

## O SELF NO CENTRO DO PROCESSO DE TORNAR-SE PESSOA



Isabel Vieira

**Resumo:** Neste artigo pretende-se apresentar uma sistematização sobre o conceito de self. Em busca de uma compreensão mais clara e organizada de uma das ideias-chave da abordagem rogeriana, sugiu este trabalho que, sem pretender ser uma pesquisa completa e rigorosa, se organiza do seguinte modo:

- contextualização e originalidade da Abordagem Centrada na Pessoa;
- análise dos significados do termo self e da inadequação das diversas traduções;
- importância do processo de reestruturação do self no sucesso da terapia;
- correlação com outros conceitos fundamentais desta abordagem: tendência actualizante, organismo, congruência e incongruência;
- articulação das diferentes dimensões do self identificadas por Carl Rogers.

**Palavras-chave:** Self – Tendência Actualizante – Organismo – Experiência – Experienciar – Mudança em Terapia – Congruência – Incongruência – Self real – Self ideal.

**Abstract:** This article presents a systematisation about the self-concept. The searching for larger and clearer understanding of this concept that constitutes one of the basic key-ideas about the person-centered approach, gave rise to this paper, which is not a complete research. It aims to emphasize the origins of the concept, its importance to the comprehension of the person and the way it fits in Rogerian theory and its connections with the other main constructs. The paper is organised according to the following subjects:

- the originality and the main characteristics of the Person-centered approach, namely its link to the Humanistic Psychology;
- the analysis of the meaning of the word self and its inadequate translations;
- the importance of the reorganisation of the self in the success of the therapy;
- the relation with the main concepts of Person-centered approach: actualising tendency, organism and congruence or incongruence;
- the articulation of the different dimensions of the self identified by Carl Rogers.

**Keywords:** Self – Actualising Tendency – Organism – Experience – Experiencing – Change in Therapy – Congruence – Incongruence – Real Self – Ideal Self.

## INTRODUÇÃO

Aqueles que são considerados os teóricos americanos da personalidade, entre os quais figura com destaque Rogers, foram mais ou menos intuitivamente abandonando os modelos psicológicos em que se tinham formado para valorizarem aspectos da pessoa que eram, em geral, esquecidos como o amor, a criatividade, o organismo, a gratificação, as necessidades básicas de auto-realização, os valores, o afecto, em síntese capacidades e potencialidades humanas que integram a pessoa, a definem e constituem o todo que ela é.

A Abordagem Centrada na Pessoa desenvolvida por Carl Rogers (1902-1987) procurou ser a síntese das suas posições face ao homem e à terapia com o leque das influências teóricas que foi interiorizando ao longo da sua vida e que faziam eco das suas convicções pessoais. A sua abordagem insere-se na corrente da Psicologia Humanista que se distingue pelo primado do humano, pelo respeito pelas potencialidades de luta e complexificação do indivíduo. Defende que a pessoa só pode fazer a descoberta da sua energia impulsionadora e empreender o processo de mudança se o terapeuta não direccionar a reflexão, não interpretar ou aconselhar como é próprio de outros modelos, mas criar uma atmosfera de compreensão e aceitação que encoraje a pessoa a fazer a experiência do seu valor pessoal e a esclarecer os seus sentimentos presentes face ao seu campo experiencial.

Esta abordagem acentua a experiência fenomenológica da pessoa que não é encarada como doente, mas como isolada, incapaz de comunicar abertamente e desenvolver plenamente as suas capacidades. Aliás a primeira condição para que haja processo terapêutico pressupõe que a pessoa se sinta incongruente, em tensão, mas procurando libertar-se de sintomas desagradáveis e tornar-se mais eficiente no modo construtivo de superar os seus problemas.

Se o cliente, sentindo-se incongruente, desejar responsabilmente empreender um processo de auto-consciencialização estão preenchidas as primeiras duas condições básicas do processo terapêutico e passa-se à fase da psicoterapia. Encarada como um processo de mudança, Rogers põe a tónica na dimensão relacional, no ambiente de segurança, protecção e aceitação de todos os aspectos do *self*, mesmo aqueles que o cliente vê como contraditórios e negativos. Este processo de auto-compreensão é vivenciado com angústia pois passa por uma fase de desorganização e reorganização que destrói valores e conceitos percepcio-

nados como referenciais. Para elaborar uma noção firme de *self*, Rogers considera, como eixos fundamentais, a atmosfera criada de respeito e consideração profundas, a presença do terapeuta e as suas atitudes ao valorizar, por um lado, todos os dados da experiência do cliente, os seus *insights*, as percepções do *self*, inclusive dados rejeitados ou negados e, por outro lado, ao acolher aspectos do seu quadro interno de referências que, recentemente descobertos, o cliente encara como ameaçadores. A experiência de aceitação do terapeuta, baseada na autenticidade, no olhar incondicional positivo e na compreensão empática, permitem ao cliente tomar a mesma atitude consigo e aceitar-se.

Ao longo deste artigo vamos dar conta da importância do conceito de *self* na abordagem terapêutica e na teoria da personalidade de Rogers. Na tentativa de explicar melhor o conceito e a sua acção verificámos ser imprescindível recuperar outros conceitos-chave que parecem estar fusionados com este tema.

## NATUREZA DIFUSA DO CONCEITO DE SELF

A disparidade de termos existentes para designar a mesma realidade – a imagem que os indivíduos têm de si próprios num dado momento – é, desde logo, um sintoma da polémica e discordância existente nesta matéria. Ego, *self*, eu, auto-conceito e auto-estima, usam-se, por vezes, indiscriminadamente para identificar a mesma ideia, desvalorizando a carga semântica dos conceitos, nomeadamente a ligação do termo ego a uma abordagem de tradição psicanalítica que necessariamente influencia a sua própria conceptualização. São diversas as traduções de obras de Rogers que, tanto em Língua Portuguesa como na variante do Brasil, usam o termo ego para traduzir a noção de *self* amplamente desenvolvido pelo autor. Actualmente as traduções revelam maior preocupação em distinguir correntes psicológicas e abandonam a tradução anterior por estar conotada com a psicanálise. Também o conceito de *self* ideal, embora fosse introduzido por Rogers, está a cair em desuso, mais uma vez devido à sua ligação com o uso posterior da psicanálise.

Assim, opta-se por manter o termo no original, embora alguns autores escolham e divulguem o termo de auto-conceito, que se verifica ser insuficiente, dado que não traduz todas as cambiantes do original. *Self* permite a utilização como substantivo e como pronome reflexo, significa o modo como a pessoa se percebe, (dimensão do *I*), aquele que pratica a acção, mas também aquele que sofre a acção, a acção que recai sobre si mesma (dimensão do *me*). Quer a tradução

francesa (*concept de soi*) quer a portuguesa (auto-conceito) perdem o valor reflexivo, tornando-se assim hipóteses falíveis.

