para a referida categoria. A avaliação devia ser feita na forma de conceito, numa escala que previa as seguintes posições: MC (muito correto), C (correto), D (duvidoso), I (in­ correto), MI (muito incorreto).

A *adequação* consistia em se dizer se a resposta dada, inde­ pendente da categoria a que pertencesse, correspondia o caso apresentado. Isto é, até que ponto a resposta dada convmha ao caso apresentado. A avaliação devia ser feita também através de uma escala com as seguintes posições: MA (muito adequado), A (adequado), Dv (duvidoso), ln (Inadequado) e Mln (muito inadequado).

O leitor talvez possa utilizar os casos com as respectivas res­ postas a fim de fazer um exerclcio pessoal de avaliação. Convém salientar, no entanto, que, no exercido, não se esperava uma avaliação em termos rigorosos de *certo* e *errado* para as respostas que fossem dadas aos casos.

De fato, /is respostas significam apenas a atitude do Grupo 1 para *reconhecer* determinadas categorias e *enunciar respostas* que servissem ao caso que foi apresentado .. E o modo especifico de

fazer isso depende do próprio julgamento subjetivo do terapeuta, na situação concreta da entrevista em que estiver colocado. Trata-se,

portanto, de um exercido teórico que só teria significado e validade se efetivado num contexto prático. J 1

O exercicio, feito pelo leitor, teria por finalidade aguçar-lhe a sensibilidade para enunciados que definem ou não o procedimento

não-diretivo. Assim, foi para a utilidade pessoal de quem faz o exercício que colocamos como referência os termos *correção* e *adequação.* Eles visam, portanto, favorecer o julgamento manifes­

tativo de atitudes próprias e não definir de modo "objetivo" o acerto das respostas dadas. Pelo menos, foi essa a intenção que tivemos ao dar o exercicio.

A titulo de ilustração damos agora os resultados, em quantidade de pontos alcançados para cada categoria de respostas nas posi­ ções da escala, segundo a avaliação do Grupo II:

**101**

r-------- --- - ..

i

TABELA 1

QUANTIDADE DE PONTOS ALCANÇADOS, QUANTO À "CORREÇÃO", NAS POSIÇÕES DA ESCALA PARA CADA UMA DAS RESPOSTAS:

Quantidade de pontos obtidos

Respostas:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| MC | e | D |  | MI | Total |
| 49 | 69 | 21 | 13 | 4 | 156 |
| 51 | 62 | 15 | 18 | 10 | 156 |
| 48 | 55 | 16 | 28 | 9 | 156 |
| 61 | 61 | 14 | 17 | 3 | 156 |
| 88 | 53 | 7 | 6 | 2 | 156 |
| 297 | 300 | 73 | 82 | 28 | 780 |

TABELA W

CASOS CUJAS CATEGORIAS DE RESPOSTAS OBTIVERAM MAIOR QUANTIDADE DE PONTOS EM CORREÇÃO E ADEQUAÇÃO

corretas Incorretas adequadas Inadequadas

Respostas

Cs C MC T Cs 1 MI T Cs A MA T Cs lnMlnT

Estimativa

Interpretativa

Estimativa V 7

Interpret. V 12

IV 5 3 8

1 6 1 7

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 17 | 24 | l | 1 3 4 | V | 11 | 11 | 22 |
| 13 | 25 | 1 | 8 4 12 | lll | 18 | 7 | 25 |

Apoio Exploratória Compreensiva Total

TABELA II

; Apoio VI 5 20 25 V 16 6 22 VI 13 5 18 V 11 6 17

Explorat. I 10 15 25 IV 8 3 11 llI 9 11 20 VI 5 4 9 .

· Compreensiva l 5 20 25 V 2 1 3 I 11 14 25 V 4 1 5

Total 39 85 124 35 17 52 62 48 110 31 15 46

Considerando as Tabelas apresentadas, podemos chegar a algu­ mas conclusões:

QUANTIDADE DE PONTOS ALCANÇADOS, QUANTO À "ADEQUAÇÃO", NAS POSIÇÕES DA ESCALA PARA CADA UMA DAS CATEGORIAS

DAS RESPOSTAS:

t) Nas Tabelas 1 e *li,* a percentagem de pontos nas çolunas de *Dúvidas* é muito pequeno (respectivamente 9,35% para 1 e 11,41% para a II). Isso ]eva-nos a concluir que os alunos do

Quadro II sentiam-se capazes ou pelo menos tinham vontade de

Respostas:

