

---

## **Abordagem humanista e o processo psicoterapêutico criado por Carl Rogers**

Adriana Passamani de Oliveira  
Edna Maria dos Santos  
João Gabriel Bertim Rabasco  
Thaís Wounnsosky de Campos  
Vandriely Dalfior Leite  
*Faculdade Anhanguera, Tangará da Serra - MT*

---

**Resumo:** A Psicologia Humanista surge na década de 50, ganhando força consequentemente nos anos de 60 e 70, partindo de uma reação contrária as ideias que eram expostas por vertentes fortes da época como o Behaviorismo que fazia sua análise apenas pelo comportamento e a Psicanálise no enfoque do inconsciente e seu determinismo. O Humanismo traz forte influência fenomenológica e existencial, pois busca conhecer o homem tentando humanizar seu aparelho psíquico. O real objetivo deste artigo é trazer à tona o contexto da abordagem assim como a psicoterapia desenvolvida a partir da mesma, chamada de Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), tendo como Fundador Carl Ransom Rogers.

**Palavras-Chave:** Psicologia Humanista. Psicoterapia. Abordagem Centrada na Pessoa.

## **Humanistic approach and the psychotherapeutic process created by Carl Rogers**

**Abstract:** Humanist Psychology emerged in the 1950s, gaining strength consequently in the 1960s and 1970s, starting from a contrary reaction to the ideas that were exposed by strong strands of the time as Behaviorism that made its analysis only behavior and Psychoanalysis the focus of the unconscious and its determinism. Humanism brings a strong phenomenological and existential influence because it seeks to know man trying to humanize his psychic apparatus. The real objective of this article is to bring out the context of the approach as well as the psychotherapy developed from the same, called the Person-Centered Approach (PCA), having as Founder Carl Ransom Rogers.

**Keywords:** Humanistic Psychology. Psychotherapy. Person Centered Approach.

---

## Introdução

No âmbito psicológico, início do século XX, o movimento cientificista elucida uma procura para atrelar o campo de estudo do ser humano ao modelo positivista em voga, que se instituiria por meio de investigação experimental frente aos fenômenos psicológicos atrelados ao mundo físico, fora de toda abstração teórica e filosófica. Abrindo-se caminho para tal investigação científica, os estudiosos visam em enxergar cada indivíduo sendo avaliado e compreendido segundo suas próprias circunstâncias e seus potenciais únicos frente a determinada doença. Segundo Holanda (1997, p. 37), o homem não é uma coisa entre as coisas, e como tal não pode assim ser considerado. O mundo é um objeto intencional com referência a um sujeito pensante, o que invalida a objetividade absoluta.

Se baseando no existencialismo enquanto construtor teórico e na fenomenologia enquanto alicerce prático, a abordagem humanista traz à tona temáticas diversificadas, priorizando claro, a visão positivista quanto ao ser, dando assim ênfase aos estudos das capacidades e potencialidades do homem que é acometido de alguma patologia.

Abraham Maslow, trouxe as contribuições mais notórias e profundas quando trouxe suas pesquisas com enfoque total na motivação e autorrealização, mediante a qual fundamentou a conhecida Pirâmide de Maslow, ou como o próprio criador prefere chamar Pirâmide das Necessidades, onde as motivações humanas foram categorizadas e escalonadas em determinada ordem, que culminam na autorrealização.

Carl Ransom Rogers, aprimora as ideias de Maslow e cria teoria psicológica denominada Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), que se baseia na motivação mediante as forças positivas do sujeito, ou seja, nas características não afetadas pela patologia, que sustentam a dignidade e valor da pessoa.

A real objetivação desse artigo é enfatizar dentro do contexto da Psicologia Humanista que todo indivíduo pode se transformar na melhor pessoa que deseja e pode ser.

## Contexto histórico da Abordagem Humanista

O movimento que afluiu a real instalação da Psicologia Humanista, iniciou-se dentro do âmbito acadêmico norte-americano do pós-guerra, a mesma foi fundada há cerca de cinquenta anos, que se apresenta dentro do contexto psicológico basicamente como uma terceira força, a qual traz como objetivo combater a desumanização determinista da imagem do homem que até então achava-se promovido por outras abordagens como, Psicanálise que se dispõe de um método terapêutico dominante inserido na área da psicoterapia, assim como o Behaviorismo que se põe como dominante na Psicologia Experimental.

