

## O CONCEITO DE TENDÊNCIA ACTUALIZANTE NA TEORIA CENTRADA NO CLIENTE

TRADUZIDO POR EURÍDICE FERREIRA



Barbara Temaner Brodley

**Resumo:** O trabalho explica o conceito de tendência actualizante de Carl Rogers. É feita uma distinção entre a sua acção, a nível organísmico e ao nível da pessoa consciente. O artigo salienta quatro aspectos deste mesmo conceito. (1) A tendência actualizante é a única estrutura motivacional na teoria centrada no cliente. É a motivação dirigida para preservação individual, crescimento, desenvolvimento e cura. (2) Se bem que a tendência actualizante tenha uma direcionalidade construtiva, não garante resultados positivos. As condições favoráveis e desfavoráveis, quer internas quer externas ao organismo, influenciam o resultado dos processos de actualização. (3) A motivação é inerentemente dirigida para a cura emocional, para a transformação construtiva, e para a preservação da pessoa global. Graças a esta motivação organísmica construtiva a psicoterapia não precisa tentar motivar ou guiar o cliente. A terapia centrada no cliente é, consequentemente, facilitativa mas não directiva. (4) A tendência actualizante é um conceito pertencente ao domínio das Ciências Naturais e não um conceito moral ou ético. Rogers apercebeu-se que os clientes escolhem direcções construtivas, sempre que se encontram nas circunstâncias favoráveis da relação centrada no cliente. Isto explica-se como sendo o resultado da tendência actualizante em interacção com as potencialidades humanas pró-sociais. A terapia centrada no cliente favorece a realização da natureza pró-social que é inata ao ser humano.

**Palavras-chave:** Tendência Actualizante – Motivação Organísmica – Direcionalidade Construtiva – Natureza Pró-social

**Abstract:** The paper explicates Carl Rogers' actualizing tendency concept. A distinction is made between its action at the organismic level and at the level of the conscious person. The paper emphasizes four aspects of the concept. (1) The actualization tendency is the sole motivational construct in client-centered theory. It is the motivation for individual maintenance, growth, development and healing. (2) Although the actualization tendency has constructive directionality, it does not guarantee positive outcomes. Favorable and unfavorable circumstances, both internal and external to the organism, influence the result of actualization processes. (3) Motivation is inherently directed towards emotional healing, constructive change and maintenance of the whole person. Given this organismic constructive motivation, psychotherapy need not attempt to motivate or guide the client. Client-centered therapy, consequently, is facilitative but not directive. (4) The actualizing tendency is a concept in the domain of the natural sciences, not a moral or ethical concept. Rogers' observed that clients choose constructive directions under the circumstances of a client-centered relationship. This is explained as the result of the actualization tendency interacting with pro-social human potentialities. Client-centered therapy is favorable to the realization of human innate

**Keywords:** actualizing tendency – constructive directionality – motivational construct – pro-social nature.

## Conceito

A tendência actualizante é o único conceito motivacional nas teorias Rogerianas. É um conceito que se aplica a todos os organismos, bem como aos seres humanos. É uma fonte de energia e uma fonte direccional. Está associada à vida dos organismos. Rogers (1980) escreveu:

Todas as motivações devem-se à tendência organísmica para a realização. Há uma fonte central de energia no organismo. Esta fonte de energia é uma função em que podemos confiar e que pertence, mais ao sistema, como um todo, do que a uma das suas partes. É simplesmente entendida como uma tendência dirigida para a realização, para a actualização, envolvendo, não só a sobrevivência, como também a valorização do organismo (p.123).

A tendência actualizante é uma meta-motivação na teoria Rogeriana. Todas as motivações específicas, necessidades e impulsos expressam-se através da tendência actualizante. A teoria actualizante de Rogers é diferente, por exemplo, da teoria de auto-actualização de Maslow (1970). As motivações formuladas por Maslow como necessidades de carência i.e. as necessidades fisiológicas, as necessidades

### A tendência actualizante é uma meta-motivação na teoria Rogeriana.

de segurança, de pertença, de amor e de estima estão incluídas no conceito de tendência actualizante Rogeriana. À medida que uma pessoa actua no mundo, revelam-se, tanto a nível experiencial como a nível de comportamento, necessidades específicas e motivações. A sua energia, forma e, sobretudo a sua relação com os outros aspectos da pessoa, são moldados pela tendência actualizante e pelas condições, quer internas quer externas.

### Características da Tendência Actualizante na Teoria Rogeriana

A tendência actualizante é um princípio motivacional e direccional. As suas principais características são as seguintes:

1. A tendência actualizante é individual e universal (Rogers, 1980). A expressão desta tendência é sempre única, no que diz respeito aos indivíduos, e, ao mesmo tempo, é uma tendência motivacional em todos os organismos.
2. A tendência actualizante é holística (Rogers, 1959). O funcionamento da tendência é uma “gestalt” altamente fluida e mutável. Aspectos

**É um conceito que se aplica a todos os organismos, bem como aos seres humanos. É uma fonte de energia e uma fonte direccional. Está associada à vida dos organismos.**

diferentes numa pessoa assumem relações de imagem e de base, conforme os objectivos específicos da pessoa, e dependendo das exigências imediatas do meio. A tendência actualizante funciona através de todos os sistemas da pessoa. Expressa-se de um modo variável, dinâmico e flu-

tuante, através dos subsistemas da pessoa, no seu todo, enquanto mantém a sua integridade global e organização.

3. A tendência actualizante é ubíqua e constante (Rogers, 1963; Rogers & Sanford, 1984). É a motivação de toda a actividade, a qualquer nível de funcionamento interno da pessoa, e em todas as condições. É intrínseca, momento a momento, ao processo vital. É intrínseca à pessoa, enquanto se move, reage aos estímulos, mantém a sua própria globalidade, sente, pensa, esforça-se e conserva a sua integridade. Todas as capacidades do organismo revelam e expressam esta tendência actualizante.

A tendência actualizante actua em todas as condições. Funciona quando estas são favoráveis e quando são desfavoráveis à manutenção e ao aperfeiçoamento do indivíduo. É a força vital de todos os organismos individuais. Se a pessoa estiver viva, a tendência actualizante está em funcionamento. Se a tendência actualizante estiver actuante, a pessoa está viva. Rogers (1977) comentava a propósito:

Esta é a verdadeira natureza do processo a que nós chamamos vida. Esta tendência está sempre actuante em todas as situações e em todos os organismos. Na verdade, é simplesmente a presença ou a ausência deste processo direccional global que nos permite dizer se determinado organismo está vivo ou morto(p.239).