Mas de onde surge este interesse pelo *Self*? Desde sempre acompanhou o homem a necessidade de compreender o seu modo de funcionamento, de reflectir sobre si, sobre a sua racionalidade e emotividade. Este fascínio não é exclusivo dos académicos e alarga-se ao homem comum; todos, em suma, pretendem aprofundar os mecanismos que englobam a vida psíquica. Várias foram as perspectivas fundadas tanto em concepções mais espiritualistas que dividiam o homem em alma e corpo e que nasceram com Sócrates e Platão e, mais tarde, foram apropriadas pela religião cristã (Santo Agostinho), como em concepções mais racionalistas que reduziam a dimensão eterna e divina da alma à noção de consciência e razão e que foram inicialmente protagonizadas por Descartes.

Igualmente no domínio da ciência, o interesse da psicologia tem-se centrado na análise da essência da natureza humana e nos agentes que regulam o comportamento. O preconceito de certos psicólogos, nomeadamente de Rogers, pelo conceito de *self* tem a ver com esta sua conexão à ideia de alma e com a impossibilidade de concretizar e analisar fidedignamente um material tão indefinido. A este nível, Rogers desenvolveu um trabalho digno de louvor ao trazer credibilidade aos fenómenos da consciência e da percepção que o indivíduo tem de si próprio. Os trabalhos de pesquisa e as investigações desenvolvidas permitiram-lhe não só confirmar o que vinha encontrando no decurso das relações terapêuticas inseridas no contexto da sua abordagem não-directiva, mas igualmente elaborar uma teoria da personalidade e do seu desenvolvimento que puderam ser aplicadas a campos mais vastos do que à psicoterapia, inclusivamente à aprendizagem, vida familiar, grupal ou comunitária.

Já não é uma novidade afirmar que todo o edifício teórico que compõe o modelo psicológico e o método psicoterapêutico criados por Rogers partiu de uma base prática, do contacto com os clientes e das investigações e experiências desenvolvidas. Daí que se possa afirmar que os seus contributos – de tal modo importantes que levaram a que a Psicologia humanista, à cabeça da qual aparece Rogers, tenha sido considerado como a terceira força, competindo com a Psicanálise e com a Psicologia Comportamental – têm um valor acrescido, dado que a sua desconfiança face a suportes teóricos limitadores o levou a trabalhar com as pessoas numa atitude de disponibi-

lidade, livre de modelos nos quais estas tinham de se encaixar, ao invés do terapeuta procurar compreender e experienciar o seu mundo pessoal. Podemos então concluir que os constructos em que apoiou as suas teorias são o resultado de experiências comprovadas, de anos de práticas reflectidas e que, sobretudo, a teoria de *self*, inicialmente rejeitada por Rogers por ser demasiado ambígua e cientificamente sem sentido só foi desenvolvida face à recorrência contínua dos clientes a enunciados ligados ao auto-conceito, ao modo como se avaliavam e como se idealizavam.

A demonstração da importância deste conceito conduziu-o à aplicação de técnicas de medição científica que foram fundamentais para o conhecimento dos processos que orientam a relação terapêutica e para as mudanças que ocorrem na personalidade e no comportamento. Estes estudos permitem-nos incluir Rogers no movimento da psicologia americana, a psicologia do Eu, que se centrou no desenvolvimento de teorias da personalidade e na importância da consciência que o indivíduo tem de si. Para além disso, o seu interesse e crença no potencial humano, no movimento de crescimento liga-o indubitavelmente à visão optimista e inovadora da psicologia humanista.

Neste trabalho, pretende-se dar conta da sua perspectiva que veio enriquecer o conhecimento sobre o comportamento humano e alertar para a valorização de energias e capacidades inerentes a uma tendência de crescimento que comanda a vida do homem.

## CONTEXTUALIZAÇÃO

Analisar o conceito de *self* não se pode fazer sem pensar em contextualizar e caracterizar as influências que o determinaram. A abordagem rogeriana é eminentemente prática e eclética, daí que não possamos esquecer o contributo da fenomenologia através da importância atribuída às percepções da realidade e às experiências, dos sentimentos e valores da pessoa, da teoria organísmica presente na crença nas potencialidades e impulso de complexificação do ser humano e de uma visão holística da pessoa e do *self*.

A um outro nível, é impossível compreender o conceito de *self* independente de alicerces igualmente fundamentais na sua abordagem. Tendência actualizante, organismo, campo experiencial, congruência vs incongruência e atitudes do terapeuta precisam e complementam esta visão singular da pessoa e da terapia encarada como um processo de mudança em ordem à reestruturação do *self* no sentido de se estabelecer um equilíbrio mais harmónico com a experiência, o campo

fenomenal, com o qual passa a formar um todo (*Gestalt*).

## PROCESSO DE REESTRUTURAÇÃO DO SELF – AWARENESS E TERAPIA

Desde muito cedo, Rogers apercebeu-se da importância das auto-percepções do cliente, da sua necessidade de fazer uma experiência de aceitação de si e de libertação dos quadros cognitivos rígidos e distorcidos do seu campo experiencial para alcançar a compreensão e assim se efectivar o processo de mudança, característico da Terapia Centrada no Cliente e, cujo sinal mais evidente de progresso, é o ajustamento do *self*, a sua evolução para uma integração da experiência numa estrutura de *self* mais flexível e fluída e na mudança de comportamento e adaptação social.

As próprias mudanças ocorridas no seio da abordagem rogeriana comprovam um reajustamento do olhar do terapeuta que reconhece a importância da capacidade de auto-ajuda do cliente e do seu trabalho de auto-análise e auto-consciencialização dos sentimentos e experiências ligadas ou simbolizadas de modo distorcido. Inicialmente designada Terapia Não-Directiva, foi posteriormente alterada para Terapia Centrada no Cliente, indício claro do enfoque dado ao quadro de referências interno do cliente, do qual apenas o próprio é senhor e mestre. Esta convicção, de que é o cliente aquele que tem o conhecimento total da sua situação, dos problemas que o oprimem e das direcções a tomar, concretiza-se dando-lhe o poder de orientar o movimento do processo terapêutico. Ao terapeuta cabe criar uma atmosfera incondicionalmente positiva, reconfortante e segura que facilite o processo de exploração e compreensão que o cliente efectua, complexificando o valor dos *insights* que se aventuram em zonas perigosas e negadas à consciência. Como resultado, cliente e terapeuta centram-se na vivência destes auto-relatos e inicia-se a mudança da estrutura do *self* que, após uma fase de racionalização, evolui para uma consciência subjectiva da experiência que se torna congruente com o conceito percebido do *self*. O conceito de *self*, anteriormente rígido, distorcido e incongruente com a sua experiência organísmica, torna-se mais unificado, realista e valorativo porque se apoia na integração de percepções diferenciadas que compõem o seu campo experiencial, agora apreciadas e simbolizadas com mais objectividade, quando antes eram negadas à consciência ou integradas com uma ressonância emocional negativa.