É correto afirmar que os humanistas se rebelam contra quatro pontos fundamentais da abordagem Behaviorista. Em primeiro, não de discordar da pesquisa científica feita com animais, onde prosélitos ao Behaviorismo acreditam que este método gerara então, uma compreensão adequada quanto ao ser humano. Bugental (1963) disse, o ser humano não é um rato branco maior, assim uma Psicologia baseada em dados animais excluiria aquilo que deveria ser o objeto primeiro da Psicologia: os processos e experiências distintamente humanos. Em Segundo, os adeptos do humanismo têm como exigência que as teses de pesquisas da Psicologia não sejam determinadas por simplesmente se adequarem ao método experimental, e sim por sua real relevância quando referido ao ser humano bem como ao seu aprofundamento psicológico. Em terceiro, se opõem totalmente a concepção extremamente mecanicista e reativa exposta no Behaviorismo, onde acreditam na concepção proativa na natureza humana: os humanistas por sua vez argumentam que toda concepção humana é automotivada e intencional. Por último, estes concluem que ainda que os behavioristas consigam um dia implementar um ‘catálogo’ completo quanto aos comportamentos humanos possíveis, isto nunca poderia oferecer uma descrição adequada da real natureza humana pois, usando como exemplo a sentença gestaltista, o ser vai muito além dos que a soma de cada comportamento isolado.

Segundo De Carvalho (1990, p.33):

A oposição ao Behaviorismo foi a posição que, pelo caminho da negação, mais contribuiu para o estabelecimento conceitual da Psicologia Humanista. Os Humanistas caracterizam o Behaviorismo como uma teoria em que o homem é

---

visto como um ser inanimado, um organismo puramente reativo, "uma coisa passiva perdida, sem responsabilidade por seu próprio comportamento".

A Psicologia Humanista, contudo, estabeleceu uma reação quanto a Psicanálise de Freud, que ao se desenrolar é considerada por estes como, determinista, reducionista e dogmática. Segundo eles, Freud, era excessivamente centrado no 'lado negro' do ser humano, ou seja, continha uma visão fatalista e pessimista. O homem neste caso não seria nada além de uma resultância de fortes pulsões com fundo biológico, que poderia se manifestar solenemente de acordo com a história de cada ser. Abraham Maslow, um dos nomes mais representativo do movimento humanista, acusa o autor da Psicanálise de estudar apenas indivíduos perturbados: psicóticos e neuróticos. Maslow (1963) diz, "o estudo de espécimes aleijados, enfezados, imaturos e patológicos só pode produzir uma Psicologia mutilada e uma filosofia frustrada" (p. 234). O Humanismo entende que a psicologia deveria se voltar solenemente para a sapiência das características e qualidades positivas do ser, como satisfação, altruísmo, o êxtase ou a fruição estética. Sendo assim, os profissionais desta área deveriam compenetrar-se na estrutura do homem sadio, não apenas na psicopatologia.

Alguns humanistas como Frick (1973), consideram que Freud frente a sua abordagem, desenvolveu vários fundamentos teóricos que outrora se tornaram responsáveis pela disseminação de uma visão totalmente pessimista quanto ao Homem e suas possibilidades.

Outra influência importantíssima quanto a Psicologia Humanista é a Psicologia da Gestalt. Assim como está registrada em algumas obras do neuropsiquiatra Kurt Goldstein como *O Organismo* (The Organism) (1934) e *A Natureza Humana à Luz da Psicopatologia* (Human Nature in the light of psychopathology) (1940), a Gestalt enxerga o ser como uma unidade irreduzível onde tudo está relacionado com tudo, sendo assim o todo vai além do que a soma de suas partes. Goldstein em suas obras, introduz conceitos que seriam desenvolvidos e assimilados por psicólogos do âmbito humanista, visando principalmente as tendências quanto ao crescimento e auto-atualização, mostrando sua visão

um tanto quanto holista do organismo humano. É esse espírito holista da Gestalt, assim como a sua concepção do comportamento humano como intencional que foi assimilado pelo movimento.

No Brasil, uma introdução histórica ao humanismo, no caso identificado como matrizes românticas e pós-românticas, há de ser encontradas no livro de Luís Cláudio Figueiredo (1989), tendo por título *Matrizes do Pensamento Psicológico*. O presente registro histórico humanista no Brasil, se limita ao reconhecimento de tendências humanistas na Psicologia do país. As teorias humanistas que outrora encontram-se no Brasil são: Existencialismo, Fenomenologia, Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), Logoterapia e Gestalt-terapia. Nesse sentido, as mesmas tiveram importante participação na difusão de várias modalidades de terapia em grupo, com a grupoterapia de sensibilização e a do psicodrama. Está registrado que essas atividades se inseriram no contexto brasileiro, na segunda metade de 1960, por Pierre Weil.

