

Psicoterapia Centrada na Pessoa e o Impacto do Conceito de Experienciação

Person-centered Psychotherapy and the Impact of the Experiencing Concept

João Carlos Caselli Messias^{a*}, Vera Engler Cury^b

^aCentro Universitário Salesiano de São Paulo, Americana, Brasil, ^bPontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, Brasil

Resumo

O presente artigo trata das contribuições conceituais de Eugene T. Gendlin ao desenvolvimento da teoria da Abordagem Centrada na Pessoa, de Carl R. Rogers, com especial destaque à experienciação. Uma breve biografia do primeiro autor é apresentada ao leitor de língua portuguesa bem como dos desdobramentos da sua Filosofia do Implícito, que atualmente se constitui em uma abordagem específica. Os benefícios que uma compreensão experiencial pode oferecer aos profissionais centrados no cliente também são analisados.

Palavras-chave: Terapia centrada no cliente; psicoterapia; psicologia humanista; psicologia clínica.

Abstract

The article discusses the conceptual contributions of Eugene T. Gendlin to the development of the Person-Centered Approach theory, from Carl R. Rogers, with a special distinction to Experiencing. A brief biography of the first author is presented to the Portuguese reader as well as the developments of his Philosophy of the Implicit, a specific approach nowadays. The benefits that an experiential comprehension is able to offer to the Person-Centered Professionals are also analyzed.

Keywords: Client-centered therapy, psychotherapy, humanistic psychology, clinical psychology.

O foco deste artigo dirige-se das contribuições no campo da psicoterapia, de hipóteses formuladas por Eugene T. Gendlin, fundador da Terapia Orientada pela Focalização, ou Terapia Experiencial, àquelas da Psicoterapia Centrada no Cliente de Carl Rogers. Atualmente as abordagens derivadas da obra desses dois autores são independentes e extrapolaram o campo restrito da intervenção psicoterapêutica, tendo seus conceitos sido aplicados em variados contextos como educação, relações sociais, relações de trabalho, arte, saúde e política, entre outros. Wood (1995), em referência ao legado de Rogers, afirma que independente da época, ou do contexto no qual tenha ocorrido a intervenção, a abordagem manteve-se essencialmente a mesma, variando apenas quanto à forma como encontrava expressão e se transformava em novas práticas. Pode-se afirmar que o mesmo é válido para a Abordagem Experiencial (AE) de Gendlin, cujas convicções fundamentais mantiveram-se preservadas, ainda que a prática tenha sido adaptada a contextos e situações diversas.

A obra de Carl Rogers é amplamente conhecida pelo leitor de língua portuguesa. Há uma variedade de material (livros, artigos, vídeos legendados) disponível a respeito da Abordagem Centrada na Pessoa e, por essa razão, seremos bastante sintéticos nesse aspecto. Rogers é considerado um dos mais importantes expoentes da Psicologia Humanista, desde a década de 40. Em meados dos anos 50, sua Terapia

Centrada no Cliente já havia se tornado uma referência, ele tinha sido eleito presidente da maior entidade de psicologia de seu país – a APA – American Psychological Association – e gozava de prestígio internacional. Sua forma de praticar psicoterapia criou um novo sentido de valorização tanto do cliente – com efeito, Rogers aboliu o termo “paciente” para evitar a conotação de doença e passividade – quanto da própria relação terapêutica, sobre a qual pesava uma hierarquização rígida de papéis. Além disso, as condições essenciais para a transformação terapêutica foram descritas por ele com extrema clareza.

Porém se, por um lado, sua prática psicoterapêutica pode ser considerada profundamente inovadora e revolucionária, por outro, resta-nos questionar se a teorização que a sucedeu foi suficiente para legitimar tamanha transformação. Nossa posição é a de que Rogers não chegou a refinar a teoria centrada no cliente suficientemente. Destacam-se elementos inquestionavelmente inovadores, quando comparada às teorias psicológicas da época. No entanto, preservou elementos de uma visão positivista sobre as relações interpessoais, compreensíveis à luz da formação acadêmica de Rogers, fortemente sustentada em pilares de uma tradição anglo saxônica funcionalista. Por outro lado, em alguns aspectos aquela teoria assemelhava-se aos pressupostos psicanalíticos, especialmente no que se refere à não acessibilidade dos conteúdos mentais à consciência, por exemplo, ou à semelhança entre a concepção do *Self* de Rogers, e do *Ego* de Freud. Além disso, toda a formulação é concebida em relações de causa e efeito, típicas do pensamento mecanicista, tão presente na psicologia americana do início do século XX. Isso fica ainda mais evidente no quadro esquemático

* Endereço para correspondência: Centro Universitário Salesiano de São Paulo Avenida de Cillo, 3.500 - Parque Novo Mundo - Americana, SP - CEP 13467-600 - Fone: (19) 3471.9700. E-mail: professorjoao@mpc.com.br

do artigo de 1959 (Rogers, 1959), organizado através de relações que postulam que se determinadas condições existem, então específicos resultados são esperados. Faltou uma formulação que dotasse a teoria centrada no cliente do mesmo dinamismo e criatividade que pareciam efetivar-se quando Rogers dedicava-se à prática da psicoterapia.