No conjunto da sua obra, Rogers realça frequentemente que a Terapia Centrada no Cliente gira em torno da construção do *self*, daí que seja considerada um

processo dinâmico e flexível, em que a reorganização do *self* tende para uma tomada de consciência e uma aceitação de tudo o que constitui uma ameaça à sua estrutura e que, agora, face a uma nova imagem (ou conceito), mais positiva e abrangente, alicerçada nos seus valores pessoais e nas suas vivências bio-psicossociais pode orientar-se mais harmoniosamente com vista a um funcionamento mais integrado.

Na *Terapia Centrada no Cliente* (1951), refere que a reorganização do *self* pressupõe mudanças a vários níveis, nomeadamente, na modalidade de percepção, nas atitudes do cliente para consigo próprio, no seu conceito de *self* e no processo de apreciação, que converge para a leitura e análise do campo fenomenológico através do seu sistema de valores reconstruído com base na sua experiência internalizada. Além disso, o progresso terapêutico produz ainda modificações a nível da estrutura e organização da personalidade e da conduta que se verificam através da redução da tensão psicológica e da diminuição de condutas defensivas, assim como da maior capacidade de adaptação à realidade. Estas alterações surgem porque houve um alargamento da configuração do *self* que se tornou mais abrangente, passando a integrar um padrão organizado de percepção do *self* e do *self* em relação (outros, ambiente) mais flexível e convergente com a totalidade da experiência, pois inclui uma maior proporção de experiências simbolizadas e introjectadas como parte do *self*. Este *self* mais harmonioso e multifacetado resulta da conjugação de dois eixos fundamentais para a mudança, as atitudes do terapeuta que, valorizando a componente emocional e gratificante da relação terapêutica, criam as bases para a racionalização das percepções rígidas e distorcidas. O primeiro passo desta consciencialização é o acesso à consciência das inconsistências do *self* e da sua vulnerabilidade. O cliente reconhece que a estrutura organizativa do seu *self* deixou de ser eficaz para lidar com a realidade e que o seu quadro perceptivo está em contradição com o seu conceito de si. Num segundo momento, empreende um processo de análise das suas incoerências no sentido de conseguir uma percepção mais diferenciada, uma simbolização mais adequada do campo fenomenológico que se deseja em harmonia com a estrutura do *self*, formando ainda uma *gestalt* mais fluída de percepções.

Esta concepção do *self* está integrada numa teoria da personalidade que destaca o conceito de organismo e que se inscreve num quadro humanista pelo seu optimismo na capacidade individual para lidar com a sua realidade e enfrentar construtivamente situações de tensão e num quadro fenomenológico em que a

psicoterapia procura recuperar as experiências simbolizadas ou potencialmente passíveis de consciencialização pelo indivíduo no sentido de internalizá-las de modo mais coerente consigo e com a realidade exterior. Esta convergência no campo experiencial é fenomenológica, portanto subjectiva, pois procura-se compreender o quadro de referências interno do cliente, aquilo que ele percebe como angustiante ou valorizador. Trata-se de, partindo de uma posição descritiva e compreensiva na abordagem terapêutica, lidar com o aqui e agora da relação com aquilo que pode ser visto e experimentado no relato do campo experiencial do cliente. A sustentar esta perspectiva está a certeza de que o mundo pessoal e a identidade se constroem com base em sentimentos que se manifestam organicamente e que definem a sua realidade. Quando esse conceito de si, o *self* real, se afasta deste processo de valorização orgânica, torna-se necessária a mudança de uma estrutura psicologicamente desajustada, para uma reorganização que seja congruente com esta experiência orgânica.

Esta reflexão teórica corresponde a uma fase inicial da construção do seu modelo psicológico de abordagem do ser humano que, por estar cimentado numa ligação imediata à prática terapêutica e à investigação, pôde evoluir à medida que Rogers se apercebeu da importância do auto-determinismo do indivíduo que o impele para a hipercomplexificação quando assenta a sua experiência na sabedoria do organismo. Hall e Lindzey (1973) dão conta desta progressão do seu pensamento pois, embora continuem a considerar Rogers um teórico do *self*, apontam o conceito de organismo como ganhando um lugar de destaque. Este reajustamento assenta em duas obras representativas: *Terapia Centrada no Cliente* (1951) que corresponderia a uma fase da terapia cujo enfoque se posicionaria na transição de um *self* desajustado para uma nova estrutura de *self* mais consciente de si, do mundo; *Tornar-se Pessoa* (1961) corresponderia a uma terapia mais orientada para o processo. O enfoque está em considerar a pessoa como um processo fluente e cambiante de mudança que não precisa de reorganizar o seu conceito de *self* com base numa identidade desvirtuada, mas capaz de integrar todo o seu campo experiencial mostrando um máximo de adaptabilidade e uma organização fluída e genuína do *self* (respeitadora da sua experiência orgânica). Rogers, de forma magistral, o afirma: “Une manière de vivre ainsi dans le présent signifie alors l’absence de rigidité ou d’organisation étriquée. Cela signifie aussi que l’on n’impose pas une structure extérieure à l’expérience vécue: Cela signifie au contraire un maximum

d’adaptabilité; la découverte de la structure au sein de l’expérience même; une organisation fluente, changeante, du moi et de la personnalité. La personnalité et le moi seraient continuellement en fusion, les seuls éléments stables étant les capacités physiologiques et les limites de l’organisme...” (1996b, pp.284-285).

## TENDÊNCIA ACTUALIZANTE – FORÇA MOTRIZ

A tendência actualizante faz parte de um movimento mais abrangente, a teoria orgânica que se desenvolveu com base nos pressupostos de John Dewey (1896) e teve os seus expoentes mais destacados em Goldstein (1939) e Maslow (1954). Uma das mais valias desta teoria foi reunificar os conceitos de corpo e mente sob a égide do organismo, encarado como uma gestalt – psico-física e social – organizada e fluída. A tendência actualizante é uma ramificação da tendência formativa que rege o universo em expansão com vista à complexificação. Esta força motivacional está presente em todos os níveis do universo e, no caso específico do homem, designa-se por tendência actualizante.

