

AUTOCONCEITO E FORTALECIMENTO: CAMINHOS DA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA NA SUPERAÇÃO DA VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

Daniele Raquel de Jesus Vianna¹
Chancarlyne Vivian²

RESUMO

O presente trabalho discute o papel da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) no fortalecimento do autoconceito e da autonomia de mulheres em situação de violência doméstica. Fundamentado em uma perspectiva humanista, o estudo analisa como as atitudes rogerianas — empatia, congruência e aceitação incondicional positiva — podem promover a reconstrução subjetiva e a superação de experiências de desvalorização e controle. A reflexão teórica, apoiada em autores como Carl Rogers, Natalie Rogers, Jerold Bohart e Barbara Brodley, destaca a importância do psicólogo como facilitador de processos de autoconhecimento e ressignificação, contribuindo para o rompimento de ciclos de violência e a construção de uma identidade mais livre e autêntica.

Palavras-chave: Abordagem Centrada na Pessoa; Violência doméstica; Autoconceito; Fortalecimento psicológico; Psicologia Humanista.

INTRODUÇÃO

A violência doméstica representa um fenômeno social e psicológico complexo, sustentado por padrões culturais patriarcais que afetam profundamente o autoconceito e a autonomia das mulheres. No Brasil,

¹ Graduanda em Psicologia pela Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC). Estagiária na Clínica Escola de Psicologia.

² Mestra e Doutoranda em Ciências da Saúde. Professora do Curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC).

mesmo com avanços legais como a Lei Maria da Penha, os índices de violência permanecem altos, revelando a necessidade de abordagens terapêuticas sensíveis e humanizadas.

A Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), desenvolvida por Carl Rogers, propõe uma visão de ser humano baseada na tendência atualizante — força interna que orienta cada pessoa em direção ao crescimento e à integração de suas experiências. Essa perspectiva torna-se especialmente relevante para mulheres que, após vivências de violência e desvalorização, buscam reconstruir sua autoestima e recuperar o sentido de valor pessoal. Assim, este trabalho reflete sobre o potencial da ACP como instrumento de fortalecimento e reconstrução do autoconceito em contextos de vulnerabilidade.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo teórico-reflexivo de natureza qualitativa, fundamentado em referenciais clássicos e contemporâneos da Abordagem Centrada na Pessoa e da Psicologia Humanista. Foram analisadas produções de Carl Rogers, Natalie Rogers, Jerold Bohart, Barbara Brodley e autoras brasileiras que investigam o enfrentamento da violência doméstica, como Saffioti, Bandeira e Dimenstein.

A análise articula conceitos teóricos com práticas relatadas em contextos clínicos e na rede de proteção à mulher, considerando a atuação do psicólogo humanista enquanto facilitador de processos de fortalecimento subjetivo e reconstrução da autonomia.

DESENVOLVIMENTO

A violência doméstica, além de suas consequências físicas, produz marcas emocionais profundas que comprometem o autoconceito das mulheres, frequentemente marcado pela culpa, medo e desvalorização. A ACP oferece um caminho de reconstrução por meio de um ambiente relacional seguro, onde a escuta empática e a aceitação incondicional positiva permitem o reencontro com sentimentos genuínos e o resgate da tendência atualizante.

A congruência do terapeuta, expressa em sua autenticidade e presença genuína, modela uma relação de confiança que possibilita a reconstrução da narrativa pessoal. A mulher, ao ser acolhida sem julgamento, pode ressignificar experiências de controle e desenvolver um senso renovado de dignidade e autodireção.

O fortalecimento psicológico, portanto, não é sinônimo de resistência à dor, mas de integração emocional e consciência de valor pessoal. Nesse processo, o psicólogo humanista atua como mediador e facilitador, reconhecendo a mulher como protagonista de sua trajetória. A ACP também amplia o sentido político do cuidado, ao compreender que o acolhimento empático é, em si, um ato de resistência frente à desumanização.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A reflexão proposta evidencia que a Abordagem Centrada na Pessoa constitui uma base ética e sensível para a atuação junto a mulheres em situação de violência doméstica. Suas atitudes fundamentais — empatia, congruência e aceitação incondicional — favorecem a reconstrução do autoconceito e a emergência de uma identidade mais autêntica e

autônoma.

O psicólogo humanista, ao oferecer presença genuína e escuta profunda, contribui para transformar o espaço terapêutico em território de liberdade e crescimento. Assim, a ACP se revela não apenas como um método clínico, mas como um compromisso ético com a dignidade e a humanização das relações.

REFERÊNCIAS

BANDEIRA, Lourdes Maria. *Violência de gênero: a construção de um campo teórico e de investigação*. **Sociedade e Estado**, Brasília, v. 29, n. 2, 2014.

BOHART, Arthur C. *Person-centered psychotherapy and related therapies: A review of the research*. *Journal of Clinical Psychology*, v. 59, n. 6, 2003.

BOHART, Arthur C.; TALLMAN, Karen. *Clients: The neglected common factor in psychotherapy*. Washington: APA, 2010.

BRODLEY, Barbara. *The nondirective attitude in client-centered therapy*. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, v. 5, n. 1, 2006.

BRASIL. *Lei nº 11.340, de 7 de agosto de 2006*. Diário Oficial da União, Brasília, 2006.

CARVALHO, Sônia. *Psicologia Humanista e processos de fortalecimento em grupos de mulheres*. *Revista Psicologia e Sociedade*, v. 33, 2021.

CFP – Conselho Federal de Psicologia. *Referências Técnicas para Atuação de Psicólogas(os) em Políticas Públicas para Mulheres*. Brasília, 2019.

DIMENSTEIN, Magda; SANTOS, I. *Práticas psicológicas e o enfrentamento da violência de gênero*. *Psicologia & Sociedade*, v. 31, 2019.

IPEA. *Mapa da Violência de Gênero no Brasil*. Brasília, 2023.

NUNES, L.; FRAZÃO, L. *A escuta humanizada na rede de proteção: desafios e possibilidades*. *Revista de Psicologia da UNESP*, v. 17, n. 2, 2018.

ROGERS, Carl R. *Client-Centered Therapy*. Boston: Houghton Mifflin, 1951.

ROGERS, Carl R. *On Becoming a Person*. Boston: Houghton Mifflin, 1961.

ROGERS, Natalie. *The Creative Connection: Expressive Arts as Healing*. Palo Alto: Science & Behavior Books, 1993.

SAFFIOTI, Heleieth I. B. *Gênero, patriarcado, violência*. São Paulo: Fundação Perseu Abramo, 2015.

E-mails: daniele.vianna@unoesc.edu.br;

chancarlyne.vivian@unoesc.edu.br;