4. A tendência actualizante é um processo direccional. É construtivo. A sua direcção construtiva tem dois aspectos. Primeiro, há um processo direccional organizativo dominante. A tendência actualizante é sempre dirigida para a preservação da integridade e organização da pessoa. Envolve processos de assimilação e diferenciação, enquanto mantém a integridade da pessoa. Segundo, a direcção actualizante aponta sempre para a realização, desenvolvimento e aperfeiçoamento das capacidades e potencialidades inatas e adquiridas do indivíduo. Rogers (1963). O processo actualizante é um processo selectivo, na medida em que é direccional e construtivo. Tende a conservar e fortalecer o organismo/pessoa. Rogers (1977) escreveu:

Quer o estímulo surja de dentro ou do exterior, quer o ambiente seja favorável ou desfavorável, podemos contar com o facto de todo o comportamento de um organismo ser sempre direccionado para a sua conservação, fortalecimento e reprodução. (p. 239)

5. A tendência actualizante é impulsionadora de tensões. (Rogers 1959). O organismo/pessoa não é um sistema redutor de ímpetos. O organismo é um sistema que, inerente e espontaneamente, aumenta os níveis de tensão no sentido da expansão, do crescimento e do desenvolvimento

**O organismo é um sistema que, inerente e espontaneamente, aumenta os níveis de tensão no sentido da expansão, do crescimento e do desenvolvimento das capacidades inatas.**

6. A tendência actualizante é uma tendência virada para a autonomia da pessoa e completamente afastada da heteronomia (Rogers, 1963). A pessoa evolui instintivamente em direcção à sua auto regulação e afasta-se, automaticamente, de situações em que tende a ser controlada.
7. A tendência actualizante é sensível às condições do meio (Rogers, 1980; Rogers & Sanford, 1984). Há condições do meio circundante, que

são mais favoráveis para cada um dos indivíduos. Há condições que, não sendo tão favoráveis, são, não obstante, adequadas. Há também condições que são totalmente inadequadas ou mesmo destrutivas em relação aos indivíduos. Algumas condições favoráveis e adequadas são genéricas a toda uma espécie e outras são únicas para o indivíduo. As condições podem ser físicas, sociais ou psicológicas.

Se bem que a tendência actualizante seja inerentemente construtiva, o comportamento da pessoa viva é também, a qualquer momento, o resultado de características inatas, características adquiridas e de condições externas. A interacção dinâmica da tendência actualizante com outras causas do comportamento pode, ou não, resultar naquilo que usualmente se considera efeitos construtivos. A actualização, a nível optimizado, da personalidade dum pessoa requer, não só condições variadas e altamente favoráveis, como também condições favoráveis prolongadas.

A actualização optimizada da personalidade de uma pessoa é um fenómeno raro. A maior parte das condições varia entre as consideradas completamente impeditivas ou destrutivas às relativamente adequadas. As vidas humanas são vividas em condições complexas. Potencialidades diferentes são diferentemente afectadas pelas mesmas condições. Além disso, as condições alteram-se conforme a duração de vida. As condições vividas por muitas pessoas não são adequadas a um desenvolvimento pleno.

A tendência actualizante persiste, contudo, e não está menos presente ou menos funcional em condições desfavoráveis. A expressão da tendência, nas características da pessoa e no funcionamento da mesma, pode ser, mais ou menos, deformada ou diminuída, conforme as condições. Rogers usa a metáfora do grelo de batata, na cave escura, crescendo em direcção à luz para descrever a persistência da tendência actualizante bem como a sua vulnerabilidade. Rogers (1980) escreveu:

**A pessoa evolui instintivamente em direcção à sua auto regulação e afasta-se, automaticamente, de situações em que tende a ser controlada.**

Estes grelos, tristonhos e delgados, chegaram a crescer dois ou três pés de comprimento, à medida que se estendiam em direcção à luz distante da janela. Eram, no seu crescimento fútil e bizarro, uma espécie de expressão desesperada de tendência direccionada... Nunca seriam plantas, nunca amadureceriam, nunca desenvolveriam o seu verdadeiro potencial. E, no entanto, nas condições mais adversas, esforçavam por sê-lo (p. 118).

8. O conceito de auto-actualização, na teoria de Rogers (1959), refere a tendência actualizante manifesta no “self”, um subsistema que se torna diferenciado, dentro do todo global da pessoa. O conceito de “self” é essencial nas teorias Rogerianas (1951; 1959) sobre o desenvolvimento da personalidade normal e no desenvolvimento das perturbações psicológicas. Afirma ele que, em condições desfavoráveis, a actualização do sub-sistema

**O conceito de auto-actualização, na teoria de Rogers (1959), refere a tendência actualizante manifesta no “self”, um subsistema que se torna diferenciado, dentro do todo global da pessoa.**

do “self” pode tornar-se discrepante, em relação à experiência organísmica ou mesmo entrar em conflito com ela. Um tal conflito diminui e altera a integridade da pessoa e a sua integração. Consequentemente, a pessoa sofre perturbações emocionais. Em alternativa, e em condições favoráveis ao

desenvolvimento, as pessoas mantêm-se abertas à experiência. Desenvolvem uma auto-imagem em harmonia com a experiência organísmica. Esta situação psicológica é que produz a globalidade total da pessoa, a sua integração e a sensação de bem estar.

9. O conceito de consciência, mais especificamente a capacidade de ter consciência de si próprio, é um importante canal aberto à actuação da tendência actualizante no caso dos seres humanos (Rogers, 1980).

A consciência de si próprio dá à pessoa um grande leque de opções para a sua auto-regulação. Permite o desenvolvimento de potenciais que podem não existir noutros organismos.

10. Os seres humanos têm uma índole social. Consequentemente, uma das direcções básicas da tendência actualizante, nos humanos, é para um

comportamento social construtivo (Rogers, 1982). A natureza social humana é tão fundamental como o instinto de conservação ou a sexualidade. Tal como estas outras características fundamentais, há variantes individuais, no que diz respeito à sua força e forma de expressão. Tal tal como acontece com estas outras características fundamentais, a natureza social humana pode também ser superada por outros aspectos da natureza humana. E pode ser deformada ou suprimida por condições desfavoráveis. A natureza social humana é complexa. Envolve uma mistura de capacidades inatas. Estas incluem:

- a) Capacidade de identificação com o outro, o que leva à compaixão. Uma capacidade natural de identificação com as outras pessoas humanas e, conseqüentemente, a capacidade de se preocupar com o bem estar dos outros.
- b) Capacidade de empatia. Capacidade de imaginar, compreender ou, por interacção, envolver-se em experiências do outro e sentir interesse por elas.
- c) Impulsos de protecção e cuidado. Tendências para se preocupar com os outros, proteger outros seres humanos, particularmente aqueles mais vulneráveis ou fracos, especialmente crianças.
- d) Necessidade de associação. Tendências para se colocar na proximidade dos outros e interagir com os outros seres humanos. Tendências para necessitar e procurar companhia, tendências para criar blocos sociais para mútua satisfação, protecção e sobretudo para responder às necessidades de abrigo e alimentação.
- e) Tendências para a cooperação social e colaboração dirigida a metas comuns. Estas tendências envolvem, necessariamente, capacidades de auto-restricção e intromissão em relação aos outros (Goldstein, 1940). Goldstein considera serem estas tendências igualmente essenciais à individualidade humana, fazendo notar “A individualidade nunca significa simplesmente *eu sou* mas sempre que comigo existem outras criaturas (p. 201).
- f) Capacidades e tendências para elaborar regras morais e lutar para viver de acordo com elas.