Eugene Gendlin e sua Obra: Uma Breve Apresentação

Uma breve apresentação ao leitor de língua portuguesa faz-se necessária diante do fato de que praticamente não há traduções da obra de Eugene T. Gendlin disponíveis em nosso idioma. Austríaco de família judaica, Gendlin emigrou para os EUA (país onde ainda reside atualmente) em virtude da ocupação nazista. Conheceu Carl Rogers na Universidade de Chicago em meados dos anos 50, tendo sido supervisionado por ele em sua formação como psicoterapeuta e participado de sua equipe por onze anos. Ao lado de Rogers e próximo de importantes expoentes como Abraham Maslow, Gendlin participou da consolidação da Psicologia Humanista e do surgimento do movimento de grupos de encontro. Foi membro da equipe de pesquisadores responsáveis pelo projeto de psicoterapia com esquizofrênicos na Universidade de Wiconsin (Rogers, 1967). Devido à sua formação filosófica, além de partilhar dos pressupostos básicos da “terceira força”, interessou-se em compreender as razões e a maneira através da qual eles se articulavam. (Gendlin, 1992). Pode-se afirmar que o conceito de Experienciação, pilar fundamental do pensamento de Gendlin e tema de sua tese de doutorado de 1958, consiste em uma das bases conceituais da obra “Tornar-se Pessoa” publicada por Rogers (1961/1997). Tal influência é mais explícita no capítulo “A psicoterapia considerada como um processo”. A clássica descrição do continuum incongruência – congruência tem como critério fundamental o grau de abertura que uma pessoa é capaz de experimentar em relação à sua própria experiência, ou seja, trata-se do nível de Experienciação pesquisado por Gendlin desde 1955.

A partir dos anos 60, Rogers e Gendlin distanciam-se. A prática da psicoterapia deixa de ser um interesse central de Rogers, que passa a se dedicar mais às outras aplicações da Abordagem Centrada na Pessoa no contexto social, na educação, nas relações diplomáticas e nas tensões culturais. Gendlin segue desenvolvendo sua Abordagem Experiencial que passa a ser conhecida como a Filosofia do Implícito. As décadas de 70 e 80 são decisivas para sua consolidação, com destaque para a publicação de “*Focusing*” em 1978 e para a fundação do Instituto de Focalização em 1980. Atualmente o Instituto de Focalização tem filiais em diversos países e Gendlin continua ativo, publicando e ministrando workshops.

Diante da contextualização acima, podemos identificar duas implicações fundamentais da filosofia de Gendlin: a primeira consiste na influência do conceito de experienciação para a Terapia Centrada no Cliente, configurando a terceira etapa da evolução desse modelo de psicoterapia (Hart, 1970). A segunda implicação consiste no desenvolvimento próprio da Terapia Experiencial, que atualmente utiliza procedimentos que a tornam sensível-

mente diferente da tradicional Terapia Centrada no Cliente, como o método de Focalização ou o uso de outros recursos denominados “vias de acesso” à experiência (Gendlin, 1996), tais como o trabalho corporal ou a dessensibilização sistemática, subordinados a um modo de compreensão experiencial da psicoterapia. Nesse caso, trata-se de uma visão puramente gendliniana. Analisaremos a seguir apenas a primeira das duas implicações acima mencionadas para fins deste artigo.

O Advento do Conceito de Experienciação no Contexto da ACP

Segundo Gendlin (1964), as concepções teóricas da psicologia até o final dos anos 50 poderiam ser classificadas em duas grandes correntes de pensamento: teorias baseadas em um paradigma de repressão de conteúdos e aquelas baseadas em um paradigma de conteúdos. As primeiras fundamentam-se na acessibilidade dos conteúdos psicológicos à consciência. Assim, a Terapia Centrada no Cliente em suas duas primeiras etapas (com a negação à consciência e a subcepção) ocupa a mesma categoria da psicanálise freudiana, com a hipótese sobre a existência do inconsciente e da repressão.

Para Gendlin essa é uma maneira indireta de tratar o psiquismo, uma vez que sentimentos, emoções, cognição, valores, etc. são compreendidos como construtos, perdendo, assim, seu caráter processual. Eis a razão para afirmar-se que a teoria de Rogers ainda não estava à altura da sua prática até aquele momento. Sua formulação conceitual, até o final dos anos 50, fundamentava-se em uma equação entre vivências e estrutura de *self*, muito mais estática do que o fluxo que se observava na prática da terapia, através das gravações de sessões.