Em presença das condições adequadas, o organismo na sua totalidade tem tendência para desenvolver as suas potencialidades num sentido positivo de crescente complexificação. Nem todos os terapeutas de formação rogeriana concordam com a existência da tendência formativa que consideram inscrita no domínio do esotérico e do místico. Barbara Brodley apenas acredita na tendência actualizante definindo-a como “...o único conceito motivacional nas teorias Rogerianas (...) uma fonte de energia e uma fonte direccional. Está associada à vida dos organismos.” (1998, p.38). Esta crença apoia-se na inferência de Goldstein de que o indivíduo é motivado por um impulso dominante, uma espécie de energia vital que o impulsiona e que é isomorfa da fonte de energia do universo. Goldstein designa-o como impulso de auto-realização e acredita que preside à organização de qualquer organismo. Rogers partilha desta visão dinâmica e monística, distinguindo-se também neste ponto da Psicologia Cognitivo-Comportamental e da Psicanálise que admitem diversas forças motivacionais controladoras do comportamento e desenvolvimento do homem. Barbara Brodley precisa melhor esta concepção afirmando ser “A tendência actualizante uma meta-motivação na teoria rogeriana.” (1998, p.38) na medida em que, sendo um movimento básico para o progresso e crescimento, abrange as necessidades e motivações pontuais que as pessoas vão sentindo ao longo do seu percurso e molda a sua vivência e existência no mundo. Por outro lado, este fim único tem a vantagem de dar

unidade e direcção à vida.

Em suma, a tendência actualizante é a capacidade que o organismo tem para encontrar o melhor caminho para se auto-dirigir, procurando a sua preservação, o seu bem-estar, a sua autonomia, a sua evolução permanente através da realização das suas capacidades e potencialidades.

Em que medida é que este constructo que já verificámos ser o corolário da teoria rogeriana se relaciona com o conceito de *self*? Antes mesmo de estabelecermos outras relações, apercebemo-nos imediatamente que a não-directividade, novidade da terapia rogeriana, encontra aqui a sua origem e justificação. Se acreditarmos neste sentido para a maturidade somos obrigados a aceitar que a pessoa tem em si capacidades para atingir um funcionamento mais adequado e para reorganizar o seu *self*, tornando-o mais congruente consigo, com os outros e com o meio envolvente.

Mas outra questão se põe: a tendência actualizante deveria, à partida excluir comportamentos disruptivos ou desajustamentos da estrutura do *self* porque põe em acção uma organização para o progresso. Assim, só podemos concluir que a existência de uma tendência inata para a actualização, mesmo que permanentemente actuante, não garante uma realização óptima da pessoa. A convergência de condições desfavoráveis, nomeadamente a ausência de um clima humano seguro e acolhedor, a presença de ameaças ao conceito de si próprio do indivíduo, a avaliação da sua experiência apoiada em valores que lhe foram inculcados do exterior actuam no desenvolvimento da personalidade e tornam a estrutura do *self* incongruente com a sua experiência total, organísmica. O que acontece é que há uma dissociação entre a experiência do *self* e a experiência organísmica na sua totalidade, a capacidade de avaliação fica limitada ou externalizada, a pessoa não é capaz de distinguir o que é valorativo do que é regressivo e, por norma, perde o seu sentido de valor pessoal ou, a outro nível, tem uma imagem de si própria desajustada face ao seu experienciar.

Uma vez que a tendência actualizante só pode ser efectivada quando há uma "... conscience de soi riche et élevée (...) une vision en profondeur de soi et d'autrui." (Rogers 1996a, p.123), ou seja, uma abertura à experiência que implica que esta é claramente percebida e adequadamente simbolizada, não pode funcionar se a pessoa não tiver acesso à sua própria experiência. Neste contexto a experiência é considerada como subjectiva porque consiste naquilo que o indivíduo apreende, pensa e sente no aqui e agora do experienciar. "O indivíduo, sua tendência à actualiza-

ção e sua noção do eu fazem parte de um mundo fenomenológico. Por isso, o que importa não é o carácter intrinsecamente positivo das condições, é a percepção destas condições pelo indivíduo. Da mesma forma não se trata tanto do "eu", tal como existe em realidade, mas do "eu" tal como é percebido pelo indivíduo." (Rogers e Kinget 1977, p.43).

Como Kinget confirma, uma faceta crucial dessa experiência subjectiva é o *self*, conceito de si próprio, porque constitui o factor regulador que determina o modo de apreensão da realidade. É através do prisma do eu / *self* que o mundo é percebido, daí que se está desajustado em relação ao *self* organísmico, partes da experiência podem ser recusadas para preservar o auto-conceito, aumentando, por conseguinte, a distância entre o *self* e a experiência. Com efeito, a tendência actualizante depende desta percepção pessoal da realidade que assimila o que está de acordo com a sua estrutura de *self* e recusa tudo o que se opõe ou a compromete. Assim, a mesma autora conclui "... que é a noção do eu que, em última análise, determina a eficácia ou ineficácia da tendência actualizante." (1977, p.44).

Quanto mais realista for a noção de *self*, maior a eficácia da tendência actualizante, para que isso aconteça o *self* tem que estar em sintonia com a experiência imediata e a construção da imagem de si próprio tem de estar fundada na experiência autêntica da pessoa, desperta para os sentimentos que vivencia. A tomada de consciência (*awareness*) deve pautar-se pela abrangência, fluidez e flexibilidade para que o conceito de *self* seja, na medida do possível, sinónimo do *self* organísmico. "... Se existe conflito entre os dados da experiência relativos ao eu e os relativos ao "organismo", a tendência à actualização do organismo pode ser contrária à tendência à actualização do eu." (1977, p.161). Tudo se passa como se houvesse duas forças em conflito, a nossa vida consciente luta num sentido oposto à direcção em que se move o organismo. Assim, fazem-se escolhas que antagonizam o impulso intrínseco e que estruturam a configuração do *self* em percepções distorcidas que se revelam destrutivas. No entanto, a capacidade de representação ou simbolização permite-lhe readquirir plena consciência das condições externas e internas e, em função disso, tomar opções conscientes e reorganizar-se com base em forças auto-reguladoras.

A tendência actualizante, como já foi dito, não actua apenas na promoção da harmonia interna e externa, mas também na protecção do *self* fragilizado. Neste âmbito, é compreensível a posição de Rogers que valoriza positivamente os sintomas desse desajusta-

mento – comportamentos desviantes, neuróticos ou psicóticos – como expressão do melhor equilíbrio possível em dado momento para que a vida continue ao mais alto nível. A configuração distorcida do *self* é a concretização possível da sua tendência auto-dirigida.

A intervenção terapêutica situa-se não ao nível dos sintomas mas das estruturas psíquicas que é necessário ajudar a pessoa a renovar para simbolizar de forma mais integrada as suas experiências. Este processo fica comprometido quando o cliente tem pouco *insight*.