É de notar que as primeiras sete das características da tendência actualizante, tal como é acima descrita, são comuns a todos os organismos, incluindo os humanos. As características números oito, nove e dez

são mais desenvolvidas, talvez únicas, nos humanos.

O conceito de Rogers sobre a tendência actualizante é quase idêntico ao impulso de auto-actualização, apresentado por Kurt Goldstein (1939), na sua teoria organísmica. Alguns esclarecimentos sobre a teoria de Goldstein podem ajudar a clarificar o conceito de Rogers.

### **O Conceito de Actualização de Goldstein**

A teoria organísmica surgiu como um modo de explicar e integrar os fenómenos dos fenómenos normais e patológicos dos humanos. Goldstein estudou os veteranos da Primeira Guerra Mundial que apresentavam lesões cerebrais. Lidou com os seus dados de uma maneira específica e criativa que era diferente dos métodos de Freud e diferente também dos métodos dos cognitivo-comportamentalistas. Estes teóricos faziam as suas generalizações directamente a partir das condições patológicas ou experimentais. Destas, partiam para as normais. Goldstein reconheceu um princípio que podia explicar, tanto a patologia como os casos ditos normais, enquanto, ao mesmo tempo, distinguia os mecanismos das duas vias. Para Goldstein, a patologia é um desvio grave, em relação ao modo normal de funcionamento. No entanto, manifesta a mesma motivação básica e direcciona. Goldstein (1939) escreveu:

Qualquer organismo é governado pela tendência para actualizar, tanto quanto possível, as suas capacidades individuais, o seu modo de estar no mundo. Esta tendência para se actualizar é o impulso básico, aliás o único impulso, pelo qual se pode diagnosticar a existência de vida no organismo. Esta tendência sofre, na pessoa humana doente, uma modificação característica. O âmbito de vida do doente é reduzido de dois modos: 1. O doente é levado a utilizar as capacidades que conserva da melhor maneira possível. 2. É levado a manter um determinado modo de vida que não deve ser perturbado. Por isso, a vida de um ser doente é muito despojada, no que diz respeito a criatividade, desenvolvimento, progressão e, completamente desprovida, no que toca a particularidades características da organísmica normal e especialmente no que toca à vida humana. Fre-

quentemente, manter o estado existente – o instinto de conservação – é considerada a lei básica de vida. Julgo que tal conceito só pode ter sido concebido porque se assumira, como ponto de partida, as experiências em condições anormais ou situações experimentais. A tendência da vida normal é sempre para a actividade e para a progressão. Algumas vezes o organismo normal também tende a, basicamente, evitar catástrofes e manter um determinado estado que torne isto possível. No entanto, tal acontece em condições desadequadas e não é, de modo algum, o seu comportamento habitual (pp. 196-197).

Goldstein explica, deste modo, o comportamento, reduzido ou alterado, dos organismos, incluindo os seres humanos. Trata-se do resultado de condições desadequadas ou de defeitos orgânicos ou ainda de uma combinação destes dois factores. A tendência básica do organismo em tais condições é, e não obstante a tendência actual, cumprir a sua natureza o melhor que pode.

### **Potencialidades e Condições**

As pessoas funcionam sempre de acordo com o princípio da tendência actualizante organísmica. Estão constantemente actualizando a sua índole natural tanto quanto as condições o permitem. Quanto mais as condições forem favoráveis ao carácter inato da pessoa, tanto mais favoráveis serão os seus desempenhos. Em condições muito favoráveis, uma pessoa é física e psicologicamente saudável e muitas das potencialidades dessa pessoa desenvolvem-se a um alto nível.

O conceito de potencialidades é extremamente complexo. Potencialidades são capacidades que não estão totalmente desenvolvidas. Dentro de cada indivíduo, há sempre uma multidão de potencialidades. As potencialidades organizam-se de vários modos, dentro do indivíduo, dependendo das condições. O desenvolvimento e a expressão de algumas capacidades, tal como o uso da linguagem, tendem a ser desejáveis para posterior realização da pessoa global, em quaisquer condições. Outras capacidades, tais como capacidade de actuar, sem sentir determinadas reacções emocionais, como pro-

**Potencialidades são capacidades que não estão totalmente desenvolvidas. Dentro de cada indivíduo, há sempre uma multidão de potencialidades.**

ceder a uma cirurgia, são apenas desejáveis em condições específicas. A realização de certas potencialidades impede o desenvolvimento pleno de outras, dentro dos limites temporais de toda uma vida. Algumas potencialidades são capacidades de lidar com situações de emergência ou outras condições especiais. Algumas potencialidades são capacidades de vida prolongada. Outras ainda são talentos especiais ou talentos naturais.

A realização das potencialidades, como resultado da tendência actualizante, envolve uma organização complexa de subsistemas, dentro do todo da pessoa. A realização bem sucedida envolve a apropriação do contexto à capacidade. Envolve a relação intrínseca da capacidade de sobrevivência ou do melhoramento global da pessoa. O engasgamento e o vômito, por exemplo, são capacidades que fazem parte do repertório comportamental humano mas estas capacidades só são expressas em condições específicas e desfavoráveis. Poriam em risco o bem estar, e mesmo a própria existência, se fossem realizáveis em condições normais. A direccionalidade da tendência actualizante é manifesta nas relações dos subsistemas e nas relações entre características específicas ao todo global da pessoa. A tendência actualizante resulta, de certo modo, da integração e organização independentemente das condições. Pode manter a integração e a organização, sacrificando algumas funções, se as condições assim o exigirem.

A melhor realização alcançada por uma pessoa pode não ser uma boa realização. Há um sem número de categorias diferentes de condições desfavoráveis que resultam numa realização deficiente. As condições desfavoráveis incluem condições externas e condições internas. As condições externas desadequadas ao organismo humano, que são impostas à pessoa, podem ser de tipo imediato ou prolongado, como privações físicas ou emocionais, condições punitivas ou traumáticas. Os desvios da norma quanto ao funcionamento da actualização podem também resultar de danos físicos aos quais os humanos são vulneráveis desde a concepção até à morte. A consequência das condições externas desadequadas pode traduzir-se num desenvolvimento diminuído ou numa integração deficiente ou pode ainda envolver reacções socialmente destrutivas. A tendência actualizante é, não obstante, a força motivadora e a orientação da pessoa mesmo em condições desfavoráveis.

