

Atendimento com adolescentes: Perspectivas relacionadas à abordagem centrada na pessoa.

Guilherme Kasper Silvestri

André Marcos Spiecker Gasparin

Resumo

Introdução: Este resumo explora o desenvolvimento pessoal de um paciente atendido na Clínica de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina - UNOESC, durante o estágio de último ano do curso, sob a Abordagem Centrada na Pessoa de Carl Rogers. A análise foca nos atendimentos realizados ao longo do primeiro semestre, onde a ACP foi a linha teórica adotada pelo estagiário. Através da empatia genuína, aceitação incondicional e congruência pessoal, o estagiário facilitou um ambiente terapêutico que promoveu o autoconhecimento do paciente e permitiu reflexões profundas sobre suas experiências pessoais. Os resultados destacam que a Abordagem Centrada na Pessoa vem evidenciando a importância da relação terapêutica como elemento central no processo de desenvolvimento psicológico.

Palavras-Chaves: Desenvolvimento. Paciente. Estágio. Percepções.

Este resumo trata-se de um relato de experiências e percepções das práticas clínicas de estágio analisadas por um acadêmico do curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina - UNOESC Campus São Miguel do Oeste, que atuou no estágio supervisionado dentro da Abordagem Centrada na Pessoa

(ACP) linha teórica que escolheu para embasar os seus atendimentos para compreensões e estudos posteriores.

Os atendimentos ocorreram na clínica de Psicologia da Universidade onde o paciente foi compreendido em sua própria complexidade.

Paciente 1: Menina 14 anos

Abordagem Centrada na Pessoa, que se fundamenta em três condições facilitadoras essenciais: Compreensão Empática, Congruência e Aceitação Positiva Incondicional. Esses princípios norteiam a prática clínica, permitindo uma relação terapêutica genuína e acolhedora. Do caso estudado, o motivo da procura se deu em decorrência de que a mãe da paciente em questão buscou psicoterapia para ajudar a filha a lidar com aspectos, como ansiedade, questões de vivências com sua família, etc. Ao longo do acompanhamento, pude observar como essas condições facilitadoras contribuíram significativamente para seu desenvolvimento e bem-estar.

Faz parte da Abordagem Centrada na Pessoa três condições que facilitam a compreensão dessa abordagem e auxiliam no desenvolvimento profissional do psicólogo. A primeira é a Compreensão Empática, que permite ao psicólogo estar verdadeiramente presente durante o atendimento, livre para adentrar e compartilhar o mundo da pessoa sem julgamentos ou contradições, fazendo com que ela se sinta acolhida. A segunda condição é a Congruência, que sugere que o terapeuta seja o mais autêntico possível na relação que está sendo estabelecida, expressando seus pensamentos e percepções de maneira cuidadosa e clara, sem que a pessoa se sinta desconfortável. Por fim, temos a Aceitação Positiva Incondicional, quando o facilitador demonstra empatia e acredita que cada indivíduo busca sempre as melhores alternativas dentro de seu próprio pensamento interno. Através da tendência atualizante, torna-se mais fácil aceitar a pessoa, mesmo sem compreender ou concordar com suas escolhas. Aceitar não implica necessariamente concordar, mas sim compreender o que a pessoa está dizendo em seu contexto, comenta (Alberto, 2001).

O acompanhamento psicológico desta jovem paciente foi conduzido com base nos princípios da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), que se fundamenta em três condições facilitadoras essenciais: Compreensão Empática, Congruência e Aceitação Positiva Incondicional. Estas condições foram fundamentais para criar um

ambiente terapêutico genuíno e acolhedor, essencial para o desenvolvimento emocional e bem-estar do paciente.

A Compreensão Empática permitiu ao terapeuta estar verdadeiramente presente durante o atendimento, livre para adentrar e compartilhar o mundo da paciente sem julgamentos ou contradições, fazendo com que ela se sentisse acolhida. Desde o início do acompanhamento, foi possível perceber como a paciente apresentava sentimentos de confusão, tristeza e desmotivação. Ao sentir-se ouvida e compreendida em suas experiências e sentimentos, a paciente começou a confiar mais no processo terapêutico e a explorar com mais abertura suas emoções e vivências.

A Congruência, que sugere que o terapeuta seja o mais autêntico possível na relação estabelecida, foi outra condição fundamental. Ao expressar pensamentos e percepções de maneira cuidadosa e clara, o terapeuta pôde criar uma relação de confiança, onde a paciente se sentiu segura para discutir seus desafios, incluindo questões familiares e suas atividades diárias. A autenticidade do terapeuta ajudou a paciente a se sentir validada em suas emoções, facilitando a expressão de sentimentos que muitas vezes estavam reprimidos.