Kinget esclarece melhor esta interdependência: “A conjugação destes dois factores – a tendência à actualização e a noção do eu – determina o comportamento. A primeira representa o factor dinâmico, a segunda representa o factor regulador. Uma fornece a energia; a outra a direcção.” (1977, p.160). Enquanto a primeira subentende um movimento para a manutenção das características idiossincráticas que constituem a matriz genética e biológica do indivíduo, para a complexificação e diferenciação das suas potencialidades, a segunda constitui apenas o leme que orienta esta força de autonomização.

Barbara Brodley, reflectindo sobre este princípio direccional põe em evidência os seus méritos, nomeadamente “A sua direcção construtiva...” que actua na “... preservação da integridade e organização da pessoa (...) aponta sempre para a realização, desenvolvimento e aperfeiçoamento das capacidades e potencialidades inatas e adquiridas do indivíduo.” (1998, p.39).

## TEORIA DO SELF

O *self* é o pilar onde assenta a teoria da personalidade de Rogers, embora nos seus últimos trabalhos, tenha sido substituído pela noção de organismo e pelo ênfase dado ao poder pessoal no processo de tornar-se pessoa, i.e., de tornar-se consciente de toda a sua experiência e de, em sintonia com este saber, prosseguir na tarefa da complexificação.

### ANTECEDENTES

Hall e Lindzey (1973) consideram que “A teoria de Rogers sobre a personalidade representa uma síntese da fenomenologia de Snygg e Combs, da teoria holista e organísmica, como são vistas por Goldstein, Maslow e Angyal, da teoria interpessoal de Sullivan, da teoria do *self*, pela qual o próprio Rogers é responsável, embora ele reconheça a contribuição de Raimy

(1943) e de Lecky (1945).” (p.521).

Contudo, podemos recuar ainda mais no tempo e encontrar no Funcionalismo de William James e John Dewey uma concepção do homem que iniciaria a futura ruptura com o atomismo psicológico e o dualismo cartesiano que fragmentavam o homem em corpo e mente. Ao considerar o homem como um composto humano regido por um princípio de unidade em que as actividades psíquicas não são exclusivas da mente, pois o corpo influencia, reflecte e modifica as emoções e pensamentos, estes autores abriram caminho para o aparecimento da escola de Gestalt que concebe o homem como uma totalidade, uma *gestalt*, um todo complexo e com uma especificidade que falta aos seus elementos constitutivos. Esta concepção foi igualmente defendida por Kurt Goldstein na sua obra *The Organism* (1939). Aí expõe a sua concepção do homem com uma *gestalt* estruturada organísmicamente para a procura de equilíbrio, embora este impulso primário seja gerador de tensão, podendo assim trazer efeitos negativos ao organismo.

Maslow partiu de uma perspectiva inovadora para elaborar a sua teoria da personalidade ao pesquisar em pessoas realizadas e com notória maturidade psicológica as características e traços de personalidade que as distinguiam e permitiam incluir na categoria de pessoas auto-actualizadas. Concebe esta tendência como um processo contínuo do organismo para a actualização cada vez mais sofisticada das suas potencialidades. Para que a auto-actualização se efective tem que estar em sintonia com o *self*, que Maslow define como “...o âmago ou a natureza essencial do indivíduo, incluindo o temperamento da pessoa, seus gostos e valores únicos.” (Maslow, citado por Fadiman.1979, p.264). Viver uma existência plena, conhecer as próprias capacidades a fim de fazer escolhas conscientes e criativas implica ser autêntico e assumir a responsabilidade das opções tomadas (influência existencialista).

Ainda que, de uma forma menos elaborada que Rogers, também partilha da mesma crença na interdependência entre a congruência interna e a activação da tendência à actualização. Quanto maior o grau de individuação e consciência do próprio valor, maior a possibilidade de vivência harmoniosa. A grande diferença entre estes teóricos está no ênfase dado à descrição da dimensão positiva e de excelência de certos quadros psicológicos e à procura de experiências culminantes.

Mais determinante foi a abordagem psicológica de William James que influenciou diversos sectores da psicologia, nomeadamente Rogers ao nível do concei-

to de *self*. James define o *self* como "... aquela continuidade pessoal que cada um de nós reconhece cada vez que acorda." (James citado por Fadiman. 1979, p.164). Este corpo de vivências que constituem a identidade pessoal dividem-se em camadas que parecem corresponder a facetas da pessoa ou níveis de experienciar. Assim, James identifica o *self* material (identificação com pessoas ou objectos externos), *self* social (diversos papéis desempenhados pela pessoa e que lhe proporcionam aceitação e valorização) e *self* espiritual (elemento central e dinamizador da consciência). O *self* é uma parte do constructo fundamental que é a consciência pessoal – "Todo o pensamento tende a ser parte de uma consciência pessoal" (James, citado por Fadiman. 1979, p.153) que percorre e dá sentido à vida psíquica do indivíduo. Talvez a ênfase no poder da consciência, da responsabilidade das escolhas feitas e no treino da vontade como instrumentos para o crescimento e ajustamento psicológico se possam explicar pela ligação com a sua vida e pela luta pela recuperação da doença.

Estes constructos marcam definitivamente a visão de Rogers, vindo dar credibilidade à sua crença intuitiva no poder de cada um no sentido de uma vivência mais plena.

### ORGANISMO E NOÇÃO DE SELF

Como resultado da tendência actualizante, o *self* diferencia-se da totalidade do campo perceptual do organismo. O *self* é a consciência de si enquanto objecto, é a parte da experiência que discrimina com descritiva de si e formando a sua identidade. Forma-se na interacção com o meio (físico, social e cultural). Em suma, o *self* surge "Como resultado da tendência à diferenciação, que constitui um aspecto da tendência à actualização, um certo segmento da experiência diferencia-se e simboliza-se na consciência. Este segmento simbolizado corresponde à consciência do existir e do agir enquanto indivíduo – é a experiência do *self*;" (Rogers e Kinget 1977, p.164). O *self* edifica-se com base na destrinça do material que o indivíduo identifica consigo ao longo do seu processo de experienciar e que vai constituindo a imagem de si próprio ou auto-conceito. Da totalidade que é o campo experiencial, as percepções assumidas como relacionando-se com o eu percebido e vivenciadas como experiência de si vão-se agrupando para formar a noção de *self*.

Deste modo, sob acção das condições de actualização das potencialidades que constituem a célula matricial e definem o *self* organísmico - biofísicas e psicossociais-, desponta o *self* real ou auto-conceito que, embora participando desta experiência organís-

mica, se vai concentrando no material que o define.

