

**ALZHEIMER NA PSICOTERAPIA: UM OLHAR DA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA**

Ana Paula da Silva Kopsel  
André Marcos Spicker Gasparin

## Resumo

O Alzheimer é uma doença neurodegenerativa progressiva que afeta milhões de pessoas em todo o mundo, trazendo grandes desafios tanto para os pacientes quanto para seus cuidadores e profissionais de saúde. O humanismo, uma abordagem centrada na dignidade, autonomia e bem-estar do indivíduo, oferece uma perspectiva valiosa para o cuidado de pacientes com Alzheimer. Esta abordagem, (ACP), proposta por Carl Rogers (1942/1987), o terapeuta se concentra em fornecer empatia, autenticidade e aceitação incondicional, permitindo que o cliente encontre suas próprias soluções e caminhos para o desenvolvimento pessoal. A abordagem enfatiza a importância de tratar os pacientes não apenas como portadores de uma condição médica, mas como seres humanos completos com necessidades emocionais, sociais e espirituais. Este trabalho explora como a psicoterapia na perspectiva humanista pode ser integrada no cuidado de pacientes com Alzheimer. O estabelecimento do vínculo Terapêutico: No início da psicoterapia, o estabelecimento de um relacionamento terapêutico baseado na confiança e no respeito é fundamental. Pacientes com Alzheimer podem apresentar confusão e medo devido à progressão da doença, tornando essencial a criação de um ambiente seguro e acolhedor. O terapeuta deve

demonstrar empatia genuína, ouvir atentamente e validar as experiências e sentimentos do paciente. Para Rogers (1967/1991), eficácia do processo terapêutico depende mais da interação, da empatia e da compreensão genuína do terapeuta em relação ao cliente do que de seus conhecimentos teóricos. Na ACP, o terapeuta não se posiciona como um especialista que dita o que é melhor para o cliente, mas sim como um facilitador do crescimento e do autoconhecimento do cliente. O vínculo terapêutico, ou aliança terapêutica, é essencial na prática da psicoterapia, referindo-se à qualidade da relação entre terapeuta e cliente. Inclui aspectos como confiança, empatia, colaboração e compreensão mútua. Esse vínculo é crucial para o sucesso do tratamento, transcendendo a formação teórica, o preparo profissional e as intervenções utilizadas pelo terapeuta. Elementos do vínculo terapêutico: a empatia, capacidade do terapeuta de entender e refletir os sentimentos e perspectivas do cliente de forma genuína, a segurança, onde terapeuta aceita e valoriza o cliente sem condições, isso envolve aceitar o cliente exatamente como ele é, sem julgamentos ou exigências. Para que os clientes se sintam à vontade para compartilhar seus pensamentos, sentimentos e experiências, é fundamental que eles confiem tanto no terapeuta quanto no ambiente. Essa confiança elimina o medo de julgamentos ou consequências negativas, permitindo que os clientes explorem suas emoções de maneira tranquila. Essa aceitação cria um ambiente seguro onde o cliente pode explorar seus sentimentos e pensamentos mais íntimos. O calor, fortalece a sensação de segurança que surge da atitude de não julgamento. Setting (Ambiente) terapêutico abrange o espaço físico onde a terapia acontece. Isso envolve elementos como a organização do consultório, a iluminação, a temperatura e o conforto das cadeiras. Um ambiente bem planejado e acolhedor pode contribuir para criar uma atmosfera de confiança e relaxamento, promovendo uma comunicação aberta entre o terapeuta e o cliente. A autenticidade, ou congruência, do terapeuta é crucial: o terapeuta deve ser genuíno e autêntico na relação terapêutica, expressando verdadeiramente seus sentimentos e pensamentos de maneira apropriada. Essa autenticidade