As condições desfavoráveis podem ser internas. As condições internas conducentes a um desenvolvimento restringido ou a um comportamento des-

trutivo podem envolver conceitos, sentimentos e atitudes interiorizadas. As condições internas desfavoráveis podem ter sido geradas pelo meio social, logo nos primeiros anos de vida. Rogers aponta, como causa de alguns resultados carenciados ou distorcidos do processo de actualização em termos de inadequação, as condições psicológicas inatas ou adquiridas. Estas condições internas adquiridas são denominadas condições de valorização (Rogers, 1959). As condições de valorização resultam em distorções ou atitudes de negação de vivência. Influenciam e limitam os normais desempenhos construtivos da tendência actualizante.

Outras condições internas desfavoráveis que afectam a realização orgânica e pessoal envolvem anomalias orgânicas (biogénicas). Incluem a esquizofrenia, a enfermidade maniaco-depressiva, as perturbações compulsivo-obsessivas, as perturbações depressivas e de ansiedade, as perturbações hiperactivas, o autismo, o síndrome de Tourettes e algumas formas de sociopatia, bem como muitas outras deficiências e perturbações mentais e físicas. As condições biogénicas podem evidentemente ser agravadas por factores psicossociais desfavoráveis. Muitas vezes, a pessoa com deficiências orgânicas hereditárias, do foro do sistema nervoso, é posteriormente ainda mais afectada por relações pessoais pouco esclarecidas, falhas de compreensão ou mesmo hostilidade e ainda por orientações políticas culturalmente destrutivas.

Pode parecer paradoxal. No entanto, a pessoa que se realizou a um nível insuficiente é tão motivada pela tendência actualizante quanto uma que se realizou plenamente. A actualização é identificada na teoria de Goldstein e na teoria Rogeriana, com a vida da pessoa. Preserva-lhe a vida e a integridade. Motiva o prosseguimento da evolução pessoal, tanto quanto possível, sejam quais forem as condições.

### **A Tendência Actualizante na Pessoa Consciente**

Os organismos humanos têm uma característica que distingue os seus processos de actualização dos dos outros organismos. Esta característica faz parecer a teoria da actualização mais complicada, quando aplicada aos humanos. Tal como acontece com todos os organismos, as condições internas e externas influenciam os processos de actualização de uma pessoa (como foi acima referido). As condições afectam os efeitos da motivação actualizante.

A tendência actualizante manifesta-se através da

***A tendência actualizante manifesta-se através da capacidade dos humanos de ter consciência de si próprios e de efectuar escolhas conscientes.***

capacidade dos humanos de ter consciência de si próprios e de efectuar escolhas conscientes. As opções podem alterar o modo de actuação e alterar os efeitos das condições sobre a pessoa. Podem produzir um

resultado ou um efeito diferente da tendência actualizante. Por exemplo, a pessoa pode saber que fica mais irritável quando não dorme o suficiente. E pode decidir fazer a sesta regularmente. Se o não conseguir fazer, pode escolher simplesmente evitar as outras pessoas. E se isso não for possível, pode informar os companheiros da sua tendência para se irritar. Informa-os para lhes dar uma perspectiva que pode tornar a sua própria irritabilidade menos nociva. Os humanos, têm o potencial de graças à sua possibilidade de fazer opções, corrigir, pelo menos alguns, dos efeitos das forças que actuam dentro de si e sobre si. O potencial de opção consciente é algumas vezes referida como livre arbítrio. O livre arbítrio, não é contudo, completamente livre. É muito possível que a pessoa não tenha plena consciência das condições internas e externas que influenciam as suas opções. As pessoas fazem opções conscientes, por exemplo, sem terem uma consciência de si próprios completamente evoluída. As decisões que são destrutivas em relação ao "self" podem resultar de muitos factores: duma perspectiva pouco informada de si próprio ou da situação, duma informação incompleta, de erros de raciocínio ou de tendências inconscientes.

Muitos factores internos e externos bem como os imprevisíveis impossibilitam a pessoa de saber se a sua opção é construtiva. Além disso, em certas circunstâncias pode ser a pessoa a não desejar um efeito construtivo. A consciência humana de si próprio e a capacidade de escolha dão às pessoas uma grande flexibilidade. Dão maior âmbito às potencialidades pessoais e sociais do ser humano. Contudo, não garantem mais efeitos construtivos do que a própria tendência actualizante.

Devido à essência da consciência e ao potencial da capacidade de fazer opções, a tendência actualizante não actua de um modo relativamente espontâneo e organísmico na vida dos seres humanos. A sabedoria do organismo que se manifesta, em parte, pela tendência actualizante pode ser contrariada ou mesmo antagonizada por opções conscientes do ser hu-

mano. As pessoas podem ter ou não ter consciência de que as suas opções foram influenciadas pelas condições que lhes eram desfavoráveis.

A terapia centrada no cliente é não-directiva e estimula a liberdade de opção do paciente. Os clientes desta terapia fazem opções construtivas. E estas escolhas construtivas e livres são, em parte, comprovativas da tendência actualizante, tal como Rogers a apresenta.

### **Evolução do Conceito de Actualização**

A tendência actualizante é o conceito básico das teorias psicoterapêuticas Rogerianas centradas no cliente, das relações interpessoais, do desenvolvimento da personalidade e da desintegração da personalidade (Rogers 1959). É igualmente o conceito base, nas aplicações da abordagem centrada no cliente (Rogers, 1980). O conceito de actualização evoluiu a partir da experiência de Rogers como terapeuta. Rogers foi sensível desde o início da sua carreira, como psicólogo e psicoterapeuta, aos indícios duma motivação inata para o crescimento e aperfeiçoamento. Num livro do início da sua carreira Rogers (1942) afirmava:

Fazer terapia não é exercer qualquer efeito sobre o indivíduo ou sequer induzi-lo a fazer qualquer coisa em relação a si próprio. Trata-se, em vez disso, de libertá-lo e predispor-lo a um desenvolvimento e crescimento normal (p.29).

Como foi anteriormente mencionado, a tendência actualizante não garante uma realização óptima da pessoa. Rogers (1980) escreveu:

A tendência actualizante pode, evidentemente, ser contrariada ou desvirtuada. Não pode, porém, ser destruída, a menos que se destrua também o próprio organismo (p.118).

A tendência, inata e motivada, para o crescimento e desenvolvimento psicológico pode ter resultados insignificantes, distorcidos ou não realizados. Consequentemente, as pessoas podem ser afectadas psicologicamente de muitas maneiras. O facultar, a nível interpessoal, as atitudes terapêuticas centradas no cliente facilita o desenvolvimento psicológico. Penetra e anula os bloqueios e desvios da expressão psicológica da tendência actualizante. Rogers (1980) escreveu:

A hipótese central desta abordagem [centrada no cliente] [é que] os indivíduos têm, dentro de si,

vastos recursos no que diz respeito à compreensão de si próprios e à capacidade de alterar a sua auto imagem e as suas atitudes básicas bem como comportamento auto-dirigido. Estas capacidades podem ser libertadas se se criar um clima definível de atitudes psicológicas facilitativas (p. 115).

