

Terapia Centrada na Pessoa Referencial teórico e apontamentos para a clínica atual

Autor(res)

Nataniel Cezimbra Dos Santos

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

Introdução

A Terapia Centrada na Pessoa foi criada na década de 40, pelo psicólogo estadunidense Carl Rogers, sendo considerada na época, como radical por divergir das teorias comportamentais e psicanalíticas, e enfatizar a escuta reflexiva, a empatia e a aceitação, entre outros métodos, em vez da interpretação de comportamentos ou impulsos inconscientes. Rogers traz como novidade, entre demais avanços, no campo da psicologia práticas como: a autoexploração do cliente (self-exploration), o reforço do valor dado a si (self-esteem, autoestima), o aumento da confiança na tomada de decisão e o foco na capacidade do cliente de lidar com as consequências de suas decisões. Outrossim, Rogers não acreditava que um diagnóstico psicológico fosse exclusivamente necessário para a psicoterapia. (...)

Objetivo

O presente trabalho tem como objetivo fazer uma breve exploração sobre os principais referenciais da Terapia Centrada na Pessoa - TCP (Person Centered Therapy – PCT) e propor apontamentos para o seu uso na clínica atual.

Material e Métodos

Este trabalho adota uma abordagem qualitativa, de cunho teórico e exploratório, centrada na análise das principais obras de Carl Rogers que fundamentam a Terapia Centrada na Pessoa: Counseling and Psychotherapy (1942), Significant Aspects of Client-Centered Therapy (1946), Client-Centered Therapy (1951) e On Becoming a Person (1961). A seleção das fontes baseou-se em sua relevância histórica e conceitual para a compreensão dos pressupostos da abordagem. A análise textual foi orientada pela identificação dos conceitos-chave, suas articulações clínicas e implicações para a prática contemporânea em saúde mental.

Resultados e Discussão

Além da alta incidência dos transtornos de ansiedade e depressão na atualidade, e da grave elevação de casos de suicídios, há o surgimento de uma “epidemia de diagnóstico” relacionado a TDAH e autismo, além da prevalência relevante de transtornos como: de pânico, de humor, do estresse pós-traumático, do uso de substâncias, alimentares e de personalidade, entre outros. Este adoecimento ocorre num ambiente de hegemonia da prática



biomédica centrada no diagnóstico e da prescrição de psicofármacos, e uma predominância da terapêutica psicanalítica, cognitivo-comportamental e neurocientífica (frequentemente associada a diversas técnicas de estimulação cerebral não invasiva).
Diante disso, podemos elencar alguns apontamentos que nos parecem relevantes para a prática da clínica atual com base na abordagem rogeriana (....)

Conclusão

Diante da crescente complexidade do sofrimento psíquico na contemporaneidade, a Terapia Centrada na Pessoa se mostra uma alternativa ética, sensível e eficaz, que resgata a centralidade do sujeito em sua experiência. Fundamentada em pressupostos relacionais, antidogmáticos e cientificamente validados, esta abordagem reafirma a confiança na capacidade de reorganização interna de cada indivíduo. Ao propor uma escuta empática, livre de julgamentos, e um ambiente seguro para a autoexploração, a TCP oferece caminhos potentes para o cuidado em saúde mental num cenário marcado por medicalização excessiva, sofrimento social e diagnósticos apressados.

Referências

Carls Rogers:
Counseling and Psychotherapy: Newer Concepts in Practice (1942)

Significant Aspects of Client-Centered Therapy (1946)

Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications and Theory (1951)

On Becoming a Person (1961)