

**TRAVESSIA ADOLESCENTE: O ENCONTRO QUE RESTAURA O SER NA  
ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA**Júlia Becker<sup>1</sup>  
Chancarlyne Vivian<sup>2</sup>**Resumo**

O presente trabalho apresenta a experiência de estágio supervisionado em clínica, desenvolvido pela acadêmica Júlia Becker, do curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC), no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) entre agosto e dezembro de 2025. Fundamentado na Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), de Carl Rogers, o estudo descreve o processo psicoterapêutico de uma adolescente de 13 anos, nome fictício Íris Helena, encaminhada ao serviço por uso contínuo de medicação psicotrópica, histórico de autolesão e vivências de violência intrafamiliar. O acompanhamento buscou compreender a adolescente como sujeito de direitos e protagonista de seu processo psicoterapêutico, articulando teoria e prática à luz da ACP e da Psicologia do Desenvolvimento. A escuta empática, a aceitação incondicional e a congruência possibilitaram a reconstrução de vínculos e a expressão de uma subjetividade marcada pela dor, mas também pelo potencial de crescimento e ressignificação.

---

<sup>1</sup> Graduanda de Psicologia da UNOESC - Universidade do Oeste do Estado de Santa Catarina, Campus de São Miguel do Oeste. E-mail: jusbckr@gmail.com

<sup>2</sup> Professora Orientadora. Mestra em Ciências da Saúde. Docente do curso de Psicologia da UNOESC -Universidade do Oeste do Estado de Santa Catarina, Campus de São Miguel do Oeste/SC. E-mail: chancarlyne.vivian@unoesc.edu.br

**Palavras-chave:** Adolescência. Abordagem Centrada na Pessoa. Psicoterapia. Relação Psicoterapêutica. Desenvolvimento Humano.

### **Introdução**

A experiência clínica desenvolvida no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) representou uma oportunidade de integração entre teoria e prática no campo da Psicologia Humanista. O estágio supervisionado, realizado no segundo semestre de 2025, teve como foco o acompanhamento psicoterapêutico de uma adolescente em situação de vulnerabilidade emocional e social, à luz dos princípios da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), proposta por Carl Rogers.

A adolescente, denominada Íris Helena, vivenciava um contexto permeado por negligência, alcoolismo paterno e violência intrafamiliar. Essas experiências geraram sentimentos de desamparo e desconfiança, dificultando a construção de vínculos e a expressão de emoções. Considerando que a adolescência é um período de intensas transformações físicas, cognitivas e emocionais (PAPALIA; FELDMAN; MARTORELL, 2013), a criação de um ambiente terapêutico acolhedor e empático tornou-se condição essencial para favorecer sua reorganização interna e a retomada de sua tendência atualizante.

### **Metodologia**

A condução do processo clínico baseou-se integralmente na Abordagem Centrada na Pessoa, que compreende o ser humano como organismo dotado de potencial de autorrealização e crescimento, desde que inserido em um contexto relacional facilitador. Foram realizados nove atendimentos individuais, supervisionados pela equipe técnica do CAPS e pela docente orientadora.

O setting psicoterapêutico foi inicialmente mantido em sala, mas flexibilizado conforme as demandas da adolescente, incluindo uma sessão em caminhada, compreendida como expressão simbólica de liberdade e reconexão com a vida. As intervenções centraram-se na escuta empática, validação da experiência subjetiva, e uso de recursos expressivos. O sigilo, o respeito e a corresponsabilidade foram mantidos conforme as diretrizes éticas da profissão e o Estatuto da Criança e do Adolescente (BRASIL, 1990).

### **Desenvolvimento**

A trajetória psicoterapêutica de Íris Helena revela o poder transformador da escuta empática e da presença genuína na reconstrução do self fragmentado. A adolescente, marcada por experiências de rejeição e violência, chegou ao serviço relatando baixa autoestima e forte desconfiança em relação a vínculos. Gradualmente, a relação psicoterapêutica pautada pela aceitação positiva incondicional e pela congruência permitiu que ela expressasse sentimentos antes silenciados, como medo, raiva e tristeza, reconhecendo-se como protagonista de sua história.