Quantidade de pontos obtidos

MA A Dv ln Mio Total

tomar poslção def inida, favorável ou desfavorável à *correção* (MC + C = 76,53% e 1 + MI = 14,10% ) e à *adequação* (MA + A = 67,19% e ln + Mln = 21,41 %).1

Estimativa 36 64 23 17 16 156



Interpretativa 36 76 14 24 6 156

Apoio 26 55 21 38 16 156

Exploratória 32 62 24 28 10 156

Compreensiva 74 63 7 8 4 156

Total 204 320 89 115 52 780

Para considerarmos as diversas categorias de respostas que, no conjunto dos casos, obtiveram maior número de pontos, elaboramos a Tabela III que segue. (Convém notar que nessa Tabela, *Cs* significa *caso* e os números em algarismo romano, contidos na coluna, correspondem à indicação do ·caso. C, *MC, !, MI, A, MA, ln* e *Mln* são as diversas posições da escala de correção e de adequação. Os números em algarismo arábico contidos nestas colunas indicam a quantidade de pontos alcançados em cada posição da escala para cada categoria de resposta. E *T* é o total de pontos obtidos nas diversas posições da escala).

102

1. O x• obtido dos resultados da primeira Tabela (x" = 53,67) e da segunda (x" + 85,16) é significativo (maior do que 26,296

ao niveJ de 0,05 para 16 g.1.) . Concluímos, portanto, que os pontos

* + marcados para as categorias de respostas não os foram por acaso, mas que representam uma tomada de posição dos alunos do Grupo II : existe de fato uma relação entre categorias de respostas e posições na escala.

1. Comparando-se as- Tabelas 1 e II para verificar a *\_correlaço entre posições,* constata-se que o resultado da comparaçao é slgm­

ficativo (r = *0,96).* Os alunos do grupo II .tiveram a tendência

de considerar como mais e menos adequadas as respostas que também tinham a\_valiado como mais e menos corretas.

1. Os alunos do Grupo II tiveram ainda a te11dência de consi­ derar "corretas" e "adequadas" (estamos dani:Io aos termos o

103

sentido e as implicações que já foram explicados) o enunciado das respostas feito pelo Grupo 1. Assim, houve 76,53%, no total de pontos da Tabela **1,** para respostas consideradas *corretas* e *muito corretas* contra 23,45% para as respostas consideradas *duvidosas, incorretas* e *muito incorretas.* E houve 67,19%, no total de pontos da Tabela II, para as respostas consideradas *adequadas* e *muito adequadas* contra 32,82% para as respostas consideradas *inadequadas, muito inadequadas* e *duvid osas.*

1. Seguindo a mesma linha de pensamento, selecionadas as melhores e as piores respostas, tais como o Grupo II as considerava e como aparecem na Tabela III, houve uma percentagem de 37,35% para as que foram consideradas melhores na . *correção :* contra 15,65% para as que foram consideradas piores. E. houve 33, 13% para as que foram consideradas melhores, na *adequação,* contra 13,85% das que foram consideradas piores.

6) Parece que houve mais acordo, decisão e homogeneidade com relação à *resposta compreensiva,* que, de fato, já fora bastante conhecida e treinada, tanto pelos alunos do Grupo 1

*CONCLUSÃO*

HA DIVERSOS modos de se estabelecer critérios como pontos refe­ renciais para se acompanhar a evolução do processo da terapia não-diretiva.

Assim, P-QLfilC mplo, ei;1;\_e\_que KingeLap.resenta: "Etapas caracte­ dsticas do proces-so terapêutico estabelecidas sobre a base das atividades predominantes do cliente em diferenteS' momentos :

o Apresentação dos problemas e sintomas

*Fase* {

t<C

*descritiva* Expressão de estados emocionais Atitudes criticas com respeito ao "eu"

como pelos do Grupo li. Do total dos pontos da Tabela 1, 18,7% z

refere-se a MC e C da *resposta compreensiva,* enquanto 1,93% refere-se a I; MI e D da mesma resposta. Assim, também . na o

!3

Exploração e avaliação do comportamento

*Fase* {

*anatllica* Surgimento de uma imagem consciente do "eu"

Tabela li, 17,57% refere-se a MA e A, enquanto que 2,44% refere-se a ln, Mln e Dv da mesma *resposta.*

o Descobertas de contradições experienciais

\

e piores respostas, da Tabela III, apresentam acordo e homo­

Percepção de si mesmo a um nlvel mais

Mudança do centro de avaliação

**7)** Mas, se levarmos em consideração apenas as melhores

geneidade com relação às mesmas, indicando possivelmente a sua

o *Fase de* profundo

## i

*{*

capacidade de discriminação em todas as categorias. De fato, fora

(inclusive a compreensiva) receberam, cada uma, 7,53% do total

*avaliarão*

o:: *integração* {

Começo da reorganização

Aceitação de si mesmo

Avaliação positiva de si mesmo

a *resposta estimativa* que recebeu 7,23% de pontos, as outras



de pontos das respostas consideradas mais corretas e adequadas.