### Principais autores

Conforme verificado a psicologia tinha como principais bases à Psicanálise e Behaviorismo, tendo como objetivo a Psicanálise compreender as motivações inconsciente para guiar o comportamento, já o Behaviorismo foca nos processos que levavam a esse comportamento. Assim, outros pensadores tinham entendimentos divergentes da afirmação que a escolha pessoal não era o significado malévolo das emoções. Nesse sentido, essa outra bancada com várias teses sentiu a necessidade de se reunir para discutir e solidificar a teoria que por eles eram mais significativas e assertivas para desenvolver e focar no potencial de cada indivíduo.

Sendo assim foram vários os estudiosos, com o objetivo de desenvolver a teoria em que os seres humanos, como indivíduos, são seres únicos e devem ser reconhecidos e fortalecidos na sua essência, tais quais: suas crenças, a liberdade pessoal, autodeterminação e autorrealização. Esse desenvolvimento foi influenciado pelos estudiosos Abraham Maslow e Carl Rogers, teve destaque também nessa linha os autores Rollo May e Erich

Fromm. Vale frisar que esses estudos vieram à tona no início do ano de 1950, sendo batizada então, como Psicologia Humanista, tendo como fundador Abraham Maslow (1908-1970). Maslow, foi um psicólogo norte-americano, conhecido pela Teoria da Hierarquia das Necessidades Humanas ou popularmente conhecida como Pirâmide de Maslow, nasceu no Brooklyn, nos Estados Unidos, no dia 01 de abril de 1908. Descendente de russos e judeus viveu uma infância bastante infeliz e miserável. Foi o primogênito de sete filhos de pais imigrantes russos judeus.

Maslow teve uma infância humilde, sem muitos amigos, devido ao fato de o seu bairro possuir poucos judeus, o que lhe possibilitou bastante tempo para ler e estudar. A Teoria de Maslow é chamada de transpessoal, conhecida como holística dinâmica, essa abordagem defende que o ser humano na sua integralidade é motivado constantemente por algum tipo de necessidade e que todo ser humano tem potencial para crescer em direção de satisfazer-las garantindo a saúde psicológica. Abraham, defende que a motivação é por completo em todos os aspectos sendo, a forma de pensar, agir e modificar. Assim que satisfeita aquela é substituída por outra, ou seja, é motivada continuamente.

Tal razão ele desenvolveu a pirâmide das necessidades humanas, especificando as em hierarquia dividindo as em cinco níveis classificando ao grau de necessidade do ser Humano: 1- necessidade fisiológica; 2- necessidade de segurança; 3- necessidade de amor e pertencimento; 4- necessidade de auto estima; 5- necessidade de autoatualização. Segundo Maslow essas são as necessidades mais básicas para a sobrevivência.

Em 1951, Carl Ransom Rogers, psicólogo e psicopedagogo norte americano, nasceu em 8 de janeiro de 1902, na cidade de Oak Park, Illinois, nos Estados Unidos. Tinha dois irmãos, sendo ele o filho do meio, em uma família protestante e tradicionalista, onde cresceu seguindo os preceitos de sua religião. Ao completar doze anos de idade, Rogers mudou-se com sua família para uma fazenda, onde o trabalho no campo que lhe despertou grande interesse pela agricultura, o que, mais tarde, o levou a estudar agronomia na universidade de Wisconsin. Porém, após algum tempo, devido ao seu talento como facilitador em atividades comunitárias, decidiu mudar

seu curso para história, o que conciliaria com as expectativas de sua família para que seguisse uma carreira religiosa.

Um tempo depois, ao se transferir para o Teachers College da Columbia University, Rogers conheceu a Psicologia, obtendo então seu mestrado e doutorado o qual começou a trabalhar como psicólogo voltado para a prevenção da crueldade contra crianças, descontente com a psicanálise e a terapia cognitiva comportamental, publicou a Terapia Centrada no Cliente, que descrevia sua abordagem humanista e voltada para o cliente da terapia. Coadunando com a linha de pensamento de Maslow, pois ambos eram focados em ajudar o indivíduo descobrir e desenvolver suas potencialidades para que se autorrealizasse.

A terapia Rogeriana pode ser definida como uma abordagem não-diretiva e empática, com o objetivo de empoderar e motivar o cliente ao longo do seu processo terapêutico, ou seja, valoriza a experiência do paciente. Que ainda contribui para a descoberta dos desafios pessoais e a adversidade como algo essencial para o despertar do interesse do ser, incentivar os recursos internos e a capacidade de tomar as melhores decisões.