A própria palavra Experienciação consiste em um neologismo, quando incorporada à língua portuguesa, devido à dificuldade de sua tradução a partir do original *experiencing*, pois a utilização de substantivos no gerúndio é comum na língua inglesa, conferindo a conotação de algo em processo. A maior parte dos autores que publicaram trabalhos em língua portuguesa mencionando o conceito criado por Gendlin (Amatuzzi, 1989; Cury, 1987, 1993; Macedo, 1998; Messias, 2001, 2002; Puente, 1978, 1979, 1982; Puente, Gallo & Cury, 1983a, 1983b; Teani, 1997a, 1997b; Wood, 1995) utilizam a expressão Experienciação; entretanto, Morato (1989) prefere a tradução literal, utilizando a expressão Experienciando. Optamos pela utilização da tradução Experienciação, por entendermos que pelo fato de ser um neologismo, a palavra já carrega em seu significado a conotação processual, mesmo após ser substantivada.

Para compreender-se o processo de Experienciação é indispensável que se mantenha a idéia de algo que se move. Pode-se utilizar uma analogia: assim como o fluxo sanguíneo é o fluido que alimenta a vida somática, a experienciação (ou fluxo experiencial) é o “sangue psicológico” que alimenta a vida subjetiva de cada ser humano. Nas palavras do autor: “Experienciação é o processo de sentimento, vivido corpórea e concretamente que constitui a matéria básica do fenômeno psicológico e de personalidade” (Gendlin,

1964, p. 111). Tal processo é composto de seis características (Gendlin, 1961): (a) é um processo de sentimento; (b) ocorre no presente imediato; (c) é um referente direto; (d) guia a conceitualização; (e) é implicitamente significativo e, (f) é um processo organísmico pré-conceitual.

Puente (1978) define Experienciação “como um termo ou um processo categorial usado para distinguir não conteúdos (ou segmentos estáticos e conceitualizados de processo), mas sim diferentes modos ou dimensões de processo” (p. 73), ou seja, a Experienciação não se refere primordialmente à forma acabada, mas sim à matéria prima, capaz de adquirir qualquer forma. Mais do que o vaso ou a estatueta trata-se da argila passível de molde.

Ao afirmar que essa matéria prima psicológica é constituída de sentimentos, a compreensão experiencial coloca o afeto como causa e não como conseqüência dos comportamentos, o que justifica a prioridade adotada por Rogers desde o início dos anos 40 em relação à compreensão dos sentimentos do cliente durante a terapia. Da mesma forma, a constatação de que tal vivência ocorre sempre no presente imediato, justifica a ênfase no aqui-e-agora adotada desde o período não-diretivo, nos primórdios da Terapia Centrada no Cliente. Não se deve questionar se o cliente experiencia, mas como ele experiencia. Sentimentos passados, fatos, vivências, idéias, situações, ou seja, qualquer coisa que o cliente venha a referir como conteúdo tem pouca importância diante da Experienciação presente, imediata (Gendlin, 1962/1997, 1964).

A distinção entre processo e conteúdo (ou, em outras palavras, entre experienciação e símbolos) é um alicerce fundamental da obra de Gendlin. Por conteúdos pode-se compreender todo tipo de símbolo derivado da Experienciação, no processo de criação do significado. Um cliente em psicoterapia pode afirmar que sempre se sentiu tenso diante de situações novas. Porém, nas entrelinhas do seu discurso sobre sua tensão, transparece uma sensação de derrota e pesar. Ele fala de um sentimento cristalizado, que já perdeu a sua qualidade viva, imediata. “Tensão” é um conteúdo, um símbolo como qualquer outra idéia, valor ou paradigma pessoal. Descobrir que, subjacente a isso permanece a sensação de que “a batalha parece perdida” ou de que “lhe restam poucas energias para lutar”, significa criar um símbolo novo, inédito para uma vivência que ainda remontava anônima, em seu estado pré-conceitual. Com a criação do significado, uma nova perspectiva se abre: esse cliente passa a focar sua atenção não mais na sensação de tensão, mas agora no desânimo do qual ele ainda não havia se conscientizado.

O processo experiencial vivido pela pessoa é subjacente aos conteúdos que dele derivam; por essa razão, Gendlin (1961) afirma que o processo é incompleto e pré-conceitual. Em lugar de uma falha ou problema, a menção a tal característica abre a possibilidade de uma constante revisão e atualização da experiência subjetiva, corroborando a tendência atualizante, alicerce da obra de Rogers (1959).