Estas atitudes incluem o respeito pelo cliente, a confiança nas suas capacidades inatas de crescimento, uma atitude não-directiva e as atitudes terapêuticas – congruência, olhar positivo incondicional, compreensão empática da estrutura interna referencial do cliente (Rogers, 1957). Os clientes evoluem terapêuticamente, sempre que o terapeuta providencia, a alto nível, de modo consistente e na totalidade, o conjunto destas atitudes. Provas obtidas em investigação, vêm apoiar a eficácia e aplicação das atitudes terapêuticas Rogerianas (Cartwright, 1957; Patterson, 1984; Stubbs & Bozarth, 1994).

Rogers estava especialmente inclinado a provar que os clientes de psicoterapia não colhem benefícios, ou estes perdem-se facilmente, sempre que são guiados ou dirigidos. No entanto, o conceito de tendência actualizante, era uma conclusão e não um posicionamento *a priori* da evolução de Rogers, como terapeuta. Surgiu das suas experiências terapêuticas. Rogers concebeu gradualmente o conceito como um axioma da teoria centrada no cliente. Funciona como princípio primordial. Não é possível prová-lo ou refutá-lo, apesar de a prática o comprovar obviamente. Rogers (1986a) explicava:

Na terapia centrada no cliente, a pessoa é livre de escolher qualquer direcção mas, na verdade, opta sempre por vias positivas e construtivas. Só consigo explicar isto em termos de tendência direccional inata do organismo humano – uma tendência para crescer, desenvolver-se, realizar plenamente o seu potencial (p.127).

Rogers afirma que as pessoas fazem opções construtivas sempre que se encontram em circunstâncias de terapia centrada no cliente. Este fenómeno, que faz parte das provas apresentadas por Rogers para existência da tendência actualizante, necessita ser explicado.

### **A Opção Construtiva em Terapia**

O consciente, muito particularmente a consciência de si mesmo, permite aos humanos fazer opções conscientes. Como foi anteriormente referido, as op-

ções conscientes de uma pessoa podem ser construtivas ou não-construtivas. Podem produzir acontecimentos favoráveis ou acontecimentos desfavoráveis quer para a própria pessoa quer para os outros. A explicação dada para as opções construtivas, feitas por indivíduos submetidos a terapia centrada no cliente, envolve vários factores.

Primeiro, todos os aspectos da terapia centrada no cliente são entendidos em termos de processo. As opções feitas pelo cliente, durante a terapia não são avaliadas como escolhas discretas. As escolhas são processos de opção. Envolvem sequências de interacções. As sequências envolvem opções específicas, acções que derivam de escolhas e de observações das suas consequências. Estas sequências também incluem sentimentos relativos às consequências e às opções posteriores. Os clientes não fazem simples opções construtivas. Eles envolvem-se em processos de auto-correcção ou “atalhos” (Rogers, 1986a, p.127).

Em segundo lugar, os efeitos terapêuticos em curso, facilitam as escolhas construtivas, durante a terapia: a diminuição do posicionamento defensivo, o aumento da abertura à experiência, a maior facilidade de encontrar soluções para os problemas e a maior flexibilidade de comportamento (Rogers, 1961). Todos estes elementos contribuem para o processo de opções construtivas. A abertura e flexibilidade produzem os efeitos construtivos do processo de actualização que se traduzem em opções e outros processos, tanto no que diz respeito à terapia em si, como em situações exteriores a ela.

Em terceiro lugar, as condições favoráveis produzidas pela terapia centrada no cliente são o clima de relacionamento criado pelo terapeuta, conjuntamente com o cliente. O clima é o resultado de (a) o terapeuta providenciar as condições de congruência, o olhar positivo incondicional, a compreensão empática e a atitude não directiva e (b) a percepção do cliente quanto ao clima de segurança e liberdade desta mesma relação. Em conjunto, estas condições facilitam e promovem a libertação das capacidades do cliente de encontrar soluções para os seus problemas e alterar os seus padrões comportamentais indesejáveis. Os clientes abrem-se a outras alternativas. Mudam. Abandonam os seus padrões comportamentais não-construtivos e abandonam igualmente as conjecturas e conceitos de natureza não-construtiva.

Em quarto lugar, a índole pró-social inata aos seres humanos é um elemento necessário, no que diz respeito às opções positivas e construtivas feitas pelos pacientes, submetidos à terapia centrada no clien-



te. A actualização das potencialidades pró-sociais inatas do cliente (de compaixão, de empatia, os impulsos de protecção, de associação, de cooperação e o sentido de moralidade ou ética) fazem parte dessas opções. Se os seres humanos não tivessem uma índole pró-social, os elementos libertadores da terapia centrada no cliente resultariam em soluções e comportamentos egocêntricos e virados para o próprio ego. Observaríamos uma tendência para opções egoístas e prejudiciais aos outros. No entanto, não é isto que acontece. Em vez disso, os clientes tendem a melhorar as suas relações (Rogers & Dymond, 1954).

### **Actualização – Um Conceito das Ciências Naturais**

A afirmação de Rogers (1986a) de que a pessoa “efectivamente selecciona atalhos positivos e construtivos (p. 127)” contradiz muita da experiência humana, exterior ao ambiente primordial da terapia centrada no cliente. Muitas pessoas sofrem de perturbações psicológicas. Os jornais referem constantemente opressões políticas, actos de crueldade humana e muitas formas de sevícias e maus tratos infringidos por pessoas a outras pessoas. Os indícios apontam para o facto de os seres humanos exprimirem uma mistura de tendências positivas e negativas.

A ideia de uma mistura de motivações inatas positivas e negativas não especifica o modo como as motivações podem ser integradas. Não explica porque é que uma motivação se torna dominante, em determinado momento. A teoria da actualização, pelo contrário, fornece uma estrutura teórica que explica os comportamentos positivos e negativos.

