

**O PARADIGMA ROGERIANO DA PESSOA COMO CENTRO:
NA PERSPECTIVA DA LIBERDADE PESSOAL
ROGER'S PARADIGM OF THE PERSON AS CENTRE:
IN THE PERSPECTIVE OF PERSONAL FREEDOM**

TRADUÇÃO DE LURDES PAULINO E RUTE BRITES



Brissos Lino

Resumo: A Abordagem Centrada na Pessoa traduz-se, ao nível das relações humanas, numa forma de estar única. Essa atitude relacional nem sempre é adequadamente compreendida, dada a complexidade da natureza da própria abordagem, paradoxalmente comparável ao mais simples dos humanos, a criança.

Aparentemente simples, em teoria, a ACP, pela sua natureza, requer uma preparação essencialmente prática, experiencial, facilitadora da interiorização dessa dita forma de estar. Só assim se permitirá efectivar o conceito da pessoa como centro, numa prática da relação de ajuda, desenvolvida por C. Rogers, que privilegia uma atitude não-directiva face ao cliente.

A sua visão humanista do mundo e das relações sociais e humanas tornou o conceito de pessoa um fim em si mesmo. Num mundo concebido para e por pessoas, qualquer processo terapêutico deverá basear-se na experiência pessoal e na vontade do cliente.

O ser humano, na concepção de Rogers, possui capacidades, potencialidades, características extremamente estimulantes, direccionadas para a realização, derivadas de um "mecanismo" inato, a Tendência Actualizante. Trata-se sobretudo de uma concepção positiva do ser humano, que exige uma aceitação incondicional.

A liberdade torna-se, então, condição essencial em qualquer relação humana. Na ACP, a liberdade – liberdade para

Abstract: The Person Centered Approach translates itself at the level of the human relations, in a unique form of being. That relational attitude is not always understood, given the complexity of the nature of the approach itself, paradoxically comparable to the most simple of humans, the child.

Apparently simple, in theory, the Person Centered Approach, by its nature requires an essentially practical, experiential preparation, facilitator of the interiorising of that form of being.

Only this way, will be permitted to effect the conceit of the person as centre, in a practice of help relationship, developed by Carl Rogers, which privileges a non-directive attitude, faced on the client.

His humanist vision of the world and of social and human relations made the conceit of the person an end in itself. In a world conceived for and by people, any therapeutic process should be based on personal experience and on the client's will.

The Human being, in Carl Roger's conception, possesses capacities, potentialities, extremely stimulating characteristics, directed to the realization, derived from an innate "mechanism", the Actualizing Tendency. Above all, it is about, a positive conception of the human being, that demands his unconditional acceptance.

Freedom becomes, then, an essential condition in any human relation. In Person Centered Approach, freedom –

ser (sem julgamento, sem desvalorização, sem adulação) – constitui um elemento-chave no processo terapêutico. Ao ser olhado positivamente e incondicionalmente, o cliente sente-se interiormente valorizado, na sua liberdade, e volta a acreditar em si mesmo, possibilitando a expressão da Tendência Atualizante – a consciência de si próprio, e das escolhas pessoais.

A concepção do ser humano, segundo a ACP, e as implicações dessa concepção, quer ao nível da compreensão transcultural, educação, relações familiares e laborais, quer ao nível da prática da relação de ajuda, constituem a grande contribuição de Carl Rogers, mundialmente reconhecida.

Palavras-chave: Pessoa – Natureza – Liberdade – Tendência Atualizante – Relação de ajuda.

INTRODUÇÃO

A filosofia subjacente à Abordagem Centrada na Pessoa expressa uma forma única e singular de estar, no contexto das relações sociais e humanas, tanto a nível individual como de grupo, e até mais do que isso, pois, e de acordo com a terminologia usada por Carl Rogers, torna-se mesmo “um jeito de ser”, com reflexos profundos na vivência interior da pessoa e na relação interpessoal, qualquer que ela seja.

Em si mesmo, este tipo de abordagem não é, na opinião de John Wood (1994), nem uma teoria, nem uma terapia, nem uma psicologia, nem uma tradição, nem uma linha, nem uma filosofia, nem um movimento. Apenas e só uma abordagem (1).

Mas é justamente aqui que reside tanto a maior parte das incompreensões de que é alvo ainda hoje por parte de muitos, como ainda a sua maior dificuldade de aplicação prática, já que mexe com as atitudes e não apenas com esquemas mentais memorizáveis ou do domínio exclusivo do cognitivo ou até do volitivo, como as avaliações diagnósticas ou os testes psicotécnicos, por exemplo, ou formas de procedimento que se aprendam sem consequências e implicações pessoais interiores, ou um treinamento mecânico e reflexivo, desprovido de significância, ou um conjunto de fórmulas e regras básicas de aplicação mais ou menos automática no âmbito relacional, ou até uma espécie de exercício de controlo dos sentimentos e dos pensamentos em *setting* interpessoal.

A NATUREZA DA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

É à natureza da Abordagem Centrada na Pessoa que nos estamos a referir.

freedom to be (without judgement, without depreciation, without flattering) – forms a key-element in the therapeutic process.

Being looked upon positively and unconditionally, the client feels interiorly valued, in his freedom, and begins to believe in himself again, making possible the expression of Actualizing Tendency - the consciousness of himself, and the personal choices.

The conception of the human being, according to Centred Person Approach and the implications of that conception whether at the level of transcultural comprehension, education, labour and family relationships, whether at the level of the great contribution of Carl Rogers, recognized in the whole world.