Assim sendo, a partir do fluxo experiencial, os símbolos vão sendo adotados no sentido de representar o que

uma pessoa sente e de maneira mais ampla, quem ela é. Uma pessoa congruente é capaz de adotar, adaptar e atualizar símbolos e conceitos a respeito de si e do mundo com maior facilidade; ela atualiza a sua experiência. Ao contrário, uma pessoa incongruente é rígida e não consegue ajustar novos símbolos ao próprio processo experiencial. Essa linha de raciocínio permitiu a criação de uma escala de experienciação, cuja descrição encontra-se na obra “*Tornar-se Pessoa*” no capítulo intitulado “*A psicoterapia considerada como um processo*” (Rogers, 1961/1997) e torna possível uma avaliação do estado psicológico, não mais em termos de categorias diagnósticas (como as do DSM IV ou da CID 10), mas sim do modo de experienciar peculiar a cada pessoa.

O interesse de Rogers em descrever o processo de psicoterapia é recorrente em suas publicações (Rogers 1942/1989a, 1951/1992, 1959). Porém, ao incorporar a escala (e o conceito) de experienciação em sua concepção de processo terapêutico, Rogers (1961/1997) supera sua própria teoria, pois desloca sua atenção das relações causais e dos resultados terapêuticos para um foco mais acurado sobre a experiência subjetiva do cliente e sua maneira de ser e agir. Além disso, sua descrição dos estágios experienciais é mais fluida, mais adequada e condizente com a prática da psicoterapia.

O conceito de experienciação é o eixo referencial para a descrição do continuum descrito em “*Psicoterapia considerada como um processo*” (Rogers, 1961/1997). Trata-se de uma divisão em sete estágios do funcionamento psicológico humano, variando da rigidez característica de um processo experiencial bloqueado, impessoal e de comportamentos estereotipados para, no outro extremo, a expressão livre do fluxo experiencial, fluido, sensível e de maleabilidade existencial. Quanto mais baixo o grau de experienciação, mais pobre é o contato da pessoa com a própria experiência subjetiva; quanto mais alto grau, maior a acessibilidade e capacidade de novas configurações.

Hendricks (2001), com base em diversas pesquisas que empregaram a Escala de Experienciação, divide os clientes em duas categorias básicas: os de Baixo Nível de Experienciação – BNE (estágios 1, 2 e 3 da Escala de Experienciação) e os de Alto Nível de Experienciação – ANE (estágio 4 em diante). Os resultados dessas pesquisas indicam que o nível de experienciação no início da psicoterapia tem relação com o prognóstico do processo e que o aumento do nível de experienciação ao longo do processo tem relação com resultados mais bem sucedidos.

Tal avaliação permite ao terapeuta centrado no cliente compreender o ritmo possível que cada cliente pode empregar, de acordo com seu nível experiencial (ANE ou BNE). Clientes de BNE tendem a descrever situações externas a si e a progredir com mais lentidão no processo. Clientes de ANE são capazes de desdobrar significados mais facilmente, sendo mais ágeis em psicoterapia.

Rogers (1961/1997) descreve um cliente na transição do BNE para o ANE, quando, ao falar sobre um tema importante “é tocado por um sentimento – nada que tenha um nome ou classificação, mas a experiência de algo desconhe-

cido que deve ser cuidadosamente explorado, mesmo antes que se lhe possa apontar uma designação” (p. 146). A capacidade de percepção que um cliente possui dessa experiência interna consiste no critério para a divisão entre os níveis experienciais, sendo que sua ocorrência espontânea só acontece a partir da quarta etapa da escala.

Um Refinamento das Atitudes Facilitadoras da Ordem da Precisão

Rogers (1957/1989b) destaca a importância das atitudes facilitadoras do terapeuta – congruência, aceitação positiva incondicional e empatia – para a mudança terapêutica do cliente, porém uma questão requer esclarecimento: o que significa ser empático? Ou, mais precisamente, a quem se dirige uma resposta empática? Segundo Gendlin (1962/1997), “aprendizes em terapia não diretiva geralmente começam repetindo muito do que o cliente diz. Ninguém se sente compreendido através de repetição” (p. 82). Sua compreensão experiencial, portanto, indica que a resposta empática deve ser dirigida à experiência subjetiva que o cliente tem de um assunto e não ao assunto em si. Isso implica um critério claro para responder a essa questão e ratifica o que Rogers havia postulado.