A criação da identidade, a identificação do *self* organísmico e da noção de *self* aparecem apresentadas na 8ª proposição dos princípios constitutivos da Teoria da Personalidade de Rogers, desenvolvida no 11º capítulo da obra *Terapia Centrada no Cliente* (1951). O capítulo em questão descreve de forma precisa e sistemática a estrutura da personalidade, como funciona e como se desenvolve, de forma distorcida ou plena.

Uma possível definição de *self* será então: "...uma estrutura perceptual, i.e., um conjunto organizado e mutável de percepções relativas ao próprio indivíduo. Como exemplo destas percepções citemos: as características, atributos, qualidades e defeitos, capacidades e limites, valores e relações que o indivíduo reconhece como descritivos de si mesmo e que percebe como constituindo a sua identidade." (Rogers e Kinget 1977, p.44). Esta configuração experiencial adquire consistência na relação do indivíduo consigo, com os outros e meio e, sobretudo, através da significação pessoal (emotiva e cognitiva) que atribui a essas vivências.

### SELF CONGRUÊNCIA / INCONGRUÊNCIA

Se o *self* é o filtro que selecciona do seu campo experiencial as percepções que são consistentes com a sua imagem e as simboliza e disponibiliza à consciência, não quer dizer que não inclua as vivências que sente como ameaçadoras, pode simplesmente não as ter acessíveis à consciência. Como a noção de *self* é apenas uma parte da experiência organísmica total, quanto mais consciente estiver dessa *gestalt*, mais unísono e sintónico será o crescimento por estar assente na sabedoria do organismo. A incongruência ocorre quando o *self* ou conceito de si próprio se torna rígido e preso a percepções que não estão de acordo com o *self* organísmico. Nesse caso, o indivíduo não reconhece o que se está passando em si e a sua tendência actualizante fica comprometida.

No entanto, é um equívoco pensar no organismo como uma força estabilizadora ou "... um sistema reductor de ímpetos." (Brodley 1998, p.39). Sob acção da tendência actualizante – impulsional de tensão –

Em face desta mutabilidade, Rogers sublinha a impor-



tância do campo experiencial na construção da estrutura do *self* organísmico e da própria identidade, podendo ser plenamente funcionante – congruência entre o *self* e a experiência – ou desajustada quando nega uma parte significativa do *self* ou da experiência.

Rogers acredita que o campo experiencial é composto por uma maioria de experiências não simbolizadas, daí que a psicoterapia pretenda induzir o processo de apreensão ou tomada de consciência de todo este material que foi ignorado, recusado ou simbolizado de forma distorcida, para que o cliente possa fazer a experiência de aceitação em si de tudo o que foi clarificado e percebido. A experiência é sentida como ameaçadora quando entra em conflito com o *self* real e, para não causar sofrimento ou angústia, criam-se estruturas defensivas rígidas e mecanismos de fuga ou alienação que afastam cada vez mais a pessoa do seu *self* organísmico. O impulso vital encontra-se diminuído, a pessoa não pode pôr em acção o seu potencial porque está distante da sua experiência global, sensorial e visceral. Enquanto outras teorias assumem que o *self* ideal é um conceito central, sendo o gerador de distúrbios psicológicos quando é percebido de modo irrealista e se afasta muito do *self* real, Rogers aponta, como principal causa de vulnerabilidade, a incongruência entre a noção de *self* e a experiência organísmica (Burns, 1986).

Este processo de desajustamento começa na infância, período considerado crucial no desenvolvimento da personalidade, quando no momento em que se começa a formar e estruturar o *self* (a criança começa a reconhecer uma parte do seu campo experiencial como a experiência de si) na relação com o ambiente e na interacção valorativa com figuras significativas, a criança para obter aprovação parental distorce ou nega as suas percepções e emoções. A necessidade de consideração positiva é inata e vai-se desenvolvendo ao longo da infância e logicamente vai ser decisiva na definição dos contornos do sistema emergente do *self*. Ora como já vimos, a imagem de si ou noção de *self* afecta o modo como o campo experiencial é filtrado. Se o *self* distorce a experiência à medida da sua estrutura perceptiva, passa a ter uma noção falseada e redutora da realidade. Por conseguinte, gera-se angústia e comportamentos desviantes, indicadores de incongruência.

Como já observámos, as primeiras experiências do *self* da criança passam pela experiência de sentir-se amada pelos pais. Aprende-se como digna de amor, associa ao seu desenvolvimento físico, sensorial e à consciência da sua identidade, a experiência de valores positivos que são consistentes com o seu experi-

enciar organísmico. Estamos numa fase da mais “pura” identificação do *self* organísmico com o conceito de *self* pois:

- a avaliação da experiência é feita de acordo com os valores próprios, internos. O locus de controlo está internalizado e resulta de uma valorização organísmica imediata da experiência;
- o acordo e abertura entre o *self* e a experiência é total; o experienciar é determinado pela sabedoria organísmica que avalia a experiência em função da sua necessidade de manutenção e valorização.

Quando esta harmonia é posta em causa pelas reacções negativas das figuras significativas da criança, quando o seu conceito é desvalorizado, a criança recusa ou distorce a simbolização da experiência, avalia os seus valores como errados e passa a pautar-se pelos juízos dos outros. O processo de avaliação organísmica é negado porque não traz o afecto ansiado e é externalizado – a criança entrega ao olhar dos outros o julgamento de si e do que lhe é benéfico ou prejudicial. Consequentemente, a insegurança passa a ser a tónica do seu sentir e a sua auto-imagem vai apoiar-se numa estrutura ineficaz, frágil e pouco consistente.

Como o conceito de *self* se forma associando ao conhecimento organísmico a recente descoberta do olhar dos outros, passa a agir em função da procura dessa estima. Se esta é condicional, a pessoa abandona o seu julgamento e substitui-o por valores exteriores que são percebidos distorcidamente como decorrentes do seu campo experiencial. Assim, está dado o primeiro passo para a formação e desenvolvimento patológico do *self*, definido nas proposições 9 a 16 do capítulo em destaque de Rogers. A conduta é igualmente afectada pois passa a ser guiada pelo princípio de agradar aos outros e não pela experiência de si, pelo seu *locus* interno. Como há incongruência entre a percepção do *self* e o organismo, este tende a adoptar formas de conduta ajustadas a esse auto-conceito (tendência à actualização do eu actua para a sua conservação), embora por vezes possam surgir comportamentos percebidos como incoerentes e que não são integrados. Estes comportamentos são, contudo, decorrentes de necessidades mais profundas (orgânicas) que não foram simbolizadas. Conclui-se que o comportamento é o resultado da confluência da tendência actualizante, agindo de acordo com a configuração experiencial que compõe o *self*. No entanto, já conhecemos as consequências da negação da experi-

ência organísmica: diminuição do movimento de complexificação, resistência à mudança, tensão psíquica e física, baixa auto-estima, aumento da distância entre o modo como se percebe e se idealiza.

