

**A ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA E A ADOLESCÊNCIA**

DALMORO, Kelly Ludwig [Graduanda em Psicologia] - UNOESC - Campus de São Miguel do Oeste - SC

GASPARIN, André Marcos Spiecker [Professor Orientador] - UNOESC - Campus de São Miguel do Oeste - SC

**Resumo****INTRODUÇÃO**

O presente resumo tem como objetivo abordar a angústia na adolescência através da abordagem centrada na pessoa de Carl Rogers, a qual fornece meios de intervir tendo como foco o indivíduo e não o problema. Este trabalho é parte do componente de Estágio Curricular Supervisionado I, disciplina do curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC), campus de São Miguel do Oeste.

**DESENVOLVIMENTO**

Referente ao período de desenvolvimento, a adolescência representa a transição entre infância e idade adulta. Inicia entre 10 e 13 anos e termina por volta dos 19 anos. Pode ser dividida inicial (corresponde aproximadamente ao final do ensino fundamental e inclui principalmente as mudanças puberais) e final (metade da segunda década da vida) (Santrock, 2012).

Biologicamente é um corpo novo. Estreia com a puberdade, fenômeno gradual e característico desta fase, em que as alterações corporais se sucedem a nível morfológico (estrutura), fisiológico (metabolismo), etc. (Becker, 2017).

Nos aspectos socioemocionais, surgem novas e abundantes emoções. Variados sentimentos, sensações e comportamentos são experienciados, alguns inéditos, e que em maior ou menor grau contribuirão para a construção da identidade e da personalidade (Fogaça et al., 2019).

O caso apresentado é de uma cliente do gênero feminino, 14 anos e, portanto, na transição de criança para adolescente. Reside com a mãe, o padrasto e uma irmã mais nova. Relata problemas de convivência com o padrasto, o qual interfere em sua relação com a mãe. Por exemplo, sempre que ocorre algum conflito entre ambos, a mãe se posiciona a favor do padrasto. A mãe não lhe escuta e a forma de castigo é deixá-la sem o celular.

Durante o primeiro atendimento, ela visualizou os lápis de cor e revelou que gosta de desenhar e se expressar por meio da arte. Lhe informei que ela teria liberdade, caso desejasse pintar durante as sessões e assim tem sido feito. Em alguns momentos ela desenha sozinha, já em outros solicita que a estagiária desenhe junto. Utiliza-se preferencialmente lápis de cor e grafite, que se inserem na ludoterapia clínica da abordagem centrada na pessoa.

Os atendimentos são realizados seguindo a Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) de Carl Rogers (1992). O psicólogo aponta que em meio à onda crescente de progressos psicoterapêuticos e de interesse por esses procedimentos, desenvolveu-se o aconselhamento não-diretivo ou centrado no cliente - um produto de sua época e cenário cultural.

Esta abordagem se fundamenta em observações atentas, íntimas e específicas do comportamento humano em um relacionamento - observações que, segundo se acredita, até certo ponto transcendem as limitações ou influências de uma determinada cultura (Rogers, 1992).

Como a abordagem é não diretiva, o paciente assume a responsabilidade e a direção, e assim tem condições de expressar com maior facilidade suas dificuldades e angústias, colaborando na sua adaptação social (Oliveira; Fernandes, 2023). Na prática, a ACP se utiliza de intervenções, sendo as três principais: (1) a reiteração ou reflexo-simples; (2) o reflexo de sentimentos; e, (3) a elucidação. A seguir aborda-se as intervenções relacionadas aos atendimentos.

A Reiteração: num primeiro momento, pode parecer simples demais, principalmente para quem nunca experienciou uma relação não-diretiva. Mas ao repetir a paciente o que está sendo dito durante os atendimentos, emito, como por exemplo: “vejo que você está desenhando borboletas”.

O Reflexo de sentimentos: é a intervenção verbal da terapeuta ao expressar sentimentos percebidos no aqui-agora de sua experiência e que estão nas “entrelinhas”, consistem em falar algo que a paciente ainda não havia percebido, como por exemplo, a folha em branco ao final da sessão e a preocupação com futuro estar tomando conta do presente. Observei que ela está tão interessada no futuro e acaba esquecendo de viver o AQUI E AGORA.

Para Rogers et al. (1983), na psicoterapia as interações são essencialmente verbais e a forma que o terapeuta dispunha para ter acesso ao mundo interno do cliente era através do que o cliente dizia e como dizia. Desde então “ouvir” tem vindo a significar muito mais do que percepção auditiva. Tem incluído todos os sentidos através dos quais podemos perceber a realidade. Uma palavra mais plena para isto é consciência, que inclui a plena e precisa percepção sensorial, pensamentos, intuições e respostas emocionais.