Ao pontuar a diferença entre a experienciação e os símbolos, Gendlin (1962/1997) afirma que “quando nós, humanos, falamos, pensamos ou lemos, experienciamos significado” (p. 45). Portanto, duas dimensões de significado devem ser contempladas. A primeira diz respeito à relação existente entre os símbolos, e destes com os objetos. Pode-se dizer que são relações horizontais, pertinentes à combinação de símbolos já conceitualizados. A segunda se refere à experiência sentida que temos dos significados, de forma pré-conceitual. Essa pode ser considerada vertical, pois diz respeito às entrelinhas que temos dos símbolos, à conotação do que estes nos causam e que ainda não foi simbolizada, mas que pode vir a ser, bastando para isto focar nossa atenção nela. Essa é a dimensão do senso sentido. É ao senso sentido que a resposta empática deve ser dirigida. O termo original usado por Gendlin em *Experiencing and the Creation of Meaning* (1962/1997) é *Felt Meaning* (Significado Sentido). Em publicações mais recentes (Gendlin, 1979, 1996; Hendricks, 2001) o termo empregado passa a ser *Felt Sense* (Senso Sentido). Em comunicação pessoal Gendlin (24 de março de 2004) esclarece:

Com base em meu conhecimento atual, ‘significado’ geralmente sugere algo puramente ‘mental’, enquanto ‘senso’ enfatiza a qualidade corporal concreta, direta, palpável. Mas confesso que não tenho muita certeza se isso era tão claro enquanto eu gradualmente fui mudando o termo.

Retomando o exemplo citado anteriormente, a pessoa que falava sobre sua tensão referia-se a um símbolo. Seu senso sentido da situação era de desânimo. Sem o conhecimento da dimensão do senso sentido, uma resposta supostamente empática poderia ser dirigida à tensão, sentimento conhecido e vazio de experiência imediata, fazendo o processo andar em círculos. Gendlin (1996) alerta sobre dois tipos comuns de erros, duas “ruas sem saída” em psicoterapia: o processo não progride após tornar-se meramente racional ou por

tornar-se redundante na expressão de sentimentos já conhecidos, pois em ambos os casos a dimensão do senso sentido é desconsiderada.

Quando, por outro lado, a resposta terapêutica é dirigida ao senso sentido que o cliente forma em suas colocações, o potencial simbólico implícito passa a ser ativado. Nesse caso, houve uma resposta de *focalização*, que segundo Gendlin (1964) “é o processo total que resulta da atenção que o indivíduo dá ao significado sentido da experienciação” (p. 115). Tal processo tem quatro etapas, de acordo com a classificação original de Gendlin (1964): (a) Referência Direta em psicoterapia; (b) Desdobramento; (c) Aplicação Global e (d) Movimento de Referente. Retomando mais uma vez o exemplo anteriormente citado, o rapaz que fala sobre sua tensão, transparece seu desânimo. Ao mencionar esse fato (fazendo uma referência direta ao processo experiencial), o terapeuta abre uma perspectiva até então latente, que amplia a possibilidade de simbolização do cliente (desdobramento). Emergem novos conteúdos, novas associações, novos significados, que modificam a percepção do cliente sobre o assunto (Aplicação Global), podendo conduzi-lo a outros conteúdos aparentemente sem relação com esse que está sendo trabalhado (Movimento de Referente).

Em trabalhos mais recentes, estes termos foram reformulados para adequar-se ao vocabulário específico da Psicoterapia Experiencial, porém a seqüência lógica manteve-se inalterada. Segundo Hendricks (2001) a focalização do senso sentido provoca uma alteração da perspectiva que o cliente tem de sua experiência, desdobrando-a em novos conteúdos ou apenas provocando um relaxamento da tensão. Tal processo chamado de mudança sentida (*felt shift*) consiste numa alteração do senso sentido, sempre evidenciada em reações corporais (como um suspiro, lágrimas, alteração no tom de voz, movimento corporal, etc.). Por ser algo como dar passos adiante, essa evolução do cliente no processo terapêutico recebe o nome de avançar experiencial (*carrying forward*).

As Relações Funcionais entre os Símbolos

A perspectiva experiencial oferece mais uma importante contribuição para os terapeutas centrados no cliente e terapeutas experienciais: permite que seja possível compreender as diferentes maneiras através das quais o senso sentido pode se desdobrar em significados e símbolos. Pode-se afirmar que a verbalização – especialmente no contexto da psicoterapia – representa uma forma privilegiada de simbolização, mas não a única. Há diversas outras formas de simbolização do senso sentido como a ação, o movimento, a arte, o jogo, o corpo, os sonhos e o próprio pensamento, por exemplo. Assim, passa a existir uma base conceitual sólida e segura para o entendimento experiencial do que se encontra implícito no brincar com massinha em uma sessão de ludoterapia, por exemplo, na dimensão simbólica de uma somatização, ou no conteúdo de um sonho.

Coerente com sua proposta de esclarecer como o fenômeno psíquico funciona, Gendlin (1962/1997) elucida como se dão as relações funcionais que podem se estabelecer

entre o senso sentido e os símbolos, definindo sete categorias dessas relações. As três primeiras, consideradas “paralelas”, são: Referência Direta, Reconhecimento e Explicação. As demais são consideradas “não paralelas”: Metáfora, Compreensão, Relevância e Circunlocução.