Na relação terapêutica pretende-se que o indivíduo "...seja aquilo que está vivendo (...) ser capaz de estar consciente até das coisas que poderiam mudar o seu autoconceito, e poder organizá-las na Gestalt da experiência relativa ao "eu". (Evans 1979, p.52).

O desenvolvimento saudável do *self*, tendente à sua actualização está descrito nas proposições 17 a 19 do capítulo supracitado, que está a ser tomado como referência. A congruência existe no momento em que as condições reunidas são análogas à vivência da pessoa. Para isso, Rogers acentua o peso do *self* como criando a diferença desde que apresente as seguintes características:

- configuração fluída, flexível capaz de lidar com múltiplas experiências;
- aceitação do modo como se apreende e internalização de um sistema de valores mais realista e harmónico com o conceito de *self*;
- maior atenção e consciência da totalidade da experiência que complexifica e reconhece como um processo confiável e contínuo de valoração organísmica;
- apreciação e auto-consideração pela imagem percebida de si (*self*);
- mudanças na conduta e redução da tensão.

Em *Tornar-se Pessoa* (1961), Rogers desenvolve o que pode ser o estado de congruência total (quicá utópica), afirmando que "... l'individu se dispose à être en toute connaissance de cause, le processus qu'il est véritablement en profondeur. Il renonce à être ce qu'il n'est pas, à être une façade (...) Il est de plus en plus attentif à ce qui se passe dans les profondeurs de son être psychologique et émotif, et se trouve de plus en plus enclin à être, avec toujours plus de précision et de profondeur, ce qu'il est le plus véritablement" (Rogers 1996, p.132).

Assim, a pessoa plenamente funcionante apresenta:

- maturidade psíquica (aceitação de si e dos outros; recusa de máscaras- autenticidade);
- abertura à experiência percebida e integrada na sua gestalt organísmica;
- escolha consciente face à amplificação do campo experiencial e reconhecimento da sua liberdade experiencial;

- confiança no impulso de autonomização e auto-direcção para orientar a vida;
- concepção da pessoa como um processo mutável, totalmente fluído, buscando a hipercomplexificação.

## ARTICULAÇÃO SELF REAL / SELF IDEAL

Em 1959, Rogers apresenta o conceito de *self* como "...the organised, consistent conceptual Gestalt composed of characteristics of the "I" or "me" and the perceptions of the relationships of the "I" or the "me" to others and to various aspects of life, together with the value attached to these perceptions." (Rogers, citado por Burns, 1986, p.37), ou seja, é definido como um padrão organizado que envolve o sentido de si próprio do indivíduo – o "eu" – como um agente que toma decisões, assim como envolve o sentido de si como um objecto – o "mim" – que é percebido, pensado e ao qual são atribuídos valores em função do seu olhar e do olhar dos outros (auto-estima).

Burns (1986) refere ainda que Rogers resolve a ambiguidade do conceito fundindo a noção do *self* "as known" com o *self* "as knower", pois o *self* não só compreende a imagem que o indivíduo tem de si (ser e sentir) mas também a influência que opera na determinação da conduta. Esta influência é gerida pela tendência para o crescimento que gere o organismo, do qual o *self* faz parte.

Num outro momento, salienta que Rogers distingue estrutura de *self* da noção de *self* ou auto-conceito, considerando o primeiro mais abrangente, um quadro organizado que incluiria o conceito de *self*, de *self* em relação e de *self* real. Seria, no dizer de Kinget, a perspectiva do "... eu a partir de um ponto de referência exterior." (Rogers e Kinget 1977, p.165), enquanto que o conceito de *self* diferenciar-se-ia por ser "... the person awareness, consisting of data about the individual which are evaluated..." (Burns 1986, p.39). Em suma, importa reter que o conceito de *self* se forma a partir do momento em que existe auto-percepção, diferenciação do individual em relação ao mundo e aos outros. Iguamente o reconhecimento da necessidade de afecto e estima são decisivos na orientação da conduta e na assimilação de valores, crenças e ideais que constituem o próprio *self*. Quando esse amor é condicionado, inicia-se o processo de dissociação do *self* organísmico que se caracteriza por:

- o processo do experienciar ser deturpado pelos valores com que as experiências são filtradas, valores que não resultam da experiência organísmica, mas de juízos avaliativos exterior-

- res que condicionam também a imagem de *self*;
- os valores exteriores serem assimilados como se fossem fruto de uma vivência pessoal. O *self* deixa de ter confiança na sua experiência orgânica para avaliar a realidade. Torna-se rígido, vulnerável e reduz o seu campo de percepção – a experiência não é coerente com a sua auto-imagem pelo que não se torna disponível à consciência;
- a dissociação do locus de controlo induzir uma fragmentação tripartida do *self* em *self* orgânico, percepção de si no momento ou *self* real e imagem do que deveria ser para encontrar aceitação das figuras significativas ou *self* ideal;
- o aumento da angústia e desajustamento psicológico.

A dicotomia entre organismo-*self* e *self* real-ideal é indicativa de incongruência. A percepção de um *self* que reúne os nossos ideais e os valores que nos são transmitidos como ótimos e abonatórios é destabilizadora na medida em que a pessoa passa a condicionar a sua actuação pelo que é exterior, o que é muito fragilizante. Ao viver na constante necessidade de se ajustar a referenciais exteriores, a pessoa torna-se muito vulnerável por organizar a sua vida em função da aprovação dos outros. Logicamente se a pessoa não confia nos seus padrões avaliativos e não se rege pelo seu locus de controlo, não pode apreciar-se positivamente. Assim, Rogers assume que uma grande discrepância entre *self* real e *self* ideal é um dos termómetros para indicar uma simbolização inadequada da experiência, um distanciamento entre o experienciar e a tomada de consciência e uma baixa auto-estima.

As percepções e significados que o *self* mais gostaria de possuir são muito valorizados pelo indivíduo que vai fazer a experiência de si e do seu mundo privado em função de um modelo muito exigente e aumentar, em virtude disso, a sua frustração e angústia. Normalmente estes valores que integram o *self* ideal são inculcados na infância, na fase da interiorização das regras e valores do certo/errado, de modo neurótico. Consequentemente, o *self* constrói-se sobre bases frágeis, revelando uma baixa auto-estima que precisa constantemente de confirmação e valorização exterior. No decurso do processo terapêutico procura-se incidir na mudança do *self*, no incentivo das forças de auto-consistência. Para isso, procede-se a um processo de libertação de sentimentos e de autonomização com a progressiva tomada de consciência de si como um todo que conduz a uma aceitação mais adequada e

positiva e a uma disvinculação da avaliação dos outros.