O mesmo já não aconteceu, entretanto, com relação a adequação.

Talvez os enunciados das definições das respostas tivessem dado

para os alunos do Grupo II uma base de referência para a dis­

criminação, enquanto que a adequação permaneceu apenas numa

opção meramente subjetiva.

**104**

@ *Fase de* Percepção do progresso

Esboço de projetos

Como se vê, as chaves eni@ m\_uma\_nas\_o\_u\_trn.s,\_indicando\_q1,1e nío exlspJ\taçãº\_nltida.. entre as fases, Aliás, Kinget previne que todas as características se encontram, em grau mais ou menos pronunciadas, no conjdto do processo. Assim, as fases não representam fenômenos nitidamente diferenciados uns dos outros: na primeira etapa já se pode encontrar características da segunda ou terceira, e assim por diante. "

" Rogers et Klnget, *Psythothiraple et Retallons,* p. l 4R

**105**



Indicamos o exemplo para mostrar que um roteiro é possível. Entretanto, queremos lembrar ao terapeuta que a sua utilização .

- como a de qualquer outra técnica - não é o que a orientação não-diretiva considera mais importante.

O mais importante seria quase o inverso: o terapeuta despojar-se · de todos os esquemas para que possa, desarmado de todo papel "profissional", estabelecer com o cliente um relacionamento sem

"máscaras" nem "fachadas", sendo realmente ele-mesmo, numa interação de *pessoa* para *pessoa.*

O mais importante, mesmo, é viver com o cliente a aventura de suas experiências, que ele nos manifesta nas entrevistas. E, para isso, é necessário respeitá-lo, perceber como ele percebe e sentir como ele sente. Desta maneira, a preocupação central da não­ diretividade é a de um relacionamento bom e construtivo.

Poderf amos dizer, exagerando para acentuar a afirmação, que o terapeuta não-diretivo não se preocupa em *curar* mas em *rela­ cionar-se.* Pelo que já foi dito no livro, sabemos como essas idéias devem ser entendidas.

Alguém poderá dizer que o tipo de relacionamento preconizado pela não-diretividade é *utópico.* Neste caso convém indagar o que se entende por *utopia.*

Se a palavra indica um *estado* a ser atingido, onde o iridivfduo se instala num equilf brio perfeito - uma espécie de bem-aventu­ rança -que nega o sofrimento, o conflito e o esforço de progredir, então esse conceito não cabe na Teoria não-diretiva.

Mas se pelo termo *utopia* deseja-se indicar um ideal bem elaborado, que se sabe de antemão ser inatingível, e que por isso existe, não para ser alcançado, mas para dar sentido e· orientar o processo, então parece não haver incompatibilidade entre essa idéia e a orientação não-diretiva.

@

l'ra orientação não-diretiva não se pretende que o indivf duo se tale. Sabe-se que a vida é fluxo permanente. E a *tendência desenvolvimento* impulsiona a pessoa para um movimento in­ sante de crescimento: o que se vive é o *processo contlnuo.* Para se descrever o *processo,* procura-se utilizar uma elaboração intelectual, na busca de abranger todos os seus aspectos, podendo dar às vezes a impressão de uma espécie de "tudo ou nada". Assim, por exemplo, alguém pode pensar que só é autêntico se tiver todas as conotações que foram definidas ou, se faltar alguma,

Já não pode falar mais em autenticidade.

**106**

Mas podemos também imaginar a situação de modo diferente. Assim, pode-se considerar que as explicações não foram dadas para servir de modelos ou como critério de "certo" e "errado".

- São apenas indicações, reletidas sobre o que .a experiência ,da vida pode oferecer e que podem ser úte\s apenas como ponto de referência para uma construção pessoal, insubstituivel e inalienável, que só cada um por si mesmo pode fazer.

*/ -Õ* ·centro de avaliação para cada um de nós deve estar em nós

./m m.os. Assim, julga-se na orientação não-diretiva.

' Além disso, diz Rogers: "a espontaneidade é o elemento mais precios'O e fugidio que conheço. Quando faço qualquer coisa espontânea, ela é altamente ef icaz". º

Assim, apesar de tudo que se possa escrever sobre o assunto, o mais importante não são modelos vindos de fora, mas continua sendo a *autenticidade,* pela qual o terapeuta pode confiar na sua auto-avaliação e pode dedicar-se com espontaneidade ao processo

psicoterápico.

r.