Sendo considerado o pai da Psicologia Existencialista, o estudioso Rollo May nasceu em Ohio, nos Estados Unidos, em 1909, e morreu em São Francisco em 1994. Sua família era de classe média e vivia em um meio que se autodefinia como anti-intelectualista, os quais adotam enfoque existencial e humanista. Foi na Universidade de Columbia que ele recebeu seu doutorado em psicologia clínica em 1949, quando seus discursos começaram a ser invasivos.

Uma mostra disto está na sua obra, publicada em 1953, O homem à procura de si mesmo (MAY, 1999) o qual publicou também no ano 1950 o seu 3º livro, O Significado da Ansiedade. Destacou-se nessa corrente Erich Fromm (1900 – 1980) que foi um filósofo, sociólogo e psicanalista alemão, pesquisador do Instituto para pesquisa social, Instituto vinculado à Escola para pesquisa social da Universidade de Frankfurt. Estudou psicologia, sociologia e filosofia na Universidade de Heidelberg, defendia que a psicologia e a sociologia eram importantes para que se pudesse analisar propriamente os problemas da sociedade e que, dentre esses problemas, o mais

importante era o da elucidação da relação entre o desenvolvimento social da humanidade, especialmente o desenvolvimento econômico-técnico, e o desenvolvimento da psicologia do ser humano, particularmente o que diz respeito à estrutura do Eu do ser humano.

### Conceitos

A Psicologia Humanista é uma linha teórica, a qual vê o indivíduo como um ser único trabalhando sua integralidade e a busca pela sua autorrealização. Carl Rogers, criou a ideia de autoconceito, que fornecia uma definição de como o paciente via si mesmo e como a terapia conseguiria mudar essa visão. Suas ideias estavam centradas menos no diagnóstico e mais em como a pessoa poderia ajudar a si mesma, com a finalidade de se tornar o que Rogers chamou de “pessoa plenamente atuante”. Carl acreditava que as pessoas têm uma única motivação básica: a capacidade para a autorrealização. O mesmo descreve que a autorrealização pode ser compreendida pela figura de uma flor, a qual depende do ambiente e condições certas para poder se desenvolver e assim alcançar seu vigor.

Em sua forma mais elementar, a autorrealização pode ser entendida por meio da metáfora de uma flor. Uma flor depende de seu meio ambiente e somente sob as condições certas conseguirá crescer e atingir seu pleno potencial (Kleinman, 2015, p.93).

Para Rogers se o “eu” ideal do ser humano deve ser coerente ou similar a sua prática real, se isso ocorre, então o mesmo está passando em um estado de congruência. No momento em que há uma discrepância entre o “eu” ideal da pessoa e sua vivência é real, é conhecido como incongruência. É muito incomum o indivíduo experimentar um modo de plena congruência, contudo Rogers alega que quanto maior o senso de valor é mais congruente será a autoimagem que se aproxima do “eu” ideal que está buscando. O ser humano deseja ver a si mesmo de forma conciliável com a sua autoimagem, podendo iniciar o uso do mecanismo de defesa como repressão ou a negação para evitar sentimentos considerados intoleráveis.

De acordo com Carl (1959), a necessidade de consideração positiva se desenvolve na criança à

medida em que emerge a sua consciência do eu. Para saber se está sendo amada ou não, a criança aprende a perceber em cada gesto, atitude e expressão de sua mãe (e de cada pessoa socialmente significativa para ela) sinais indicadores da presença ou ausência de consideração positiva em relação a ela.

Carl Rogers separou a consideração positiva em dois tipos de conceito, sendo elas:

a) Consideração positiva incondicional: acolher e aceitar a pessoa tal como ela é, que será. Expressar um afeto positivo por ela, essa sensação deixa o indivíduo sem medo de tentar coisas novas e cometer erros, mesmo que os resultados desses erros não sejam bons.

b) Consideração positiva condicional: Quando é fornecido carinho, respeitadas e amadas pelo que não pelo que são, mas dado que se comportaram de maneira que os demais julgam ser correto. Segundo Carl Roger “Por exemplo, quando os filhos recebem aprovação dos pais porque se comportam da maneira que eles querem. Alguém que sempre busca a aprovação dos outros provavelmente sentiu uma consideração positiva condicional quando estava crescendo”. (Kleinman, 2015 p. 94).