***A definição de orientação construtiva no conceito de tendência actualizante dá azo a uma confusão com o posicionamento moral ou ético.***

A definição de orientação construtiva no conceito de tendência actualizante dá azo a uma confusão com o posicionamento moral ou ético. O posicionamento

moral ou ético também é atribuído a Rogers, quando ele refere que a pessoa cria “atalhos” construtivos, sempre que se encontra submetido às condições criadas pela terapia centrada no cliente. O significado de construtivo, a nível organísmico, refere-se à direcção motivacional da actualização que é sempre orientada para preservação, para integridade e realização das potencialidades. Não se refere à boa qualidade das soluções actualizantes, como resposta ao estímulo das

**O significado de construtivo, a nível organísmico, refere-se à direcção motivacional da actualização que é sempre orientada para preservação, para integridade e realização das potencialidades. Não se refere à boa qualidade das soluções actualizantes, como resposta ao estímulo das condições, sob uma perspectiva ética ou moral.**

condições, sob uma perspectiva ética ou moral. Rogers foi mal interpretado, quando lhe foi atribuída uma visão moral da natureza humana. May (1982), por exemplo, criticou e ridicularizou Rogers, atribuindo-lhe uma visão “benigna” da natureza humana. O ponto de vista de Rogers sobre a tendência actualizante positiva não significa, contudo, que ele considere a humanidade intrinsecamente boa. Rogers (1987) escreveu:

Descobri que, se se for ao âmago do indivíduo, descobrir-se-á sempre algo de construtivo e não de destrutivo. As pessoas dizem-me, “Ah, então acredita que o Homem é bom.” Eu pessoalmente não gosto da palavra bom. Trata-se de uma avaliação moral... Se olharmos para uma planta, não perdemos tempo a avaliar se ela é intrinsecamente boa ou má, por natureza. Consideramos como um dado adquirido que, em condições normais, ela crescerá, dará flor e produzirá a sua vida normal. Sobre os seres humanos, não raciocinamos do mesmo modo. Já lidei evidentemente com muitas pessoas que estavam cometendo coisas terríveis, que estavam praticando actos que são socialmente destrutivos. Mas... se conseguirmos conhecer uma pessoa, por dentro, descobriremos que ela gostaria de viver em harmonia e que é, por natureza, construtiva. E isso é que é a base essencial de toda a minha teoria (p.41).

Por outras palavras, a tendência actualizante é um conceito das Ciências Naturais. Não deve ser interpretado como uma ideia moral ou ética. Esta

má interpretação causou sempre muita mágoa a Rogers. Escreveu (1958):

Incomoda-me o facto de ser considerado um optimista. Toda a minha experiência profissional me fez contactar com o lado escuro e, muitas vezes, sórdido da vida e conheço... os comportamentos incrivelmente destrutivos de que o homem é capaz (p.27).

No contexto da terapia, as opções construtivas do cliente revelam as suas capacidades pró-sociais. Estas potencialidades inatas e biológicas trazem-se à superfície pelas condições terapêuticas facilitativas. Rogers (1958) escreveu:

O [H]omem, quando o conhecemos em profundidade, no seu estado mais negativo e mais perturbado, não é mau ou demoníaco... Não precisamos de nos interrogarmos sobre quem é que o vai socializar porque uma das suas necessidades mais profundas é precisamente a necessidade de associação e de comunicação com os outros. Quando conseguimos libertar o indivíduo do seu posicionamento defensivo, para que ele fique aberto ao vasto leque das suas próprias necessidades bem como ao vasto leque das exigências que a sociedade e o meio lhe colocam, podemos confiar que as suas reacções serão positivas, viradas para a frente, e sempre construtivas (p.28).

As potencialidades pró-sociais fazem parte da caracterização humana inata. São biológicas.

Um dos significados da opção construtiva em terapia é, porém, ético. A terapia diz, parcialmente, respeito aos aspectos morais e éticos do movimento terapêutico do cliente. A terapia, que tipicamente resultasse em comportamentos anti-sociais e auto-destrutivos, não seria aceite nem pelos clientes, nem pelos terapeutas, nem pela própria sociedade. Este aspecto ético e moral da eficácia terapêutica não significa, porém, que o conceito de actualização seja ético ou moral.

As características humanas pró-sociais inatas que são trazidas à superfície pela terapia centrada no cliente são uma realidade biológica. Nós valorizamos essas características em termos éticos. No entanto, são características biológicas. Tendo em conta que as potencialidades humanas são pró-sociais, a terapia tem resultados pró-sociais. Isto acontece porque a tendência actualizante motiva o desenvolvimento dos potenciais e porque também a terapia gera um conjunto de condições altamente favoráveis às pessoas. A ten-

dência actualizante actua no sentido de realizar potencialidades e desenvolver capacidades que são, em si mesmas, favoráveis à sobrevivência do indivíduo (e, indirectamente, à sobrevivência da espécie). A tendência actualizante tem muitos “caminhos” no interior da pessoa e é um conceito das Ciências Naturais. Não é um conceito ético ou moral.

**A tendência actualizante tem muitos “caminhos” no interior da pessoa e é um conceito das Ciências Naturais. Não é um conceito ético ou moral.**

### **O Valor Heurístico do Conceito Actualizante**

O que é que a teoria da actualização explica? A tendência actualizante é direccional e construtiva mas não resulta, necessariamente, em resultados ou efeitos positivos. O comportamento humano pode ser construtivo ou destrutivo. Todas as possibilidades representam efeitos da tendência actualizante.

Na verdade, a teoria actualizante não explica nada de específico. É um conjunto muito geral de ideias que ajudam os investigadores a avançar em direcção a explicações específicas. O conceito de uma tendência actualizante, tal como o impulso para a auto-actualização de Goldstein, descreve afinal o funcionamento orgânico mais generalizado e mais característico. Tem o valor duma verdade universal com muitas implicações. Tem valor porque funciona heurísticamente. O conceito funciona como um guia de investigação e influencia igualmente as atitudes.

O princípio da tendência actualizante é uma espécie de guia altamente proveitoso e singular, no estudo do comportamento. É especialmente útil, se o comportamento for pouco comum, ou socialmente inaceitável, ou ainda se se provar necessário aplicar terapias ou soluções de índole social. O conceito de actualização evita o erro comum das atitudes críticas. Também evita posicionamentos que invocam princípios de base religiosa e que explicam os comportamentos destrutivos recorrendo ao conceito de Mal. O Mal pode ser uma explicação moral válida para certos comportamentos humanos. Porém, não leva a lado nenhum, como pista conducente a uma compreensão científica. Pelo contrário, os pressupostos da tendência actualizante conduzem a uma abordagem muito específica quer a nível intelectual quer a nível de atitudes que leva à compreensão dessas acções. A abordagem ex-

prime-se através do modo como são formuladas as perguntas sobre os fenómenos.

Uma pessoa envolve-se numa forma qualquer de comportamento não-constructivo ou mesmo destrutivo. As perguntas que se colocam partem do princípio que existe uma tendência actualizante. A pessoa está necessariamente actualizando a sua maneira de ser, o melhor que pode, dentro das presentes condições. A questão geral é – Como é que a motivação actualizante da pessoa se expressa, no âmbito deste comportamento destrutivo? Quais são as condições, internas ou externas, que desvirtuam os resultados da orientação construtiva inerente à pessoa? Como é que este comportamento destrutivo está servindo a manutenção, a integração ou a realização da pessoa?

As respostas dependem da pessoa e das situações. No entanto serão sempre aquelas que tornam o seu comportamento lógico como expressão da tendência actualizante pois as perguntas foram também formuladas, nesse contexto. As respostas dadas às questões, elaboradas com base na hipótese da existência de uma tendência actualizante, tendem a tornar compreensível o comportamento destrutivo, em termos humanitários. Estes tendem a promover a compaixão e as considerações racionais. Tanto uma como as outras são condições altamente propícias às soluções criativas e humanas dos problemas que se colocam ao ser humano.

