

## RESENHA CRÍTICA

Bárbara Terena Bernardes Franco Barbosa Marinho<sup>1</sup>

Daniel Marcos Andrade<sup>2</sup>

Carla Oliveira Cruz Ribeiro<sup>3</sup>

### CAPÍTULO IX: BREVE TEORIA DA TERAPIA

ROGERS, Carl R. Psicoterapia e relações humanas: teoria e prática da terapia não-diretiva. 2 ed. BeloHorizonte: Interlivros, 1977. (Capítulo IX - Breve teoria da terapia)

**Palavras chave:** Processo Terapêutico. Psicoterapia Fenomenológica-Existencial.

Carl Rogers (1902-1987) foi um renomado psicólogo americano, nascido na cidade de Illinois, criador da Psicologia Humanista. Um dos principais encarregados pelo alcance e reconhecimento dos psicólogos ao universo clínico, antes dirigido e orientado somente pela psiquiatria médica e pela psicanálise. Sua teoria defende que o ser humano é dotado de uma natureza positiva e que estamos em constante movimento em busca da auto realização. Devido a fenomenologia, Rogers defendia que cada indivíduo concebia uma percepção única de mundo e assim desenvolveu a Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), publicando duas renomadas obras: “Terapia Centrada no Cliente” (1951) e “Psicoterapia e Alteração na Personalidade” (1954). Por duas vezes, foi eleito presidente da Associação Americana de Psicologia (APA), sendo congratulado com os prêmios de Melhor Contribuição Científica e o de Melhor Profissional.

Foi proposto como trabalho acadêmico, a leitura e a resenha crítica dos capítulos VIII e IX do livro “Psicoterapia e relações humanas: teoria e prática da terapia não-diretiva”, do psicólogo Carl Rogers. Neste, iremos abordar o capítulo IX, onde o autor apresenta todas as condições necessárias para se obter sucesso em um processo terapêutico, destacando as importantes condições para que cliente e terapeuta possam ter harmonia em todo o processo. A primeira característica é que ambos, terapeuta e cliente, estejam em contato e que esse último esteja

---

<sup>1</sup> Acadêmica do Curso de Bacharelado em Psicologia pelo Centro Universo Belo Horizonte

<sup>2</sup> Professora do Curso de Bacharelado em Psicologia pelo Centro Universo Belo Horizonte.

<sup>3</sup> Professor do Curso de Bacharelado em Psicologia pelo Centro Universo Belo Horizonte.

em incongruência, ou seja, manifestando conflito entre o que pensa e o que se propõem a fazer, o que muitas vezes gera um conflito interno, despertando sentimentos depreciativos e que geram desordem psíquica. Por outro lado, o terapeuta deverá se encontrar em congruência, ou seja, em seu todo ou pelo menos durante o processo, o profissional deverá manter o equilíbrio entre o pensar e agir, se predispondo a vivenciar experiências positivas incondicional acerca do cliente e conseqüentemente a experiência prática da empatia ao que se refere a percepção do cliente sobre ele, mediante ao tema proposto pelo cliente, ficando assim, explícita a consideração positiva incondicional e também da compreensão empática. Sendo assim, o autor testifica que o processo terapêutico se estabelece mais facilmente ou rapidamente quando há sintomas de ansiedade do que o de vulnerabilidade, e que com o passar do tempo, tende-se a nascer um relacionamento mais concreto e firme devido ao amadurecimento dessa relação de confiança e vínculo.

Rogers ressalta que a teoria não demanda que o terapeuta expresse sua empatia e sua consideração positiva condicional de uma forma explícita ou verbal quando em contato com o cliente, mas que seja perceptível ao cliente a empatia, compreensão e consideração positiva. Em consideração ao evidenciado acima, percebe-se que cada cliente faz um uso distinto e pessoal do que lhe é oferecido. Segundo o autor, um elemento central da teoria, estaria no do que diz respeito ao estado de acordo interno do terapeuta, pois esse irá refletir na forma como ele transmitirá todas as suas impressões ao cliente, afinal, não seria congruente o terapeuta se dizer empático a uma situação e internamente manifestar sentimentos contrários. Diante disso, Rogers se posiciona

indagando o leitor, se seria prudente o terapeuta comunicar ao cliente alguns dos sentimentos que experimenta ao seu respeito. Observamos que não é dada uma resposta a esse questionamento, porém o autor afirma que é extremamente importante o terapeuta comunicar ao seu cliente, caso esteja em grande angústia de sentimentos ao qual não consiga se concentrar no mesmo, dificultando a prática da empatia. Logo, é fundamental a consciência do terapeuta acerca que, o estado de acordo interno de um terapeuta é de extrema importância, porém, deverá estar paralela às atitudes de consideração positiva incondicional e de compreensão empática, conforme descreve a teoria.

