

## A DIALÉTICA ENTRE MASLOW E ROGERS: UMA APROXIMAÇÃO ENTRE AUTORES DA PSICOLOGIA HUMANISTA

Giancarlo de Aguiar, Isabelle Pereira Metz e Thelma Luiza Rolão

### Resumo

A Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) foi desenvolvida pelo psicólogo norte-americano Carl Rogers na década de 1940, dentro da Psicologia Humanista. Essa abordagem surgiu como uma alternativa às visões mais diretivas da psicanálise e do behaviorismo, defendendo que o ser humano possui capacidade natural de crescimento, desenvolvimento e autorrealização. (Rogers, 2009). A ACP parte do princípio de que cada indivíduo é capaz de compreender seus próprios conflitos e encontrar caminhos para solucioná-los quando está em um ambiente psicológico favorável. Assim, o terapeuta não assume uma posição de autoridade que interpreta ou direciona o paciente; seu papel é facilitar o processo de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal. (Rogers; Kinget, 1977). Segundo Rogers, existe em todo ser humano uma tendência atualizante, isto é, uma força interna voltada para o crescimento psicológico, autonomia e realização das potencialidades pessoais. Porém, experiências negativas, julgamentos externos e relações marcadas por rejeição podem bloquear esse desenvolvimento, gerando sofrimento emocional e incongruência entre o “eu real” e o “eu ideal”. (Rogers, 2009). Um dos conceitos centrais da ACP é o de self, entendido como a percepção que o indivíduo possui de si mesmo. Quando a pessoa vive experiências incompatíveis com sua autoimagem ou

sente necessidade constante de aprovação externa, pode ocorrer um estado de incongruência psicológica, frequentemente associado à ansiedade, insegurança e sofrimento emocional. (Schultz; Schultz, 2019). Na prática clínica, Rogers destacou três condições essenciais para que ocorra mudança terapêutica: Empatia – capacidade do terapeuta de compreender profundamente os sentimentos e percepções do cliente; Autenticidade – postura genuína e verdadeira do terapeuta durante a relação terapêutica; Aceitação positiva incondicional – acolhimento do cliente sem julgamentos ou imposições. Essas atitudes criam um ambiente seguro no qual o cliente pode explorar emoções, experiências e conflitos de forma livre. Diferentemente de abordagens mais diretivas, a ACP valoriza a escuta ativa, a autonomia do indivíduo e a construção da consciência sobre si mesmo. Além da psicoterapia, a abordagem centrada na pessoa influenciou áreas como educação, relações interpessoais, mediação de conflitos e gestão de grupos. Na educação, por exemplo, Rogers defendia uma aprendizagem centrada no aluno, baseada na liberdade, criatividade e participação ativa do estudante no processo de aprendizagem. A ACP teve grande importância para o desenvolvimento da Psicologia Humanista e permanece amplamente utilizada na prática clínica contemporânea, especialmente em contextos que valorizam acolhimento emocional, escuta qualificada e desenvolvimento pessoal. Além disso, sua perspectiva dialoga com autores humanistas como Abraham Maslow, que enfatizou a autorrealização e o potencial humano como aspectos fundamentais da experiência psicológica (Maslow, 1968)

#### REFERÊNCIAS

- Abraham Maslow. Introdução à Psicologia do Ser. Rio de Janeiro: Eldorado, 1968.
- Psicoterapia e Relações Humanas. Rogers, C. R.; Kinget, G. M. Psicoterapia e Relações Humanas. Belo Horizonte: Interlivros, 1977.
- Schultz, D. P.; Schultz, S. E. Teorias da Personalidade. São Paulo: Cengage Learning, 2019.

Tornar-se Pessoa. Rogers, C. R. Tornar-se Pessoa. São Paulo: Martins Fontes, 2009.

E-mails - [isabelle.metz@outlook.com](mailto:isabelle.metz@outlook.com); [telma.reolao@hotmail.com](mailto:telma.reolao@hotmail.com)