Um exemplo da aplicação da teoria actualizante pode ser encontrado na análise socio-psicológica familiar de um comportamento anti-social. Alguns comportamentos socialmente inaceitáveis podem funcionar para valorizar a posição social, no âmbito de algumas subculturas. Assim, a auto-estima da pessoa e a sua auto-valorização podem ser potenciadas pelo comportamento que, na perspectiva maioritária da sociedade, é considerado indesejável. Fenomenologicamente a pessoa está envolvida numa actividade construtiva.

A intensificação da auto-estima não é, evidentemente, a única explicação possível para o fenómeno dos “gangs” dentro do âmbito da teoria actualizante. Estudam-se as condições internas e externas da pessoa para descobrir como é que o bando ou o “gang” se tornou cenário para a sua realização pessoal. Através desta abordagem, o comportamento grupal ou de “gang” torna-se uma expressão compreensível da tendência actualizante. Conduz a explicações que revelam como os comportamentos especiais estão sempre apontados para uma meta construtiva na perspectiva do indivíduo. Como é que um membro de um “gang”

entende a situação global? Quais são as forças que actuam sobre a sua pessoa? A teoria aponta para a investigação da função do comportamento em termos de como é que ele preserva a integridade da pessoa ou em que medida é que ele é a expressão de uma tendência para o desenvolvimento ou para a realização das suas capacidades.

### **A Influência da Tendência Actualizante nas Atitudes**

A teoria actualizante considera que as pessoas funcionam tão bem quanto lhes é possível, tendo em conta as condições de um dado momento. Elas poderão funcionar melhor se certas condições forem alteradas, se as condições desfavoráveis forem eliminadas e, se se criarem condições favoráveis. No entanto, nesse dado momento, estão a actuar o melhor que podem. A teoria da tendência actualizante pode na mente de um clínico, funcionar como convicção ou como hipótese. Num caso ou noutro, é provável que influencie as suas atitudes. As atitudes auxiliaadoras que, e mais provavelmente, surgirão são a confiança e o respeito – a confiança nas capacidades que a pessoa tem de encontrar soluções construtivas para os seus problemas e de alterar o seu comportamento; o respeito pelas pessoas, independentemente das suas falhas, erros ou crimes.

A pessoa, que adopta a tendência actualizante como ponto de partida para a sua visão do funcionamento humano, tem muitas probabilidades de assumir uma atitude compassiva perante a pessoa e as suas fraquezas. A teoria actualizante subentende que as pessoas são profundamente inocentes. As tendências inatas do Homem são construtivas. Os sentimentos e acções destrutivos devem ser o resultado de condições desfavoráveis, quer históricas quer presentes, actuando sobre a pessoa. As condições estão, por definição e em teoria, para além do controlo e da opção da pessoa nesse dado momento. O conceito de tendência actualizante subentende, que as pessoas são profundamente inocentes. Inocentes mesmo quando são obviamente culpadas de um comportamento errado.

A teoria de que as pessoas são, por inerência, inocentes fomenta a compreensão e a complacência. Não impede o julgamento moral e ético acerca de condutas erradas. Não impede as pessoas ou os grupos sociais de actuarem racionalmente para se protegerem ou protegerem os outros das pessoas que cometem más acções. Não obsta à criação de consequências sociais

para as condutas que causem dano a outros. Não afecta o modo de julgar e as suas variadas espécies de consequências. No entanto, essas reacções surgem imbuídas duma certa dose de compaixão.

Uma outra atitude, que toma forma a partir da convicção ou da hipótese de que existe a tendência actualizante, é a atitude facilitadora em situações em que a ajuda se revela necessária. Se as pessoas têm capacidades inatas construtivas, então sentimo-nos na obrigação de lhes fornecer as condições que geram tais capacidades. Esta é uma atitude diferente daquelas que querem “injectar” ou forçar ideias ou práticas construtivas nas outras pessoas. A ideia de que as condições deformam os resultados da tendência actualizante leva a métodos de ajuda que facilitam as potencialidades inatas.

Uma outra atitude que esta convicção ou hipótese promove é a de que a tendência actualizante é uma atitude não-directiva. A força e a orientação construtiva da motivação actualizante gera atitudes de respeito pela pessoa, pelas suas capacidades inatas para a auto-determinação e também nas suas capacidades de encontrar soluções e promover transformações terapêuticas. Aquele que providencia a ajuda fica motivado para proteger a autonomia e auto-determinação da pessoa que a recebe. Aquele que ajuda esforça-se por ser cuidadoso e não tentar controlar ou, de qualquer modo, retirar poder ao “ajudado”. Uma atitude não-directiva, juntamente com compaixão e uma atitude facilitadora, produzem uma abordagem humanitária e não-autoritária que facilita as relações ou outras situações humanas relacionais.

### **A Tendência Actualizante e a Terapia Centrada no Cliente**

Este é um princípio verdadeiro acerca de todas as características inatas – quanto mais favoráveis são as condições, mais forte e mais adequada é a expressão dessas mesmas características. As condições incluem o meio social e o meio psicológico interior nos humanos. Este último pode incluir, tanto tendências inatas como atitudes adquiridas, convicções, expectativas e as características da auto-imagem do indivíduo. Deste modo, e nos seres humanos, as capacidades pró-

sociais de empatia e associação, etc. tendem a gerar comportamentos sociais construtivos, sempre que haja condições adequadas ou favoráveis.

A terapia centrada no cliente teve um início pragmático e desenvolveu-se de acordo com ele. Os métodos Rogerianos e a teoria que explica a sua abordagem evoluíram precisamente porque foram bem sucedidos. Os clientes sentiram e demonstraram transformações terapêuticas duradouras (Rogers & Dymond, 1954). À medida que os métodos Rogerianos foram evoluindo, Rogers formulou a sua teoria (Rogers, 1942; 1951; 1957; 1959; 1961; 1977; 1980) e o conceito de tendência actualizante tornou-se mais evidente nos seus tratados. As características básicas da terapia centrada no cliente foram criadas pragmaticamente. No entanto, é possível deduzir do conceito de tendência actualizante algumas características da terapia centrada no cliente.

A teoria actualizante pressupõe a ideia de motivação inerente. Esta motivação é uma espécie de sabedoria do organismo que o leva a sobreviver, manter a sua organização, sarar, se for necessário, e desenvolver as suas capacidades.