inspira confiança no cliente e promove uma relação honesta e aberta. A autonomia na ACP, acredita-se que cada indivíduo possui uma tendência inata para o crescimento e a autorrealização. O terapeuta atua como um facilitador, ajudando o cliente a acessar seus próprios recursos internos e tomar decisões autônomas. Carl Rogers, um dos pioneiros da abordagem humanista, enfatiza que a empatia é essencial para criar um ambiente seguro e acolhedor para o cliente. Estudos mostram que a empatia está fortemente correlacionada com resultados positivos na terapia. A autenticidade ou congruência refere-se à capacidade do terapeuta de ser genuíno e transparente na relação terapêutica. Quando o terapeuta é autêntico, ele cria uma atmosfera de confiança que facilita a abertura e a honestidade do cliente, promovendo um processo terapêutico mais eficaz. A confiança mútua é fundamental para que o cliente se sinta seguro para explorar questões emocionais difíceis. Um ambiente de confiança reduz a resistência e a ansiedade, facilitando a participação ativa do cliente na terapia. As intervenções envolvem, empatia e escuta ativa, demonstrar compreensão e aceitar as experiências do paciente sem julgamentos. Segundo Haugh e Merry (2001/2013), na ACP, a empatia do terapeuta ajuda a criar um ambiente de compreensão e aceitação, essencial para que o cliente se sinta seguro e apoiado enquanto navega por seus desafios emocionais e pessoais.

**Aceitação Incondicional:** Fornece um espaço seguro onde o paciente se sinta valorizado e respeitado. **Autenticidade:** O terapeuta deve ser genuíno em suas interações, promovendo um vínculo de confiança. **A adaptação às Mudanças do Paciente:** na medida que a doença progride, é vital fazer intervenções terapêuticas para corresponder ao estado atual do paciente. Isso pode significar uma ênfase maior em atividades sensoriais e em um suporte mais intensivo para lidar com a ansiedade e a desorientação. Além disso, a Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) enfatiza a importância da empatia, aceitação incondicional e autenticidade do terapeuta para proporcionar um ambiente seguro e acolhedor. A validação emocional e a escuta ativa pode ajudar a fortalecer o vínculo terapêutico e a promover o bem-estar do paciente em todas as fases da doença. A Abordagem

Centrada na Pessoa (ACP) tem um impacto significativo no tratamento psicoterapêutico de uma pessoa com Alzheimer. Promover um ambiente seguro e acolhedor, com ênfase na aceitação incondicional, empatia e autenticidade, é essencial para reduzir ansiedade e estresse em pessoas com Alzheimer. Adaptar o cuidado às necessidades individuais em constante mudança é crucial. Melhorar a comunicação e a conexão emocional através da escuta ativa e da validação emocional pode ajudar pacientes a expressar seus sentimentos. A abordagem centrada na pessoa pode reduzir agitação e desorientação, criando um ambiente terapêutico calmante e previsível. Ao tratar os pacientes com Alzheimer com respeito e dignidade, ajuda a manter a autoestima e o senso de identidade do paciente, mesmo à medida que a doença avança. Adaptação às mudanças permite que os terapeutas adaptem suas intervenções e abordagens conforme as necessidades do paciente mudam. A abordagem centrada na pessoa pode melhorar significativamente a qualidade de vida das pessoas com Alzheimer, oferecendo suporte emocional, promovendo a dignidade e ajudando a gerenciar os sintomas da doença de maneira compassiva e eficaz.

Referencias:

ARAUJO, Iago Cavalcante; FREIRE, José Célio. Os valores e a sua importância para a teoria da clínica da abordagem centrada na pessoa. Rev. abordagem gestalt., Goiânia , v. 20, n. 1, p. 86-93, jun. 2014 . Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672014000100012&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672014000100012&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 15 jun. 2024.

CORDOVIL, Janine Brasil et al . Alteridade na prática da abordagem centrada na pessoa a partir de versões de sentido de terapeutas iniciantes. Contextos Clínic, São Leopoldo , v. 14, n. 2, p. 386-409, ago. 2021 . Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-34822021000200003&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822021000200003&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 16 jun. 2024. <https://doi.org/10.4013/ctc.2021.142.02>.

Cruz, M. da N., & Hamdan, A. C.. (2008). O impacto da doença de Alzheimer no cuidador. Psicologia Em Estudo, 13(2), 223-229. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722008000200004>

Miguel, F. K.. (2015). Psicologia das emoções: uma proposta integrativa para compreender a

expressão emocional. *Psico-usf*, 20(1), 153-162.

<https://doi.org/10.1590/1413-82712015200114>

MIRANDA, Carmen Silvia Nunes de; FREIRE, José Célio. A comunicação terapêutica na abordagem centrada na pessoa. *Arq. bras. psicol.*, Rio de Janeiro , v. 64, n. 1, p. 78-94, abr. 2012 . Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-52672012000100007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672012000100007&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 16 jun. 2024.

ROGERS, Carl; KINGET, G.Marian. *Psicoterapia e relação humanas*. Belo Horizonte: Inter livros,1979.

kopselana@yahoo.com

andre.m@unoesc.edu.br