

**ÚLTIMO ATENDIMENTO: “ESTOU FELIZ EM ME DESPEDIR”**

Renata Cristina da Silva Bittencourt Pereira

André Marcos Spiecker Gasparin

## Resumo

Este estudo de caso relata o último atendimento clínico através da Abordagem Centrada na Pessoa, com o objetivo de explorar a relação terapêutica da estagiária e cliente com a finalização do processo psicoterapêutico. O atendimento foi realizado por uma estagiária de psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina, sob supervisão de um psicólogo orientador com CRP ativo. A cliente iniciou a terapia devido a sentimentos de inadequação em relação à forma como estava educando sua filha. No decorrer do processo terapêutico, ela viveu mudanças significativas, incluindo a necessidade de mudar-se para outro município após o término de seu relacionamento. Em função dessas transformações e da nova fase de vida, a cliente encerrou seus atendimentos e no último atendimento percebeu-se e avaliou-se o impacto da relação no processo. O contexto de transformação pessoal e familiar exigiu um acolhimento constante e genuíno por parte da terapeuta, o que resultou em uma relação terapêutica autêntica e espontânea, um dos pilares essenciais da Abordagem Centrada na Pessoa. Rogers (1957, 95–103) afirma que “quando o terapeuta consegue ser empático, genuíno e aceitar o cliente sem julgamentos, cria-se uma atmosfera de confiança e respeito mútuo”, que

permite ao cliente desenvolver seu próprio potencial. A relação terapêutica não é apenas um meio para alcançar um fim, mas o próprio veículo da mudança. O terapeuta não é uma figura de autoridade que “corrige” o cliente, mas um facilitador que oferece condições para que o próprio cliente encontre suas soluções. Quando a cliente foi aceita em suas inconsistências e consistências pode se perceber no processo. De acordo com Rogers et al (1983) a incongruência é definida como um estado (geralmente desassossegado) em que existe uma discrepância entre o eu, tal como é percebido, e a experiência presente do organismo total (tudo que é potencialmente disponível à consciência, que está ocorrendo no organismo no momento). A cliente acessou este desalinhamento principalmente em seu relacionamento, onde havia certezas incertas sobre o que se tinha e o que gostaria de ter, e quando houve o rompimento de fato, decidiu sobre o que não considerava: ir embora. Do período do rompimento até a ida, foram realizadas quatro sessões para elaborar o término, e na quinta sessão, iniciou-se a construção do que poderia ser a vida após isso. Essa realização só foi possível pois a cliente foi aceita em suas escolhas: quando não quis terminar, quando quis, quando tentou reatar e quando permitiu-se ir. Para Rogers (1957), quando uma pessoa é aceita e valorizada incondicionalmente, ela é mais capaz de se aceitar e se compreender. Isso possibilita que ela comece a se mover em direção ao seu verdadeiro *self* (o *self* é uma estrutura, isto é, um conjunto organizado e mutável de percepções relativas ao próprio indivíduo. Como exemplo dessas percepções temos: as características, atributos, qualidades e defeitos, capacidades e limites, valores e relações que o indivíduo reconhece como descritivos de si mesmo e que percebe constituindo sua identidade), não mais se escondendo por trás de máscaras ou padrões impostos

externamente. Para a cliente, no início, ir embora era visto como perda, e hoje, visto com esperança de novos dias e autonomia da sua trajetória. O objetivo da terapia não é criar dependência do cliente, mas sim permitir que ele descubra seus próprios recursos internos, seus próprios valores e suas próprias soluções (Rogers, 1992), a ponto de chegar ao último atendimento e dizer “Estou feliz em me despedir”, onde a estagiária percebeu o quanto a cliente havia se permitido e desenvolvido sua autonomia ao longo do processo, despedindo-se não somente da terapia, mas de suas crenças sobre um término difícil e sobre o futuro, Rogers (1977), enfatiza que o fechamento do atendimento psicológico deve ser um processo genuíno e empático, onde o terapeuta valida as experiências e sentimentos do paciente. Acredita-se que, ao proporcionar um ambiente de aceitação incondicional e compreensão, o terapeuta facilita o processo de autoconhecimento e desenvolvimento emocional do paciente, permitindo que ele se sintam mais seguro para lidar com desafios futuros sem a necessidade constante da terapia. A cliente refletiu sobre suas experiências passadas, atribuindo significado à escolha que fez no presente, levando em conta tanto suas emoções quanto às razões que a motivaram a seguir em frente. Ao centrar sua atenção em si mesma, teve percepções diferentes e mais profundas. A estagiária compreendeu claramente o desenvolvimento da cliente, que passou de um estado de incerteza e busca para um lugar de maior clareza e aceitação de si mesma. Percebeu como a cliente conseguiu ressignificar suas escolhas e tomar um novo rumo, mais confiante e alinhada com seus sentimentos e necessidades e quem escolheu a maneira de finalizar, foi a própria cliente, de forma autêntica. Mas o encerramento: é por que ela foi embora ou por que já poderia parar a psicoterapia? Existe um momento certo para isso? Para Rogers (1977) a terapia é concluída quando

o cliente sente que pode confiar em si mesmo para enfrentar os desafios da vida sem a necessidade de continuar dependendo do terapeuta, embora a cliente pudesse desenvolver outras demandas ao dar continuidade ao atendimento, optou por encerrar o processo no momento pois através da compressão sobre si, observou que para sua principal demanda ( relação com a filha) houve avanços, mas quando surgiu o término, a mudança de cidade foi sua opção. Com isso, entende-se que a finalização não é algo imposto pelo terapeuta, mas emerge como uma ferramenta consciente e congruente do cliente, que percebe ter desenvolvido as habilidades internas necessárias para continuar seu crescimento ( Rogers, 1957, 95-103). A congruência (harmonia entre o que uma pessoa sente, pensa e faz) no momento foi ela pensar que a partida seria o melhor para sua organização, pois ficar estava trazendo desalinhamento entre a experiência interna (pensamentos e emoções) e a forma como ela se expressa externamente, a cliente estava sentindo-se culpada e frustrada, logo, agia de maneira impulsiva se colocando em situações de risco. Sendo aceita nas incongruências, pode expressar abertamente o que sente, pensa e faz, seja chorando ou em palavras e com isso, teve liberdade de expressar “eu consigo continuar daqui sozinha e se precisar, eu volto”. O voltar é sobre a psicoterapia, e não sobre a terapeuta e esse momento só reforça o que se espera da relação e do resultado: autenticidade e autonomia. Não há como ser facilitador de tudo que acontece longe da sala de atendimento, mas enquanto se está ali, é necessário estar presente e ter como importante o que é importante para o cliente, e se partir é importante, acompanhamos o cliente até a porta.

REFERENCIAL TEÓRICO

ROGERS, Carl Ransom. The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change. *Journal of Consulting Psychology*, 21(2), 95-103, 1957.

ROGERS, Carl Ransom. Tornar-se pessoa. Tradução de Maria A. V. Veronese. São Paulo: Martins Fontes, 1977.

ROGERS, Carl Ransom. *Terapia Centrada no Cliente*. São Paulo: Editora Martins Fontes, 1992.

ROGERS, Carl; WOOD, John; O'HARA, Maureen; FONSECA, Afonso. *Em busca de vida da terapia centrada no cliente à abordagem centrada na pessoa*. São Paulo: Editora Summus, 1983

[renata.s@unoesc.edu.br](mailto:renata.s@unoesc.edu.br)

[andre.m@unoesc.edu.br](mailto:andre.m@unoesc.edu.br)