Abraham Maslow tornou-se um dos líderes e fundadores da psicologia humanista em 1950, o mesmo preocupava-se com a saúde mental positiva. A criação da psicologia humanista movimentou a criação de vários tipos de terapias diferentes com suporte na ideia de que cada ser humano tem a capacidade de cuidar de si mesmo utilizando a terapia, e o terapeuta deve ajudar os pacientes a transferir seus bloqueios para assim alcançar o seu potencial. Maslow é conhecido pela sua hierarquia de necessidades “um marco do pensamento e do ensino da psicologia moderna, que sugere que as pessoas são motivadas a satisfazer uma série de necessidades que começam com as muito básicas e passam para as mais avançadas”. (Kleinman, 2015 p. 95).

Maslow expôs pela primeira vez sua hierarquia de necessidades ao mundo em 1943, que é representada em forma de uma pirâmide. No propósito da teoria de Maslow, ele propõe que a vida motivacional deve ser descrita como uma escalada por divergentes níveis de uma pirâmide, a qual distribui as necessidades. Quanto mais indispensável é a necessidade, mais baixa ela está se encontra na pirâmide, e, incompreensível a necessidade, mais alta localiza-se. Para alçar a pirâmide, os níveis precisam

ser concluídos de baixo para cima. De acordo com a abordagem de Maslow (1954), as necessidades humanas são classificadas em cinco categorias principais: fisiológicas, segurança, afiliação (pertencimento), estima e autorrealização:

a) Fisiológicas: São aquelas apontadas como as mais fundamentais para a sobrevivência, referem-se aos requisitos biológicos para a sobrevivência humana, por exemplo, ar, comida, bebida, abrigo, roupas, calor, sexo, sono etc. Maslow determinou as necessidades fisiológicas as mais importantes, pois todas as outras necessidades se tornam secundárias até que essas necessidades sejam atendidas.

b) Segurança: Visto que as necessidades fisiológicas de um indivíduo são satisfeitas, as necessidades de segurança e proteção tornam-se evidentes. Elas englobam necessidades como segurança financeira, segurança pessoal, saúde e rede de segurança para amparo contra acidentes, como seguro de vida.

c) Necessidade de afiliação: Não é vista por Maslow como fundamental para a sobrevivência da pessoa, no caso, estende-se as relações interpessoais, a afinidade de pertencer há grupo sociais e díades íntimas.

d) Estima: Maslow (1943) dividiu esta necessidade em dois componentes: estima de si e a estima recebida dos outros. O primeiro está relacionado com o respeito que a pessoa cede para si mesmo. O mérito de suas conquistas e dignidade de sua vida. O segundo, estima o desejo de status, boa reputação, dominância e glória recebida dos outros.

e) Autorrealização: É o nível mais alto da hierarquia das necessidades, simbolizando a predisposição de as pessoas se tornarem aquilo que eventualmente destinadas a ser. Assim sendo, insinua a realizar suas capacidades e seus talentos, cumprindo com suas vocações. Neste sentido, podem ser identificadas como características de pessoas autorrealizadas a espontaneidade, a criatividade, a autonomia e a resistência à doutrinação; destacam-se, ainda, a identificação com a espécie humana como um todo e a maior aceitação de si mesmo, dos outros e da natureza (Maslow, 1943).

A definição de Maslow de autorrealização apoia-se completamente em seu olhar subjetivo sobre autorrealização, e que a definição que ele oferece não tem de ser aceita como um fato cientificamente comprovado.

## **Psicoterapia Humanista, Abordagem centrada na pessoa – ACP**

A Abordagem Centrada na pessoa (ACP), foi fundada pelo renomado psicólogo norte-americano do século XX, Carl R. Rogers. Durante a evolução de seus estudos, Rogers sempre demonstrou sua dedicação acerca das bases filosóficas da Psicologia. Foi um ávido integrante do movimento humanista e, contribuiu para o fortalecimento dos princípios da Psicologia Humanista. A ACP surgiu com base em suas vivências clínicas e através das pesquisas científicas decorrentes das mesmas. Rogers sempre ressaltou, a relação da pessoa humana como fator crucial na estruturação de qualquer conhecimento a respeito do fenômeno psicológico. Ele fazia questão de contestar a validade de teorias e técnicas psicoterápicas construídas pela experiência, antes de determinar o contato com a pessoa ou grupo.

Em 1940, com a evolução de suas ideias, Rogers, publicou diversos estudos, que tinham por nome: “Terapia Centrada no Cliente” (1951), “Tornar-se Pessoa” (1961) e “Um Jeito de Ser” (1980), as quais contribuíram para a maior elucidação de seus ideais.

