

Aconselhamento Psicológico: Principais teorias em Aconselhamento II.

Professor Rodrigo Almeida
CRP 15/5100

Abordagem Centrada na Pessoa – ACP

- O movimento da Psicologia Humanista surgiu na década de 1940, sendo conhecida popularmente como a “terceira força” em Psicologia;
- O humanismo, por outro lado, é um movimento mais amplo, que não aconteceu apenas na Psicologia, mas na filosofia, literatura e nas artes em geral.

(SCHEEFFER, 1979; SCORSOLINI-COMIN, 2015)

Abordagem Centrada na Pessoa – ACP

- A ACP foi criada pelo psicólogo Carl Rogers, que a desenvolveu com base em suas experiências no trabalho com seus clientes, termo que preferia ao invés de “pacientes”.
- Caracteriza-se por ser uma abordagem não-diretiva e propõe que o dom de mudar ou aperfeiçoar a personalidade deve estar centrado na pessoa.

(SCHULTZ; SCHULTZ, 2021)



Abordagem Centrada na Pessoa – ACP

- Isso significa que, para a ACP é a própria pessoa e não o psicoterapeuta quem determina tal mudança;
- O papel do psicoterapeuta é o de facilitar ou ajudar nesse processo de mudança.;
- Rogers acreditava que somos seres racionais governados por uma percepção consciente de nós mesmos de nosso mundo empírico e que as experiências presentes e conscientes têm uma maior influência do que os acontecimentos passados e inconscientes.

(SCHULTZ; SCHULTZ, 2021)

Abordagem Centrada na Pessoa – ACP

- O Aconselhamento com base na ACP caracteriza-se pela espontaneidade nas relações entre psicólogo e cliente;
- O psicólogo irá atentar para as potencialidades e capacidades do cliente, no intuito de o auxiliar a atingir um funcionamento pleno.

(SCHEEFFER, 1979; SCORSOLINI-COMIN, 2015)

Abordagem Centrada na Pessoa – ACP

- O Aconselhamento deverá ajudar o cliente a vivenciar sentimentos outrora negados à consciência;
- A partir disso, o cliente será motivado a atualizar o seu potencial e mobilizar-se para ampliar sua consciência, a espontaneidade e a confiança em si mesmo.

(SCHEEFFER, 1979; SCORSOLINI-COMIN, 2015)

Abordagem Centrada na Pessoa – ACP

- O Aconselhamento irá explorar a capacidade que Rogers acredita que o cliente tem dentro de si de autocompreensão, para alterar o seu autoconceito, sua atitude e seu comportamento, a partir do clima psicológico proporcionado pelo psicólogo;
- Esse clima psicológico precisa de três condições básicas por parte do psicólogo para que possa se estabelecer.

(SCHEEFFER, 1979; SCORSOLINI-COMIN, 2015)

Abordagem Centrada na Pessoa – ACP

- 1) A autenticidade ou congruência:
Compatibilidade entre ao autoconceito da pessoa e suas experiências;
- 2) Consideração positiva incondicional:
Aprovação concedida independentemente do comportamento do cliente;
- 3) Postura empática.

(SCHEEFFER, 1979; SCORSOLINI-COMIN, 2015)



Abordagem Centrada na Pessoa – ACP

- Nesse sentido, o Aconselhamento com base na ACP enfatiza a necessidade de o psicólogo permitir ou facilitar que seu cliente traga à consciência os aspectos escamoteados a fim de que possa se sentir mais livre para fazer suas próprias escolhas.;
- Logo, a ACP acredita na capacidade do ser humano de buscar o seu crescimento, sendo o terapeuta um facilitador desse processo, a partir da confiança do terapeuta na capacidade de transformação do seu cliente.