Foi percebido que, quando manifestadas as condições citadas anteriormente e essas se mantêm, é validado o processo terapêutico, havendo uma maior sensação de confiança do cliente, expressando seus sentimentos de forma verbal ou não-verbal, uma maior noção de eu, uma maior experiência de seus próprios sentimentos sendo esses muitas vezes negado pelo próprio cliente proporcionando ele a observar alguns símbolos de suas

experiências de uma maneira mais correta e diversa, principalmente se essas experiências antes fossem ameaçadoras e agora mais sutis, tornando ele a se perceber com mais atitudes de consideração positiva incondicional. Essas e outras percepções, foram observadas no que tange as mudanças de personalidade por Rogers e demais estudiosos, que declararam serem essas mudanças de forma permanente na vida dessas pessoas. Foram percebidas evoluções, percepções mais realistas e objetivas de si, um melhor funcionamento psíquico, crescimento de confiança em si, empatia com o outro e uma maior congruência de si em todo o seu eu.

Por fim, Rogers destaca e relata de forma ímpar toda a capacidade que o “organismo” humano tem de se aprimorar, ou como o próprio autor menciona, de se atualizar, podendo o indivíduo tomar consciência dos fatores de seus desajustes psicológicos (incongruência), a habilidade de se reorganizar, a atitude de consideração positiva incondicional e a compreensão empática, possibilitando a psicoterapia na liberação de capacidades já presentes, porém em condições ocultas ao indivíduo.

## **REFERÊNCIAS**

FRAZÃO, Dilva. Biografia Carl Rogers. eBiografia, 13 jan. 2021. Disponível em: <[https://www.ebiografia.com/carl\\_rogers/](https://www.ebiografia.com/carl_rogers/)>. Acesso em: 12 mar. 2022.

ROGERS, Carl R. Psicoterapia e relações humanas: teoria e prática da terapia não-diretiva. 2 ed. BeloHorizonte: Interlivros, 1977. (Capítulo IX - breve teoria da terapia).

indagando o leitor, se seria prudente o terapeuta comunicar ao cliente alguns dos sentimentos que experimenta ao seu respeito. Observamos que não é dada uma resposta a esse questionamento, porém o autor afirma que é extremamente importante o terapeuta comunicar ao seu cliente, caso esteja em grande angústia de sentimentos ao qual não consiga se concentrar no mesmo, dificultando a prática da empatia. Logo, é fundamental a consciência do terapeuta acerca que, o estado de acordo interno de um terapeuta é de extrema importância, porém, deverá estar paralela às atitudes de consideração positiva incondicional e de compreensão empática, conforme descreve a teoria.

Foi percebido que, quando manifestadas as condições citadas anteriormente e essas se mantêm, é validado o processo terapêutico, havendo uma maior sensação de confiança do cliente, expressando seus sentimentos de forma verbal ou não-verbal, uma maior noção de eu, uma maior experiência de seus próprios sentimentos sendo esses muitas vezes negado pelo próprio cliente proporcionando ele a observar alguns símbolos de suas experiências de uma maneira mais correta e diversa, principalmente se essas experiências antes fossem ameaçadoras e agora mais sutis, tornando ele a se perceber com mais atitudes de consideração positiva incondicional. Essas e outras percepções, foram observadas no que tange as mudanças de personalidade por Rogers e demais estudiosos, que declararam serem essas mudanças de forma permanente na vida dessas pessoas. Foram percebidas evoluções, percepções mais realistas e objetivas de si, um melhor funcionamento psíquico, crescimento de confiança em si, empatia com o outro e uma maior congruência de si em todo o seu eu.

Por fim, Rogers destaca e relata de forma ímpar toda a capacidade que o “organismo” humano tem de se aprimorar, ou como o próprio autor menciona, de se atualizar, podendo o indivíduo tomar consciência dos fatores de seus desajustes psicológicos (incongruência), a habilidade de se reorganizar, a atitude de consideração positiva incondicional e a compreensão empática, possibilitando a psicoterapia na liberação de capacidades já presentes, porém em condições ocultas ao indivíduo.

## **REFERÊNCIAS**

FRAZÃO, Dilva. Biografia Carl Rogers. eBiografia, 13 jan. 2021. Disponível em: <[https://www.ebiografia.com/carl\\_rogers/](https://www.ebiografia.com/carl_rogers/)>. Acesso em: 12 mar. 2022.

ROGERS, Carl R. Psicoterapia e relações humanas: teoria e prática da terapia não-diretiva. 2 ed. BeloHorizonte: Interlivros, 1977. (Capítulo IX - breve teoria da terapia).