A ACP é vista como uma das principais correntes identificadas pela Terceira Força em Psicologia. Como Carl frisou: Tal identificação justifica-se por sua advocacia pela dignidade e valor da pessoa na sua busca pelo crescimento (Rogers, 1983). A Abordagem Centrada na Pessoa tem como base, promover relações interpessoais autônomas e por consequência humanizadas, promovendo o desenvolvimento de atitudes de consideração positiva incondicional, empatia e autenticidade. Tais atitudes formam o crescimento, preservação e sobrevivência como foco imprescindível da motivação humana. Sendo assim, a consideração positiva incondicional é caracterizada como: "uma aceitação calorosa de cada aspecto da experiência do cliente" (Wood *et al.*, 2008, p. 149). Quando relacionada à atitude empática, a consideração positiva incondicional, reconhece de forma abrangente as relações, proporcionando nas pessoas o sentimento de estarem sendo compreendidas.

Segundo Rogers & Rosenberg (1977, p. 73) a atitude empática era caracterizada como:

Penetrar-se no mundo perceptual do outro e sentir-se totalmente à vontade dentro dele. Requer sensibilidade constante para com as mudanças que se verificam nesta pessoa em relação aos significados que ela percebe [...] sem tentar revelar sentimentos dos quais a pessoa não tem consciência, pois isto poderia ser muito ameaçador. Implica em transmitir a maneira como você sente o mundo dele/dela à medida que examina sem viés e sem medo os aspectos que a pessoa teme.

O propósito da relação terapêutica corresponde à recuperação entre a perda da experiência do indivíduo e a experiência consciente do self, desprendendo o cliente para que ele possa ter um desenvolvimento e amadurecimento saudável e natural. Rogers (1976) Descobriu-se que a transformação pessoal era facilitada quando o psicoterapeuta é aquilo que é, quando as suas relações com o paciente são autênticas e sem máscara nem fachada, exprimindo abertamente os sentimentos e as atitudes que nesse momento lhe ocorrem. Escolhemos o termo "congruência" para tentar descrever esta condição. Com este termo procura-se "significar que os sentimentos experimentados pelo terapeuta lhe são disponíveis, disponíveis à sua consciência, e que ele é capaz de vivê-los, de ser esses sentimentos e estas atitudes, que é capaz de comunicá-los se surgir uma oportunidade disso" (p.63).

Sendo assim, Wood *et al.* (2008) afirmam que a autenticidade não é expressar somente aquilo que se pensa, mas sim, ter atitudes conscientes e coerentes que são vivenciadas através da relação com o outro. A junção dessas três atitudes advinda de qualquer relação interpessoal, é vista por Rogers como uma condição essencial e suficiente para promover o desenvolvimento humano.

### Principais técnicas

A visão de Carl Rogers sobre o ser humano é considerada única, uma vez que ele se propôs a compreender o ser humano de uma forma completamente diferente das outras abordagens. Rogers defendia que a pessoa era muito mais do que um escravo dos impulsos sexuais da teoria de Freud e mais do que simplesmente um agente por condicionantes comportamentais da teoria de Watson e Skinner (Borja-Santos, 2004, p. 18).

A Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) reflete o olhar humanista da terceira e nova onda das psicologias no mundo. Nesta abordagem, o olhar volta-se inteiramente para o ser humano, reforçando a ética do contato com o outro, englobando muito mais do que um compilado de técnicas e normas de aplicação nas sessões, mas se baseia amplamente na experiência terapeuta-cliente (Borja-Santos, 2012; Amatuzzi, 2010 *apud* Araújo & Freira, 2014; Amatuzzi, 2010 *apud* Abreu, Vieira, & Castelo Branco, 2022).

Relativo à questão das técnicas, Moreira (2009 *apud* Araújo & Freire, 2014, p. 94) explica que, "a portas fechadas, o psicólogo está diante da imprevisibilidade e da alteridade do sujeito. Neste momento, as técnicas podem oferecer segurança, no entanto, não serão capazes de totalizar e enquadrar a situação por completo", desta forma, compreende-se que as técnicas psicoterápicas não são priorizadas nesta abordagem e que determinadas *técnicas*, tem outro significado neste campo.

A abordagem Rogeriana é de configuração não diretiva, não possuindo técnicas psicoterapêuticas em seu repertório, mas sim, atitudes psicoterapêuticas. Essas atitudes são os pilares da terapia da ACP, dentre elas: a autenticidade do terapeuta; a empatia; a aceitação incondicional da pessoa, etc. (Holanda, 2009, p. 41; Araújo & Freire, 2014; Abreu, Vieira & Castelo-Branco, 2022).