As condições favoráveis estimulam a sobrevivência específica integracional e os processos de desenvolvimento. Consequentemente, qualquer terapia deve ser delineada de modo a facilitar os principais processos relativos ao desenvolvimento. Ao mesmo tempo, a terapia deve evitar criar condições que subvertam ou bloqueiem estes processos. As atitudes terapêuticas – a congruência, o olhar incondicionalmente positivo, a compreensão empática – facilitam o desenvolvimento pessoal. Os princípios de respeito e confiança juntamente com a atitude não-directiva protegem as tendências construtivas. Estas são implicações lógicas da tendência actualizante. No conjunto, estas características evidentes da terapia centrada no cliente contribuem para a sua força terapêutica.

### **Conclusão**

A terapia centrada no cliente é caracterizada por duas convicções fundamentais. (1) O terapeuta pode confiar na tendência dos seus clientes para crescer, desenvolver-se e curar-se. (2) Todas as actuações do terapeuta devem expressar respeito pelo clien-

te. O respeito é dirigido ao cliente, como pessoa capaz de autodeterminação e como pessoa com capacidades de se compreender a si próprio. Mais ainda, capaz de produzir alterações construtivas. Estas convicções funcionam como atitudes fundamentais do terapeuta em relação aos seus clientes. O conceito de tendência actualizante proporciona as bases intelectuais para estas duas convicções funcionais. Deste modo, a tendência actualizante tem um papel funcional na prática terapêutica centrada no cliente (Bozarth & Brodley, 1991).

A ambiência inter-pessoal centrada no cliente, que é proposta por Rogers, entronca directamente na natureza humana e faz brotar determinadas capacidades humanas. Não faz porém surgir outras capacidades. O trabalho centrado no cliente não traz à superfície as capacidades do organismo se engasgar ou vomitar, por exemplo. Falando menos metafóricamente, a tendência actualizante motiva a pessoa a realizar apenas as suas características mais pró-sociais. Motiva as capacidades viradas para a empatia, impulsos de protecção dos seres mais vulneráveis. Motiva igualmente as tendências associativas. É provável que todas estas capacidades sejam reveladas quando as condições terapêuticas incluírem a aceitação interpessoal, a compreensão empática e a autenticidade, sem o giz de metas ou qualquer intenção de controlar o cliente. O terapeuta centrado no cliente cria um clima inter-pessoal que facilita e revigora a tendência actualizante inerente à pessoa.

A Psicoterapia é um empreendimento moral (Grant, 1985; Szasz, 1978). “Trata-se de uma actividade que pode afectar, e afecta realmente, o bem-estar dos outros e que é baseada em ideias que envolvem a noção de certo e errado, no que diz respeito às relações humanas (Grant, 1990, pp. 79-80)”. E, na medida em que a terapia é um esforço moral ou ético, também deve ser baseada na verdadeira natureza dos seres humanos para que possa ser eficaz. Alguns clínicos podem muito bem actuar como terapeutas centrados no cliente porque as atitudes e os comportamentos desta terapia lhes parecem eticamente correctas (além de serem também eficazes). Contudo, ao proceder por motivos éticos, não se nega a base naturalística subjacente à eficácia desta terapia – numa determinada qualidade biológica dos seres humanos.

O conceito de tendência actualizante, um conceito pertencente ao âmbito das Ciências Naturais, leva logicamente o terapeuta ao compromisso automático de confiar e respeitar os clientes. Leva-o a manter uma atitude não-directiva e a acreditar que

as condições inter-pessoais favoráveis – imbuídas nas atitudes terapêuticas podem libertar as capacidades inatas da pessoa para alcançar a saúde e promover o seu próprio crescimento. A tendência actualizante é uma premissa que é testada todas as vezes que um terapeuta opta por iniciar a sua actividade a partir da teoria centrada no cliente.

#### Referências Bibliográficas

- Bozarth, J. D. & Brodley, B. T. (1991). Actualization: A functional concept in client-centered therapy. In A. Jones and R. Crandall, (Eds.), *Handbook of self-Actualization*. [Special Issue] *Journal of Social Behavior and Personality*, Vol. 6 (5), 45-59.
- Cartwright, D. S. (1957). Annotated bibliography of research and theory construction in client-centered therapy. *Journal of Counseling Psychology*, 4(1), pp.82-100.
- Goldstein, K. (1939). *The organism*. Boston: American Book Company.
- Goldstein, K. (1940). *Human Nature in the light of psychopathology*. Cambridge: Harvard University Press.
- Grant, B. (1985). The moral nature of psychotherapy. *Counseling and Values*, 29(2), 141-150.
- Grant, B. (1990). Principled and instrumental nondirectiveness in person-centered and client-centered therapy. *Person-Centered Review*, 5(1), 77-88.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (2<sup>nd</sup> ed.). New York: Harper & Row.
- May, R. (1982). The problem of evil: An open letter to Carl Rogers. *Journal of Humanistic Psychology*, 22(3), 10-21.
- Patterson, C. H. (1984). Empathy, warmth, and genuineness in psychotherapy: A review of reviews. *Psychotherapy*, 21(4), 431-438.
- Rogers, C. R. (1942). *Counseling and psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 95-103.
- Rogers, C. R. (1958). Reinhold Niebuhr's The self and the dramas of history: A criticism [with discussion by critics and Rogers' Concluding Comment]. *Pastoral Psychology*, 9(85), 15-28. (Originally published 1956)
- Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.) *A study of a science: Study I. Conceptual and systematic: Vol. 3 Formulations of the person and the social context* (pp. 184-256). New York: McGraw Hill.
- Rogers, C. R. (1961). *Becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1963). The actualizing tendency in relation to "motive" and to consciousness. In M. Jones (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (pp. 1-24). U. of Nebraska Press.
- Rogers, C. R. (1977). *Carl Rogers on Personal Power*. New York: Delacorte Press.
- Rogers, C. R. (1980). *A way of being*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1982). Reply to Rollo May's letter. *Journal of Humanistic Psychology*, 22, 85-89.
- Rogers, C. R. (1986a). Rogers, Kohut, and Erickson. *Person-Centered Review*, 1(2), 125-140.
- Rogers, C. R. (1986b). Client-centered approach to therapy. In I. L. Kutash and A. Wolf (Eds.), *Psychotherapist's casebook: Theory and technique in practice* (pp. 197-208). San Francisco: Jossey Bass.
- Rogers, C. R. (1989). Rollo May. In H. Kirschenbaum and V. L. Henderson (Eds.), *Carl Rogers: Dialogues* (pp. 229-255). Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1954). *Psychotherapy and Personality Change*. Chicago: University of Chicago Press.
- Rogers, C. R. & Sanford, R. (1984). Client-centered psychotherapy. In H. I. Kaplan and B. J. Sadock (Eds.), *Comprehensive textbook of psychiatry IV* (pp. 1374-1388). Baltimore: Williams & Wilkins.
- Szasz, T. (1978). *The myth of psychotherapy*. Garden City, NY: Anchor Press.
- Stubbs, J. P. & Bozarth, J. D. (1994). The Dodo bird revisited: A qualitative study of psychotherapy efficacy in research (Special issue). *Journal of Applied and Preventative Psychology*, 3, 109-120.