A análise e explicação aprofundada de cada uma dessas relações funcionais demandaria um artigo específico, dada a sua complexidade. Porém a citação destas relações funcionais parece-nos importante, pois sinaliza a possibilidade de uma compreensão mais acurada do que pode acontecer em uma relação terapêutica. Se há pouco afirmamos que a resposta verdadeiramente empática é dirigida ao senso sentido, compreender como uma metáfora pode auxiliar o processo de criação de novos símbolos é muito útil. Entender o que se passa com aquele cliente que afirma sentir um “nó na garganta” e que não consegue nomear (ou seja, está estagnado em uma referência direta muito pouco elaborada) é fundamental para que o terapeuta possa se situar no processo.

Os terapeutas centrados no cliente sabem o quão comum é ouvir dos clientes que estão progredindo em seus processos terapêuticos, que se sentem melhor e que estão tendo mais facilidade de resolver problemas que jamais foram trabalhados em psicoterapia. Geralmente dizem isso com ar de surpresa, o que é plenamente compreensível, pois os estilos centrado na pessoa e experiencial não trazem os aspectos cognitivos e racionais ao primeiro plano.

Entretanto, não se pode aceitar que o mesmo aconteça com o psicoterapeuta. Seria no mínimo irresponsável dedicar-se a uma relação terapêutica sem uma sólida retaguarda conceitual. Trata-se da clássica articulação gústaltica entre figura e fundo. Se as atitudes facilitadoras estão no cerne daquele relacionamento com o cliente, sua situação privilegiada encontra sustentação no “pano de fundo” conceitual. Criticando a concepção “difusa e oportunista que insiste na noção de que cada caso é diferente dos demais” (Rogers, 1942/1989a, p. 77) buscou compreender as leis gerais subjacentes aos processos terapêuticos, que acreditava serem passíveis de uma análise objetiva e de previsibilidade (Rogers, 1942/1989a, 1951/1992, 1957/1989b, 1959, 1961/1997). Sendo assim, é possível articular atitudes facilitadoras e um entendimento mais acurado do processo. Rogers possibilitou a emergência da primeira parte. Gendlin tem aperfeiçoado a segunda.

Em Resumo: Contribuições Gendlinianas para a Terapia Centrada no Cliente

Infelizmente, a obra de Gendlin ainda não foi suficientemente divulgada entre os brasileiros, motivando-nos a desenvolver o presente artigo. Há uma rica produção bibliográfica resultante de sua parceria com Carl Rogers que permanece pouco discutida nos meios brasileiros centrados na pessoa. O mesmo acontece com suas publicações posteriores.

Alemany (1997) esclarece que, com o pensamento profundamente influenciado por autores como Husserl, Dilthey (cuja obra foi tema de sua dissertação de mestrado),

Binswanger, Heidegger, Sartre e Merleau-Ponty, Gendlin é atraído para o grupo de Rogers por uma afinidade com a prática inovadora que este propunha. O próprio Gendlin (1992) ressalta a admiração que sentiu pela ousadia desses pressupostos revolucionários para a época. Porém, sua formação filosófica existencialista o fazia sentir a necessidade de ir além e explicitar racionalmente aquelas idéias. Ele não estava satisfeito em hermeticamente tomá-las como princípios, mas queria demonstrá-las.

A formação filosófica existencialista de Gendlin contribuiu decisivamente para o desenvolvimento da teoria da Terapia Centrada no Cliente, ao elaborar em termos conceituais uma constatação de ordem prática: em sua atuação como terapeuta, Rogers centrava-se mais na vivência das duas pessoas ao interagirem na relação terapêutica do que no conteúdo verbal discutido. Focaliza-se o processo intersubjetivo e não a problemática discutida. Nesta visão, segundo Cury (1993) o processo terapêutico pode ser mais bem concebido como uma relação interpessoal, abrindo espaço para pesquisas que priorizem a descrição e análise do fluxo experiencial surgido da interação entre terapeuta e cliente.

A teoria experiencial para Gendlin possibilita uma abordagem direta à experienciação humana, ao invés de estudá-la após ter sido traduzida em linguagem teórica. A teoria sob este enfoque é de natureza diferente: não envolve apenas conceitos, mas sim uma nova forma de usá-los. As relações estabelecidas entre os conceitos e as experiências são muito especiais para a compreensão desta forma de teorizar. Os conceitos são considerados como sinalizadores (*pointers*) que referem-se diretamente à experiência sentida. Esta perspectiva para Gendlin (1970) é a pedra fundamental de um enfoque teórico verificável inicialmente em relatos de psicoterapeutas existenciais sobre terapias com crianças, como é o caso de Moustakas na obra “*Existential Child Therapy*”, publicada em 1966. (Cury, 1993, p. 222).