A palavra técnica tem um "peso" ao considerar suas implicações sobre o processo psicoterápico proposto inicialmente por Rogers, que seria, em termos etimológicos, derivada de habilidades e também de processos instrumentais (Holanda, 2009, p. 41). Para Rogers (1997 *apud* Abreu, Vieira & Castelo-Branco, 2022, p. 4) "se o terapeuta estiver dando prioridade as técnicas, o vínculo com o cliente não acontecerão e sua atuação estará sendo mecanizada".

Neste sentido, Amatuzzi (2010) aponta que "a ACP não se trata de uma técnica, mas de uma ética das relações humanas" (*apud* Abreu, Vieira & Castelo-Branco, 2022, p. 4) e com isso, é possível afirmar que as atitudes do psicoterapeuta no processo da terapia são priorizadas, e a utilização de técnicas fica em segundo plano. A prioridade maior seria voltada para a genuinidade do terapeuta em relação ao seu vínculo com o cliente, onde ele deve portar-se

de uma postura ética, sem deixar de compreender a pessoa como um ser humano livre e capaz. Deste modo, a terapia só seria eficiente, se o terapeuta confiar em seu cliente (Vieira *et al.*, 2018 *apud* Abreu, Vieira & Castelo-Branco, 2022, p. 6; Araújo & Freire, 2014, p. 99).

Abreu, Vieira e Castelo-Branco (2022, p. 7) ressaltam ainda “a ideia de que para formar-se em um psicoterapeuta de orientação centrada na pessoa, o estudante não precisa “ser especialista, um grande conhecedor de técnicas e de teorias da personalidade, bastando que tente compreender o ponto de vista do cliente e seja capaz de afirmar sua capacidade de autodeterminação”

### Considerações Finais

Com base na abordagem humanista, o psicólogo que atua nessa linha tem que compreender que o ser humano está em constante construção e desenvolvimento do seu ser. Dessa maneira utiliza de suas vivências e experiências que visam o desenvolvimento da sua aceitação dentro do processo de autoconhecimento que resulta um conjunto de interação interpessoal.

### Referências

- Abreu, A. C. V., Vieira, E. M., & Branco, P. C. C. (2022). Formação do Terapeuta Centrado na Pessoa: Ética e Figuras de Alteridade. *Revista Subjetividades*, 22(2), e10260-e10260.
- Araújo, I. C., & Freire, J. C. (2014). Os valores e a sua importância para a teoria da clínica da abordagem centrada na pessoa. *Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies*, 20(1), 94-103.
- Bacellar, A., Rocha, J. S. X., & Flôr, M. D. S. (2012). Abordagem centrada na pessoa e políticas públicas de saúde brasileiras do século XXI: uma aproximação possível. *Revista do NUFEN*, 4(1), 127-140.
- Bezerra, M. E. S. (2012). Aspectos humanistas, existenciais e fenomenológicos presentes na abordagem centrada na pessoa. *Revista do NUFEN*, 4(2), 21-36.
- Borja-Santos, Cecília. Abordagem centrada na pessoa-relação terapêutica e processo de mudança. *Psilogos*, v. 1, n. 2, p. 18-23, 2004.
- Branco, P. C. C., & de Brito Silva, L. X. (2017). Psicologia humanista de Abraham Maslow: recepção e circulação no Brasil. *Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies*, 23(2), 189-199.
- Bugental, J. F. (1963). Humanistic psychology: A new breakthrough. *American Psychologist*, 18(9), 563.
- Castañon, G. A. (2007). Psicologia Humanista: a história de um dilema epistemológico. *Memorandum: Memória e História em Psicologia*, 12, 105-124.

Nesse estudo, constatou-se que a Abordagem Centrada na Pessoa surgiu com base em suas vivências clínicas e através das pesquisas científicas decorrentes delas. Sendo ressaltado que a relação humana era um fator imprescindível na estruturação do conhecimento acerca do fenômeno psicológico. Rogers contestava a validade de teorias e técnicas psicoterápicas com o objetivo de entender o que foi construído ao redor da experiência de cada pessoa. O foco da ACP era promover relações interpessoais autônomas e por consequência humanizadas, que seguiam os padrões de atitudes de consideração positiva incondicional, empatia e autenticidade. A junção dessas três atitudes em qualquer tipo de relação interpessoal é essencial para o desenvolvimento humano. Conclui-se que esse processo de ensino e aprendizagem deve ser centrado na pessoa de forma não-diretiva, dando a oportunidade de escolha, responsabilizando o pela condução de seu destino em busca de sua auto-realização. Assim, podemos dizer que a abordagem humanista é otimista e acolhedora sem julgar o método escolhido pelo indivíduo.