A Aceitação Positiva Incondicional, onde o terapeuta demonstra empatia e acredita que cada indivíduo busca sempre as melhores alternativas dentro de seu próprio pensamento interno, foi crucial para o desenvolvimento da paciente. Esta aceitação permitiu que a paciente se sentisse valorizada e respeitada, independentemente das dificuldades que enfrentava. Através desta aceitação, a paciente pôde explorar suas questões emocionais mais profundas sem medo de julgamento, incluindo suas preocupações sobre relacionamentos familiares e desafios pessoais.

Ao longo do acompanhamento, a tendência atualizante de cada pessoa de se mover em direção ao crescimento e realização de seu potencial tornou-se evidente. A paciente, ao sentir-se aceita e compreendida, começou a mostrar sinais de progresso emocional. Ela passou a discutir suas responsabilidades e papéis sociais com mais confiança, e suas sessões refletiram um crescimento na autopercepção e na habilidade de lidar com situações desafiadoras.

A aplicação da Abordagem Centrada na Pessoa auxiliou no fortalecimento do vínculo terapêutico e no desenvolvimento de um espaço seguro para a paciente. Ao invés de focar nos eventos específicos relatados pela paciente, a abordagem

concentrou-se na criação de um ambiente de apoio onde ela pudesse explorar suas emoções livremente. Isso resultou em um processo terapêutico mais fluido e adaptado às necessidades individuais da paciente.

O impacto das condições facilitadoras foi evidente no desenvolvimento e no bem-estar da paciente ao longo das sessões. A Compreensão Empática permitiu que a paciente se sentisse acolhida e compreendida, proporcionando um espaço seguro para a expressão de seus sentimentos. A Congruência do terapeuta, através de uma comunicação clara e autêntica, fortaleceu a confiança na relação terapêutica. A Aceitação Positiva Incondicional, ao valorizar e respeitar a individualidade da paciente, facilitou a exploração de suas vivências e o desenvolvimento de estratégias para lidar com seus desafios emocionais.

Em conclusão, a Abordagem Centrada na Pessoa foi fundamental para o progresso desta jovem paciente. As condições facilitadoras essenciais da ACP permitiram criar um ambiente terapêutico seguro e acolhedor, promovendo um espaço onde a paciente pôde explorar e compreender melhor suas emoções e experiências. Este caso ilustra como a aplicação consistente dos princípios da ACP pode apoiar efetivamente o desenvolvimento emocional e o bem-estar de pacientes em contextos de psicoterapia.

Ao longo do acompanhamento, as condições facilitadoras da Abordagem Centrada na Pessoa – Compreensão Empática, Congruência e Aceitação Positiva Incondicional – mostraram-se essenciais para o progresso da paciente. A Compreensão Empática permitiu que ela se sentisse acolhida e compreendida, criando um espaço seguro para a expressão de seus sentimentos. A Congruência do terapeuta, através de uma comunicação clara e autêntica, fortaleceu a confiança na relação terapêutica. Aceitação Positiva Incondicional, ao valorizar e respeitar a individualidade da paciente, facilitou a exploração de suas vivências e o desenvolvimento de estratégias para lidar com seus desafios emocionais.

Esse processo psicoterapêutico, embora ainda em andamento, demonstrou avanços significativos na capacidade da paciente de lidar com suas emoções e enfrentar situações desafiadoras. Através da aplicação dos princípios da Abordagem Centrada na Pessoa, a paciente pôde desenvolver uma maior compreensão de si mesma e das dinâmicas que influenciam seu bem-estar emocional, fornecendo uma base sólida para seu desenvolvimento futuro.

Para Rogers (1985), a psicoterapia é uma ferramenta importante para o desenvolvimento pessoal, pois ajuda o indivíduo a liberar seu potencial natural de crescimento e a alcançar um maior nível de autoconhecimento, auto expressão e realização pessoal, além de proporcionar uma oportunidade para o indivíduo explorar e transformar seus sentimentos.

Desenvolvimento Baseado na Abordagem Centrada na Pessoa

Ao longo dos atendimentos, os princípios da Abordagem Centrada na Pessoa, propostos por Carl Rogers, foram fundamentais para o desenvolvimento da paciente. As três condições facilitadoras Compreensão Empática, Congruência e Aceitação Positiva Incondiciona permitiram que o estagiário estabelecesse uma relação terapêutica sólida e acolhedora.

REFERÊNCIAS:

PINTO, Marcos Alberto da Silva. **Abordagem Centrada na Pessoa**. 2001. Disponível em: <https://encontroacp.com.br/conheca/>. Acesso em: 13 jun 2023.

ROGERS, C. R. **Tornar-se Pessoa**. São Paulo: Martins Fontes, 1985.