" Carl Rogers, *On Encounter 1roup1,* P- !56.

**107**

*OBRAS CITADAS*

1. ANASTASI, ANNE. *Campos da Psicologia Aplicada.* Editora Herder, São Paulo, 1972. ·

2. BRAMMER, Lawrence e SHOSTROM, Ever.ett L. *Psicologia Terapéulica.*

Herrero Hermanos, Sucessores, SA, México, 1970.

14. ROOERS, Carl. *Counseling alid Psychoterapy: Newer concepts in practice.*

Houghton Mittlin Company, Boston, 1942.

15. RO<IBRS, Carl. *On Becoming a person.* Houghton Mifflin Company,

·Boston, 1961.

16. ROGERS, Carl. *Client-centered Therapy.* Houghton Mifflin Company, Boston, 1951.

17. ROGERS, Carl. *Freedom to learn.* Chárles E. Merrill Publishing <:ompany, Columbus, Ohio, 1969.

18. RoGERS, Carl. *Carl Rogers on Encounter Oroups.* Harper & Row, Publishers, New York, 1970.

19. Dlcclonario de Psicologia. Howard C. Warren, Editor, Pondo de Cultura

, ·Económica, México-Buenos Aires, 1948.

' *(\.) ij* :-."..) r.:. ·L. -· *} :\_\_, · r:* :

1. CURRAN, Charles A. *La psicoterapia Autagógica.* Editorial Raz6n y Fe,

So.-.u *,-)\_g* - *'.:J* "./,:./ ,'/ .*r'*

'!f *t*

SA, Madri, 1963.

1. FROMM, Erich. *Psicanálise da sociedade contempordnea.* Zahar Edito- .

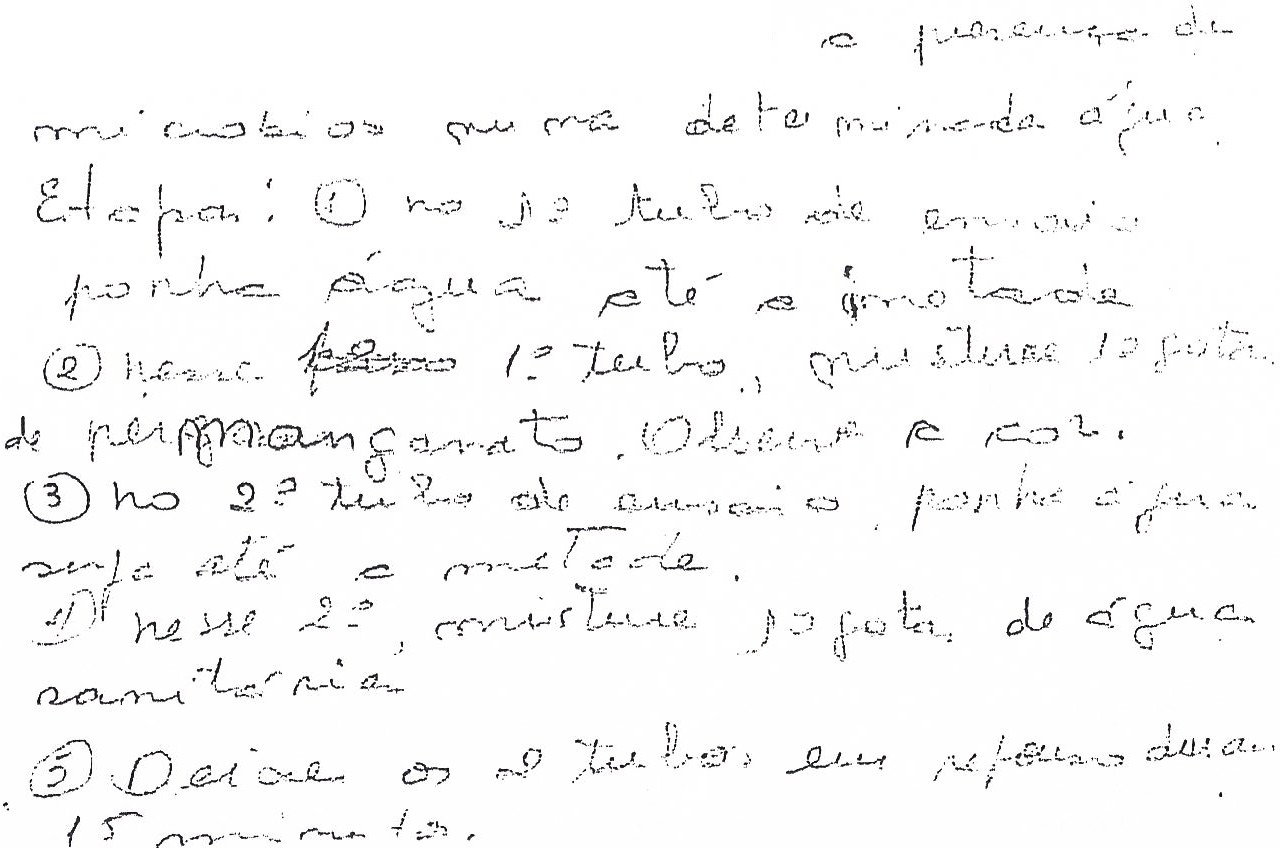
*e..* r,(\_ \\_...... *â.* • .\_\_ 1\_ \_ .c.\_.