- 
- Cavalcanti, T. M. et al. (2019). Hierarquia das Necessidades de Maslow: Validação de um Instrumento. *Psicol. ciênc. prof*, e183408-e183408.
- Da Ponte, C. R. S., & de Sousa, H. L. (2011). Reflexões críticas acerca da psicologia existencial de Rollo May. *Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies*, 17(1), 47-58.
- De Carvalho, R. J. (1990). A history of the "third force" in psychology. *Journal of Humanistic psychology*, 30(4), 22-44.
- Freire, Elizabeth Schmitt. (2006). *Desenvolvimento de um instrumento de avaliação de resultados em psicoterapia baseado na teoria da mudança terapêutica de Carls Rogers*.
- Frick, W. (1973). *Psicologia Humanística*. Buenos Aires: Editorial Guadalupe.
- Gomes, W. B. et al. (2004). *Psicologia humanista no Brasil. História da psicologia no Brasil do século XX*. São Paulo: EPU,
- Goldstein, K. (1940). *Human Nature in the light of psychopathology*. New York: Schocken Books.
- Goldstein, K. (1934). *The Organism: A holistic approach to biology derived from pathological data in man*. New York: American Book.
- Kleinman, P. (2015). *Tudo que você precisa saber sobre psicologia: um livro prático sobre o estudo da mente humana*. São Paulo: Editora Gente,
- Holanda, A. F. (2009). A perspectiva de Carl Rogers acerca da Resposta Reflexa. *Revista do NUFEN*, 1(1), 40-59.
- Holanda, A. (1997). Fenomenologia, psicoterapia e psicologia humanista. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 14, 33-46.
- Maciel, F. (2020). A patologia da normalidade: Erich Fromm e a crítica da cultura capitalista contemporânea. *Sociologias*, 22, 262-288.
- Maslow, A. (1963). *Motivacion y Personalidad*. Barcelona: Sagitário.
- Green, C. D. (2000). A theory of human motivation. *Psychological review*, 50, 370-396.
- Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In Koch, S. (Org.). *Psychology: A study of science: Formulation of the person and the social context*, 3. ed. New York: McGraw Hill. p. 184-256.
- Rogers, C. R., & Rosemberg, R. L. (1977). *A Pessoa como Centro*. São Paulo: EPU/EDUSP.
- Rogers, C.R (1976). *Tornar-se pessoa*. São Paulo: Martins Fontes.
- Rogers, C. R. (1983). *Um Jeito de Ser*. São Paulo: EPU.
- Sacomano, F., & de Faria, N. J. (2014). A psicologia humanista veiculada pela revista "Psicologia Atual", de 1977 a 1986. *Memorandum: Memória e História em Psicologia*, 27, 161-180.
- Wood, J. K. et al. (Orgs.). (2008). *Abordagem Centrada na Pessoa*. 4. ed. Vitória: Edufes.

*Adriana Passamani de Oliveira*

Acadêmica do Curso de psicologia da Faculdade Anhanguera.

E-mail: [adriana\\_passamani@hotmail.com](mailto:adriana_passamani@hotmail.com)

 <https://orcid.org/0000-0001-8624-2892>

*Edna Maria dos Santos*

Acadêmica do Curso de psicologia da Faculdade Anhanguera.

E-mail: [edina.es36@gmail.com](mailto:edina.es36@gmail.com)

 <https://orcid.org/0000-0001-6094-7915>

*João Gabriel Bertin Rabasco*

Acadêmico do Curso de psicologia da Faculdade Anhanguera.

E-mail: [joaogabrielbertin@gmail.com](mailto:joaogabrielbertin@gmail.com)

 <https://orcid.org/0000-0002-9905-8872>

*Thaís Wounnsoscky de Campos*

Acadêmica do Curso de psicologia da Faculdade Anhanguera.

E-mail: [thaiscampos2015@gmail.com](mailto:thaiscampos2015@gmail.com)

 <https://orcid.org/0000-0001-8873-7362>

*Vandriely Dalfior Leite*

Acadêmica do Curso de psicologia da Faculdade Anhanguera.

E-mail: [vandrielydalfior11@gmail.com](mailto:vandrielydalfior11@gmail.com)

 <https://orcid.org/0000-0001-8132-2092>

*Recebido em: 24/12/2021*

*Aceito em: 02/08/2022*