A Elucidação: trata-se de uma intervenção verbal da terapeuta no intuito de evidenciar sentimentos e atitudes que não decorrem diretamente das palavras do paciente, mas que podem ser deduzidos de sua comunicação ou contexto expresso na relação (Rogers; Kinget, 1975), como por exemplo quando a paciente relatou uma briga com a mãe, por ela ter contado à outras pessoas suas confidências íntimas. Revela que “se sente julgada pela mãe” e muita falta dos avós que ficaram na antiga cidade, pois sentia-se segura, acolhida e amada por eles. Após ouvi-la, fiz a seguinte observação: “Então você está me dizendo que confia mais nos seus avós para contar as coisas do que a sua própria mãe? E isso te deixa triste por se afastar dela”.

Destaca-se em especial um atendimento em que ao falar sobre perspectivas para o futuro, ela manifestou o desejo de mudar-se de estado ao final do Ensino Médio e residir com uma prima. Durante a sessão, desenhava e apagava. De modo que chegamos ao final do atendimento com folha em branco.

Quando comuniquei que estávamos encerrando a sessão, ela teve um choque de realidade, pois percebeu que não prestou atenção no aqui e agora, tanto no sentido de pensar na faculdade para o futuro e a sua escolaridade agora, no ensino fundamental, quanto no sentido de que quando ela se deu conta, a folha estava em branco, sem desenho. Ela estava preocupada com o que desenhar, mas sem desenhar nada...

Após ela perceber sua estagnação causada pela ânsia pelo futuro, senti que consegui trazer ela para o aqui e agora, ou seja, teve uma elucidação de si. Quanto a mim, foi muito gratificante, pois percebi que também estou absorvendo os conhecimentos repassados e conseguindo aliar teoria e prática, evoluindo a cada atendimento.

Durante o processo, fica cada vez mais clara a concepção de Rogers (2001), cujo foco é o indivíduo e não o problema. Não se objetiva resolver um problema particular, mas auxiliar o indivíduo a crescer, de modo que possa enfrentar o problema presente e os posteriores de maneira mais bem integrada. Para tanto, ao acessar seus recursos internos, o indivíduo começa a alterar sua maneira de pensar, recuperando sua força interna para tomar as próprias decisões, e transformando problemas em oportunidades para mudar e melhorar sua maneira de viver (Santos; Rogers, Bowen, 2004).

Segundo Santos, Rogers e Bowen (2004) a Abordagem Centrada na Pessoa se apoia na premissa de que certas atitudes facilitadoras são necessárias para acontecer a cura, o crescimento, o desenvolvimento e a aprendizagem no processo terapêutico. Atitudes que provêm o solo fértil onde terapeuta e paciente devem operar para criar um clima capaz de promover o crescimento do paciente.

#### CONSIDERAÇÕES FINAIS

A adolescência é um período impar no desenvolvimento humano e a abordagem humanista, por meio da ACP é método de intervenção capaz de auxiliar no bem-estar desta população, bem como para tratamento de doenças e angústias características desta fase.

#### REFERÊNCIAS:

BECKER, Daniel. O que é adolescência. São Paulo, Brasiliense, 2017. (Coleção Primeiros Passos, n. 159).

FOGAÇA, Fabiane Ferraz Silveira et al. O desenvolvimento de habilidades sociais na adolescência como ápice comportamental. Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva, v. 21, n. 2, p. 217-231, 2019. Disponível em:

<https://rbtcc.webhostusp.sti.usp.br/index.php/RBTCC/article/view/1162/668>. Acesso em: 4 jun. 2024.

OLIVEIRA, Wanda Mendes de; FERNANDES, Fausto Rocha. Ludoterapia como uma alternativa de auxílio às crianças no combate à ansiedade no retorno às aulas presenciais pós-pandemia. *Cadernos da Fucamp*, v. 22, n. 55, p. 155-172, 2023. Disponível em: <https://revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/3021>. Acesso em: 6 jun. 2024.

ROGERS, Carl R. *Terapia Centrada no cliente*. São Paulo: Martins Fontes, 1992.

ROGERS, Carl R. *Tornar-se Pessoa*. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

ROGERS, Carl R. et al. *Em busca de vida: da terapia centrada no cliente à abordagem centrada na pessoa*. São Paulo: Summus, 1983.

ROGERS, Carl R.; KINGET, Marian G. *Psicoterapia e Relações Humanas: teoria e prática da terapia não-diretiva*. 2. ed. Belo Horizonte: Interlivros, 1977. v. 2.

SANTOS, Antonio Monteiro dos.; ROGERS, R.; BOWEN, Maria Constança Villas Boas. *Quando fala o coração: a essência da psicoterapia centrada na pessoa*. São Paulo: Vetor, 2004.

SANTROCK, John. *Adolescência*. 14. ed. Porto Alegre/RS: AMGH, 2012.

E-mails - [kellyludwigdalmoro1@gmail.com](mailto:kellyludwigdalmoro1@gmail.com)