rº7

*:.* .

\_ *o.,,* --? ... l --... . . ' j01'.:•' 0l\"'-Q.Q\_ *fvt e* -'

res, Rio de janeiro, 1967.



5. MASLOW, A. H. *Motivación y personalidad.* Sagltario, SA, Barcelona, 1954.

:l6. MAv, Rollo; RoGERs, Carl e outros. *Psicologia Existencial.* Editorial Pld6s, Buenos Aires, 1963.

1. MURY, Gilbert. *lntroduction à la non-directivité.* Prlvat édlteur, Tou­ louse, 1973.
2. PAoês, Max. *L'Orientatlon non-directive en psychothérapie et en psy­ chologie soclale.* Dunod, Paris 1965.

9. PERETTI, André. *Les contradictions de la cult11re et de la pédagogle.*

Editions Epl, Paris, 1969.

10. PUENTE, Miguel de la. *Carl Rogers: de la psychothérapie à renseigne· ment.* Editlons Epi, Paris, 1970.

11. RuDio, Franz Victor. *Ensaio Experimental: Mudança de autenticidade em dois Grupos de Encontro .* Monografia tte Conclusão de Mestrado, PUC do Rio de janeiro, 1972.

1. ST. ARNAUD, Yves. *La consultation Pastorale D'orientation rogérienne.*

Bibliotheque d'études psycho-religieuses, Desclée de Brouwer, 1969.

1. RoOERs, Carl et K1NOET, O. Marlan. *Psychothéraple et Relations Hu­ maines: Théorie et pratique de la thérapie non-directive.* PubJications . Universitaires de Louvain, Editions Béatrice-Nauwelaerts, Paris,· 1966,

108

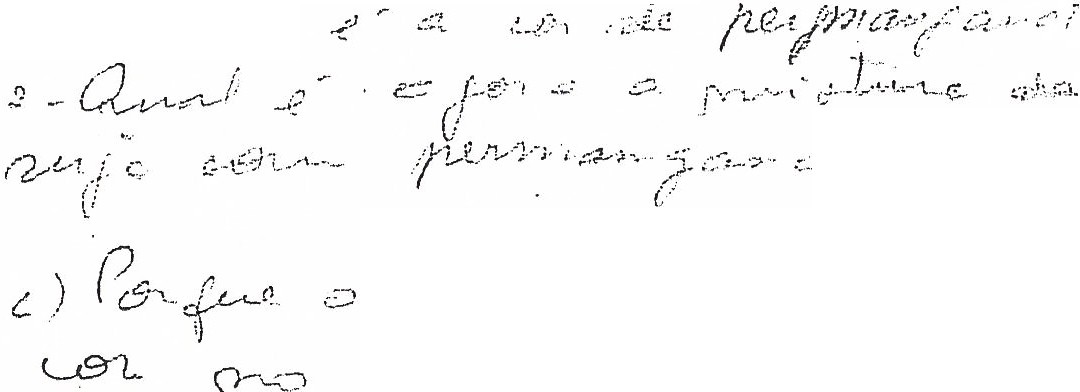
*1* • .

i *c:v ;..>-* -;.-..\_ e)\_

Í-t ,, *r-n* r::-\_ --- *..:l·-c '--C \\_[* · Ç..o v---- ···-(, . -t.::.!V *Cv··-*

-1· .

*!*\_.·*.(*.·*.;*' ,·.>,,-,..,.. -t---...-- *{\_:;,,r-<"--* ..



..-. -.

.·'

*I* - c.:.:.<:\_::,....-1.- ·::.·.":":.>··,

J--: *J*1*-* C<--L \--.' ::..-'-\. .-.-:-..1. *':'*

.,J

\_i! ·::

09

L

-;

*u*1

*......\\_,,......L*