Segundo Rogers (1983), o crescimento humano ocorre quando o indivíduo é recebido em um ambiente relacional seguro, no qual se sinta aceito e compreendido sem julgamentos. O processo de Íris exemplifica o que o autor denomina *comunhão inter-humana*, momento em que o encontro entre terapeuta e cliente transcende a técnica e se torna experiência autêntica de humanidade compartilhada. Esse movimento foi simbolizado quando a adolescente verbalizou pela primeira vez: “*sinto que posso confiar*”, marcando a transição de um vínculo pautado no medo para uma relação de confiança e presença.

Do ponto de vista teórico, a angústia expressa pela adolescente pôde ser compreendida como manifestação da incongruência entre o *self experiencial* e o *self percebido*, conceito central em Rogers (1983). O sofrimento, nesse contexto, não é visto como patologia, mas como expressão vital de uma necessidade de reorganização interna. Ao sentir-se aceita, Íris começou a confiar novamente em suas percepções, abrindo-se à experiência e ressignificando suas cicatrizes como trajetórias de sobrevivência.

Um elemento significativo no processo foi o papel da espiritualidade. A vivência religiosa de Íris, antes invisibilizada, foi reconhecida como dimensão legítima de sustentação emocional e pertencimento, articulando-se ao conceito rogeriano de tendência formativa (ROGERS, 2009), que reconhece o impulso de crescimento como presente em todas as dimensões da vida. A escuta clínica, portanto, ampliou-se para integrar corpo, emoção e fé, permitindo que a adolescente construísse novos sentidos para sua existência. A prática no CAPS também evidenciou a importância do Estatuto da Criança e do Adolescente (BRASIL, 1990), que garante o direito à escuta, à liberdade de expressão e à proteção integral. Íris, antes tratada como objeto de intervenção, pôde ser reconhecida como sujeito de direitos e de palavra. Assim, o processo clínico, mais do que psicoterapêutico, assumiu caráter ético e político, reafirmando o compromisso da Psicologia com a promoção de um cuidado humanizado e emancipador.

### **Considerações Finais**

O acompanhamento de Íris Helena reafirmou a potência da Abordagem Centrada na Pessoa na clínica com adolescentes em situação de vulnerabilidade. A experiência revelou que, quando a pessoa encontra um

ambiente de aceitação e empatia, o sofrimento pode se transformar em possibilidade de crescimento e autenticidade.

O estágio supervisionado possibilitou à estagiária vivenciar a psicoterapia como espaço de encontro, no qual teoria e prática se entrelaçam em um gesto ético de cuidado e presença. A trajetória de Íris demonstrou que o processo de mudança não nasce da imposição de técnicas, mas da relação genuína entre duas pessoas que se reconhecem em sua humanidade.

Conforme Rogers (1983), o curioso paradoxo é que, quando me aceito tal como sou, posso mudar. Essa frase sintetiza o percurso vivido: quando a adolescente se sentiu aceita, pôde transformar-se. A clínica, nesse sentido, configurou-se como um espaço de travessia, entre o silêncio e a voz, entre a dor e a esperança, entre as cicatrizes e os recomeços.

#### Referências

- BRASIL. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. **Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências**. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 16 jul. 1990. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l8069.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm). Acesso em: 27 out. 2025.
- CASEY, B. J.; GETZ, S.; GALVÁN, A. **O cérebro adolescente**. *Developmental Review*, v. 28, n. 1, p. 62-77, 2008. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC2500212/>. Acesso em: 27 out. 2025.
- PAPALIA, Diane E.; FELDMAN, Ruth Duskin; MARTORELL, Gabriela. **Desenvolvimento humano**. 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.
- ROGERS, Carl R. **Sobre o poder pessoal**. São Paulo: Martins Fontes, 1977.
- ROGERS, Carl. **Tornar-se pessoa**. São Paulo: Martins Fontes, 1983.
- ROGERS, Carl R. **Terapia centrada no cliente**. São Paulo: Martins Fontes, 1992.
- ROGERS, Carl. **Um jeito de ser**. São Paulo: Martins Fontes, 2009.