Spiegelberg (1972) afirma que a contribuição principal de Gendlin foi fornecer um substrato teórico para a passagem de Rogers do positivismo lógico para uma orientação existencialista. Portanto, a principal ênfase é existencial; a fenomenologia é apenas o método para lidar com aspecto existencial e subjetivo do processo terapêutico.

Essa gradual transição aparece no artigo “Pessoas ou Ciência”, em que Rogers (1955/1995) torna explícito o dilema que gradualmente foi vivenciando, entre sua formação científica e a maneira como vivia a relação terapêutica. A nosso ver, a fundamentação teórica experiencial é capaz de conciliar com propriedade essas duas dimensões.

Além de uma base conceitual mais coerente com a prática terapêutica revolucionária que Rogers já tinha desenvolvido, a compreensão experiencial torna claro como ocorre o processo através do qual ocorre a criação de significado e de tudo aquilo que possa ser significativo para uma pessoa. Esta hipótese pode ser especialmente útil tanto para a prática da psicoterapia quanto para a formação de novos terapeutas, pois possibilita uma compreensão maior a respeito do fenômeno das relações humanas em geral e da relação terapêutica em específico.

O terapeuta apóia-se no continuum do processo experiencial do cliente, na escala de experiencição, uma preciosa referência que o habilita a participar da relação interpessoal e facilitar a mudança psicológica no cliente. O ritmo do cliente, bem como o grau de abertura à própria experiencição, tornam-se precisos de modo a auxiliar o terapeuta a atuar empaticamente.

Os horizontes conceituais da Terapia Centrada no Cliente podem assim ser largamente ampliados. Passa a ser possível compreender com maior precisão todas as formas de manifestação psicológica que não se exprimem primordialmente através da verbalização. Assim, o lúdico, na terapia infantil ganha nova concepção. O mesmo ocorre com relação à concepção de saúde em uma forma mais ampla, especialmente no que se refere aos processos de somatização. A possibilidade de ajuda psicológica a pessoas com dificuldades de simbolização, como no caso dos pacientes psiquiátricos, também é ampliada.

Há um vasto arcabouço conceitual disponível na obra de Eugene T. Gendlin, plena de benefícios para o terapeuta centrado no cliente. Duas barreiras, entretanto, precisam ser transpostas. Em primeiro lugar, a falta de textos disponíveis em português. A segunda, um preconceito decorrente da falta de informação precisa e bem fundamentada. Muito ainda há por ser feito em ambos os aspectos, e esperamos que este artigo possa trazer sua contribuição.