Em consequência das percepções se tornarem mais realistas e objectivas, melhora o funcionamento psíquico, a congruência entre o *self* e a experiência e o *self* ideal torna-se mais realizável e portanto mais próxima da imagem real que a pessoa tem de si. Esta congruência interna manifesta-se pela menor defensividade e ansiedade, pela autonomia, flexibilidade e criatividade. A consciência do próprio valor e a auto-estima acompanham a consciência de que o poder da escolha, de decisão e avaliação estão sediados em si.

Convicto da importância destas conclusões verificadas na prática terapêutica, Rogers propôs-se comprovar experimentalmente as mudanças no conceito de *self* processadas na terapia. As pesquisas levadas a cabo permitiram-lhe esclarecer que:

- a reestruturação processa-se no sentido do acordo entre *self* real e *self* ideal, sendo a terapia a variável decisiva nesta operação;
- o processo de mudança consiste no aumento da congruência interna, na redução da influência dos valores exteriores sobre a concepção de *self* e na redução da distância entre *self* e a experiência;
- o processo de mudança age fundamentalmente sobre o conceito de *self* real, tornando-se mais realista, enquanto a representação do *self* ideal permanece estável. A consideração positiva por si faz com que a pessoa se percepcione mais próxima do seu ideal;
- a representação do *self* real torna-se mais concordante com a percepção que o terapeuta / outros fazem de si.

Para chegar a estas conclusões foi necessário estabelecer bases criteriosas e rigorosas que dessem conta das várias facetas da identidade. Para o efeito, diagnosticaram-se vários *selfs* que ajudaram a medir a evolução das percepções: *self* lembrado (imagem de como a pessoa se percepcionava antes de iniciar a terapia); *self* inicial, *self* diagnosticado (imagem elaborada pelo terapeuta); *self* real; *self* ideal; *self* socialmente adaptado ou *self* da pessoa normalmente adaptada (percepção do modo como a pessoa deveria ser para ser considerada ajustada – *self* padrão); *self* final. Tanto a medição da diferença de percepção de si no início e fim da terapia, como os critérios exteriores de adaptação elaborados por clínicos foram instrumentos valiosos para quantificar os avanços operados pela psicoterapia.

O grande contributo e valia de Rogers está na objectivação e comprovação científica de um domínio até à altura apenas empiricamente analisado – a personalidade e as alterações de comportamento. Ele próprio alerta para o facto de, uma vez provada a possibilidade de empregar metodologias científicas na análise do processo terapêutico, estar disponível um imenso campo de investigação ainda por desbravar a fim de “...jeter beaucoup de lumière sur les forces qui gouvernent la personnalité au sein d’une relation interpersonnelle.” (Rogers 1996a, p.191).

## CONCLUSÃO

A teoria da personalidade de Rogers tem um pendente fenomenológico pois realça a importância das percepções do indivíduo – resultado da sua interacção com o mundo e consigo – que constituem o seu *self* organísmico e a sua noção de *self* real. O conceito de *self* é o pilar desta teoria que valoriza especialmente o processo e a mudança. O indivíduo está orientado para a auto-realização e auto-consistência que, num grau máximo, corresponderiam à abstracção que é a pessoa plenamente funcionante, estado em que a congruência entre o *self* e a experiência é total.

Se não existe autenticidade e acordo entre *self* e experiência, Rogers faz apelo ao termo incongruência que, por sua vez, gera processos defensivos básicos como a distorção ou a negação da simbolização da experiência. Estas percepções são integradas no campo experiencial do indivíduo e vão aumentar a discrepância sentida interiormente, pois embora não tenham sido simbolizadas, fazem parte da experiência de si e podem ser disponibilizadas à consciência. Consequências deste processo são a vulnerabilidade, a ansiedade que, num estágio mais grave, conduzem a comportamentos disruptivos e neuroticizantes em virtude da divisão de uma identidade que deveria ser uma em vários sub-conceitos como o *self* real e ideal que determinam as reacções do organismo (age em conformidade).

Para obviar as disfunções sentidas, a psicoterapia actua ao nível do conceito de *self*, à partida susceptível de mudança devido à sua natureza configuracional. Considerado como uma *gestalt* perceptual organizada e consistente, tanto apresenta uma faceta estável e praxionizada sobre a qual assenta a noção de identidade, como tem um lado fluído e mutável necessário para lidar com o quotidiano e a multiplicidade das experiências a simbolizar.

Este trabalho permitiu mais uma vez confirmar os

contributos da teoria rogeriana, que dá ênfase às forças construtivas do homem e que foi precursora de um estudo rigoroso e científico aplicado a dois campos da psicologia considerados demasiado indefinidos e subjectivos: a psicoterapia e o eu. A sua investigação foi pioneira e, não só legitimou a pesquisa na área da psicoterapia, como criou as estruturas para a continuação do avanço das investigações.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRODLEY, Barbara (1998). “O Conceito de Tendência Actualizante na Teoria Centrada no Cliente”. In *A Pessoa como Centro*, Revista de Estudos Rogerianos, nº 2 (pp.37-49). Lisboa: Desafio Jovem.
- BURNS, R. B. (1986). *The Self Concept*, in theory, measurement, development and behaviour. 4ª ed., New York: Longman Group Limited.
- EVANS, Richard (1979). *Carl Rogers: o Homem e suas Ideias*. Trad. Manoel Ferreira, 1ª ed., S. Paulo: Martins Fontes.
- FADIMAN, James e Robert Frager (1979). *Teorias da Personalidade*. Trad. Camila Sampaio, S. Paulo: Editora Harper e Row do Brasil.
- GOLSDTEIN, Kurt (1939). *The Organism*. New York: American Book Co.
- HALL, Calvin e Gardner Lindzey (1973). *Teorias da Personalidade*. 9ªed., S. Paulo: Editora Pedagógica e Universitária Lta.
- ROGERS, Carl (1951). *A Terapia Centrada no Cliente*. Trad. Manuel Ferreira, 1ª ed. (1974). Lisboa: Moraes Editores.
- (1954). *Psychotherapy and Personality Change*. Chicago: The University of Chicago Press.
- (1961). *Le Développement de la Personne*. Trad. E. Herbert, 2ª ed. (1996a), Col. Sciences Humaines. Paris Dunod.
- (1969). *Liberté pour Apprendre*. Trad. Daniel le Bon, 2ª ed. (1996b), Col. Sciences Humaines. Paris Dunod.
- Marian Kinget (1977). *Psicoterapia e Relações Humanas*. Vol. I, trad. Mª Luísa Bizzotto, 2ª ed. Belo Horizonte: Interlivros.
- WOOD, Jonh Keith (org.) et alii (1994). *Abordagem Centrada na Pessoa*. Vitória: Editora Fundação Ceciliano Abel de Almeida.