(SCHEEFFER, 1979; SCORSOLINI-COMIN, 2015)

Gestalt-Terapia

- O Aconselhamento Gestáltico foi desenvolvido por Frederick Perls;
- O nome desta abordagem tem origem na palavra alemã "Gestalt", que é geralmente traduzida como "todo";
- Consequentemente, um ponto central da Gestalt-Terapia é a visão de que o todo é maior do que a soma das partes e que o organismo funciona como um todo.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)



Gestalt-Terapia

- Também enfatiza que os seres humanos estão constantemente em busca do equilíbrio, o que é ameaçado pelos conflitos internos e acontecimentos externos;
- Além de enfatizar a unidade corpo-mente, também destaca a importância de o psicólogo se atentar para o comportamento não-verbal do cliente, para que possa ter uma compreensão dele como um todo.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

Gestalt-Terapia

- O Aconselhamento Gestáltico situa-se na matriz epistemológica que, assim como a ACP e a Fenomenologia-Existencial, enfatizam o caráter afetivo e centradas no cliente;
- A Gestalt também enfatiza a responsabilidade do sujeito por sua atuação na vida;
- O psicólogo atua como um facilitador do crescimento do cliente e em direção à autorresponsabilidade e o aumento do insight, que altera essa realidade, resulta em uma atuação mais efetiva.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

Gestalt-Terapia

- O Aconselhamento Gestáltico tem o objetivo de estimular o crescimento pessoal;
- A neurose é vista pela Gestalt como uma interrupção do processo de crescimento pessoal;
- O psicólogo busca frustrar as tentativas do cliente de evitar novas experiências através de comportamentos defensivos. Assim, a confrontação torna-se uma técnica predominante no Aconselhamento Gestáltico.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

Gestalt-Terapia

- Frequentemente, as confrontações baseiam-se nas discrepâncias verbais do cliente e seu comportamento não-verbal;
- O intuito dessas confrontações é levar o cliente a chegar mais próximo de uma aceitação autêntica de sua própria pessoa;
- Além disso, as intervenções do psicólogo ao longo do processo de Aconselhamento têm o intuito de tirar o cliente de uma perspectiva “passada e distante” para o “aqui e agora”.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

Gestalt-Terapia

- O Aconselhamento Gestáltico tem, então, o intuito de possibilitar ao cliente um contato mais claro com o próprio eu;
- Vale destacar que, todavia, o Aconselhamento Gestáltico não tem uma perspectiva interpretativa;
- Ao fazer observações que objetivam levar o cliente a examinar-se, o psicólogo deve ser capaz de reconhecer suas tentativas de ocultar as coisas.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)



Gestalt-Terapia

- Ou seja, o psicólogo vai estar atento a emergência de temas que vão esboçar os modos característicos de o cliente lidar com os fatos da vida e com as outras pessoas;
- O psicólogo deve chamar a atenção do cliente para essa tentativa de ocultar as coisas no processo de Aconselhamento (defensividade);
- Nesse sentido, o psicólogo irá auxiliar em todo o tempo o cliente a ter um comportamento autêntico que reflita seu estado interior (autenticidade que não é nada fácil de ser conquistada pelo cliente).

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

Gestalt-Terapia

- O Aconselhamento vai auxiliar o cliente a concluir assuntos em aberto (não concluídos/ gestalts abertas) e a aproximar-se de uma compreensão de seu eu autêntico e ser capaz de estabelecer contatos efetivos na vida cotidiana;
- Logo, o psicólogo vai auxiliando o cliente a ter segurança para se mostrar como é, ao invés de se ocultar.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

Referências

PATTERSON, L. E.; EISENBERG, S. **O Processo de aconselhamento**. 4ª ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2013.

SCHEEFFER, R. **Aconselhamento psicológico**: teoria e prática. 7ª ed. São Paulo: Atlas, 1979.

SCHEEFFER, R. **Teorias de aconselhamento**. São Paulo: Atlas, 1983.

SCHULTZ, D. P.; SCHULTZ, S. E. **Teorias da personalidade**. 11ª ed. São Paulo: Cengage Learning, 2021.

SCORSOLINI-COMIN, F. **Aconselhamento psicológico**: aplicações em gestão de carreiras, educação e saúde. São Paulo: Atlas, 2015.