Referências

- Aleman, C. (1997). *Psicoterapia experiencial y focusing: La aportación de E. T. Gendlin*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.
- Amatuzzi, M. M. (1989). *O resgate da fala autêntica*. Campinas, SP: Papirus.
- Cury, V. E. (1987). *Psicoterapia centrada na pessoa: Evolução das formulações sobre a relação terapeuta-cliente*. Dissertação de Mestrado não-publicada, Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, SP.
- Cury, V. E. (1993). *Abordagem centrada na pessoa. Um estudo sobre as implicações dos trabalhos com grupos intensivos para a Terapia Centrada no Cliente*. Tese de Doutorado não-publicada, Faculdade de Ciências Médicas, Universidade de Campinas, SP.
- Gendlin, E. T. (1961). Experiencing: A variable in the process of therapeutic change. *American Journal of Psychotherapy*, 15, 233-245
- Gendlin, E. T. (1964). A theory of personality change. In P. Worchel & D. Byrne (Eds.), *Personality change* (pp. 102-148). New York: John Wiley & Sons.
- Gendlin, E. T. (1970). A theory of personality change. In J. T. Hart & T. M. Tomlinson (Eds.), *New directions in client centered therapy* (pp. 129-173). Boston: Houghton Mifflin.
- Gendlin, E. T. (1979). *Focusing*. New York: Bantam Books
- Gendlin, E. T. (1992). Celebrations and problems of the humanistic psychology. *The Humanistic Psychologist*, 20(2-3) 447-460
- Gendlin, E. T. (1996). *Focusing oriented Psychotherapy*. New York: Guilford Press.
- Gendlin, E. T. (1997). *Experiencing and the creation of meaning*. Evanston, IL: Northwestern University Press. (Original publicado em 1962)
- Hart, J. T. (1970). The development of client centered therapy. In J. T. Hart & T. M. Tomlinson (Eds.), *New directions of client centered therapy* (pp. 3-22). Boston: Houghton Mifflin.
- Hendricks, M. N. (2001). Focusing-oriented/Experiential Psychotherapy: Research and practice. In D. Cain & J. Seeman (Eds.), *Humanistic Psychotherapies: Handbook of research and practice* (pp. 221-252). Washington, DC: American Psychological Association.
- Macedo, S. (1998). *Relação terapêutica na abordagem centrada na pessoa*. Dissertação de Mestrado não-publicada, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, SP.
- Messias, J. C. C. (2001). *Psicoterapia centrada na pessoa e o impacto do conceito de experiencição*. Dissertação de Mestrado não-publicada, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, SP.
- Messias, J. C. C. (2002). Sobre a expressividade do terapeuta. *Argumento*, 3(7), 95-100.
- Morato, H. T. P. (1989). *Eu supervisão: Em cena uma ação buscando significado sentido*. Tese de doutorado não-publicada, Universidade de São Paulo, SP.
- Puente, M. (1978). *O ensino centrado no estudante: Renovação e crítica das teorias educacionais de Carl Rogers*. São Paulo, SP: Cortez e Moraes.
- Puente, M. (1979). Experiencição (experiencing) na terapia centrada no cliente: Método, medição e treinamento. Trabalho apresentado no *I Congresso Regional Latino-Americano de Psicologia*, Campinas, SP.
- Puente, M. (1982). Estudo crítico – histórico da motivação humana em Carl R. Rogers. In M. Puente (Ed.) *Tendências contemporâneas em psicologia da motivação* (pp. 127-147). São Paulo, SP: Cortez.
- Puente, M., Gallo, S. R., & Cury, V. E. (1983a). O caso “Miss Mun”: Estudo do processo experiencial psicoterapêutico pela escala de experiencição de Gendlin e Tomlinson. In M. Knobel & S. Saidenberg (Eds.), *Psiquiatria e saúde mental* (pp. 157-164). Campinas, SP: Autores Associados.
- Puente, M., Gallo, S. R. & Cury, V. E. (1983b). Um estudo exploratório sobre a relação existente entre nível de experiencição (experiencing) e grau de distúrbio em pacientes psicóticos. In M. Knobel & S. Saidenberg (Eds.), *Psiquiatria e saúde mental* (pp. 165-187). Campinas, SP: Autores Associados.
- Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A study of a Science. Vol. 3. Formulations of the Person and the Social Context* (pp. 184-256). New York: McGraw Hill.
- Rogers, C. R. (1967). *The therapeutic relationship and its impact: A study of Psychotherapy with schizophrenics*. Madison, WI: The University of Wisconsin Press.
- Rogers, C. R. (1989a). *A newer Psychotherapy. Counseling and Psychotherapy*. In H. Kirschenbaum & V. L. Henderson (Eds.), *The Carl Rogers Reader* (pp. 63-77). New York: Houghton Mifflin. (Reproduzido de *Counseling and Psychotherapy. Newer concepts in practice*, pp. 30-45, de C. R. Rogers, 1942, Boston: Houghton Mifflin)
- Rogers, C. R. (1989b). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. In H. Kirschenbaum & V. L. Henderson (Eds.), *The Carl Rogers Reader* (pp. 219-235). New York: Houghton Mifflin, 1989. (Reproduzido de *The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change*, pp. 95-103, de C. R. Rogers, 1957, *Journal of Consulting Psychology*, 21)

- Rogers, C. R. (1992). *Terapia centrada no cliente*. São Paulo, SP: Martins Fontes. (Original publicado em 1951)
- Rogers, C. R. (1995). Pessoas ou Ciência: uma questão filosófica. In J. K. Wood. (Ed.), *Abordagem centrada na pessoa* (pp. 123-153). Vitória, ES: Fundação Ceciliano Abel de Almeida, 1995. (Reproduzido de *Persons or Science? A Philosophical Question*, pp. 267-278, de C. R. Rogers, 1955, *American Psychologist*, 10)
- Rogers, C. R. (1997). *Tornar-se pessoa* (5. ed.). São Paulo, SP: Martins Fontes. (Original publicado em 1961)
- Spiegelberg, H. (1972). *Phenomenology in Psychology and Psychiatry*. Evanston, IL: Northwestern University Press.
- Teani, C. (1997a). *Momentos de comunicação intensa entre terapeuta e cliente: Análise fenomenológica de depoimentos*. Dissertação de Mestrado não-publicada, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, SP.
- Teani, C. (1997b). Momentos de Comunicação Intensa entre Terapeuta e Cliente: Análise Fenomenológica de Depoimentos. *Estudos de Psicologia*, 14(3) 27-37.
- Wood, J. K. (1995). *Abordagem centrada na pessoa*. Vitória, ES: Fundação Ceciliano Abel de Almeida.

Recebida: 01/12/2004
1ª revisão: 11/04/2005
2ª revisão: 28/09/2005
Aceite final: 29/09/2005