Key-words: Person – Nature – Freedom – Actualizing Tendency – Help relationship

INTRODUCTION

The philosophy subjacent to the Centred Person Approach expresses a unique and singular way of being, in the context of social and human relations, just as in individual terms as in group terms, and even more than that, therefore, and according to the terminology used by Carl Rogers, becomes really “a way of being” with deep reflexes in the person’s inner living and in the interpersonal relation, whichever it may be.

On its own, this kind of approach is not, in John Wood’s opinion (1994), neither a theory, a therapy, a psychology, a tradition, a line, a philosophy, or a movement. It’s just and only an approach (1).

But it’s precisely here that resides the most part of incomprehension of which it is target still today on behalf of many, as well as its greatest difficulty of practical application, since it’s got to do with attitudes and not only with memorizable mental schemes or of the exclusive dominion of the cognitive or even of the volatile, like the diagnostic evaluations or the psychotechnical tests, for example, or ways of proceeding that can be learned without consequences and inner personal implications or a mechanical training, without significance, or a group of formulas and basic rules of application more or less automatic in the relation circuit, or even a kind of control exercise of feelings and thoughts in the interpersonal *setting*.

THE NATURE OF THE PERSON CENTERED APPROACH

It is about the nature of the Person Centered Approach we are speaking about.

Poderíamos dizer que é um pouco como se, num grupo de pessoas falando de marcas de automóveis, alguém trouxesse subitamente à conversa um modelo de barco de recreio como que discorrendo sobre uma mesma ordem de coisas quando, nesse caso, de trataria de matérias necessariamente diferentes.

A aparente simplicidade da Abordagem Centrada na Pessoa poderia ser comparada – passe a redundância – à simplicidade de um ser humano simples, por exemplo, uma criança. Contudo todos sabemos quão complexo é o mais simples dos seres humanos, mesmo e particularmente as crianças.

As coisas aparentemente mais simples do ponto de vista teórico, tornam-se assim muitas vezes as mais complexas quando trazidas ao banco de ensaios da realidade e ao teste do quotidiano.

A natureza da Abordagem Centrada na Pessoa acaba assim por requerer, a quem nela se desejar mover, uma preparação eminentemente prática, para lá dos construtos teóricos, com ênfase na supervisão, no *rolling play*, na prática tutelada, na dinâmica dos grupos, recorrendo ainda a ferramentas como o psicodrama e outras, sendo tudo isto enquadrado numa perspectiva experiencial que muito enriquece o indivíduo ou indivíduos envolvidos, tanto do ponto de vista pessoal como relacional.

Já que a natureza da Abordagem Centrada na Pessoa tem a ver essencialmente com atitudes, então o interiorizar dessa forma de estar, o apreender dessas atitudes terá que ser feito com base num processo de desenvolvimento e de reestruturação pessoal, e de formas que vão para lá do domínio do cognitivo.

O CONCEITO DA PESSOA COMO CENTRO

A grande revolução que Carl Rogers e os seus seguidores trouxeram ao campo da psicologia, da psicoterapia, do *counselling* e da relação de ajuda em geral foi sem dúvida a ideia de que era a pessoa que deveria ser o centro efectivo da atenção de qualquer terapeuta, *counsellor*, psicólogo ou profissional de relação de ajuda.

Ora este conceito básico contrastava profundamente com a prática tradicional destes profissionais, que era a de focar a sua atenção e concentrar os seus saberes e energias no problema do momento, apresentado ou sugerido pelo cliente, assumindo assim quase toda a direcção e a responsabilidade pelo processo e, na prática, consequentemente, pelo sucesso ou insucesso dessa sua intervenção.

Outros, quanto muito, centravam-se no ambiente psicossocial ou no sistema familiar em que o cliente se inseria, tentando descortinar a verdadeira causa das

It is a little, as if, in a group of people talking about car brands, suddenly somebody brings up into the conversation a model of a recreation ship, as if considering about one same order of things when, in that case, it dealt about necessarily different subjects.

The apparent simplicity of the Person Centered Approach could be compared - save the redundancy - with the simplicity of a simple human being, a child for example. However we all know how complexed is the most simple of the human beings, even, and particularly the children.

Things that are apparently more simple from the theological point of view, become in this manner many times the most complexed, when brought into the rehearsal seat of reality and to the daily test.

The nature of the Person Centered Approach ends up in this manner requiring, on whoever wishes to move upon it, an eminently practical preparation, beyond the theoretic constructs, with emphasis on supervision, on *rolling play*, on tutelaged practice, on the group's dynamics, resorting still to tools, like psychodrama and others, being this all framed in an experiential perspective, which much enriches the individual or individuals involved, just as in the personal point of view as in the relation point of view.

Once the nature of the Person Centered Approach has to do essentially with attitudes, therefore, the interiorising of such way of being, the apprehending of those attitudes, has to be done based on a process of development and of personal re-structurement, and by forms that go beyond the cognitive dominion.

THE CONCEPT OF THE PERSON AS CENTRE

The great revolution that Carl Rogers and his followers brought into the fields of psychology, psychotherapeutics, *counselling* and help relation, in general, was, without doubt, the idea that the person should be the effective centre of the attention of any therapist, *counsellor*, psychologist or help relations professional.

Well, this basic concept contradicted deeply with the traditional practice of these professionals, which was to focus their attention and concentrate their knowledge and energies on the problem presented or suggested on the moment by the client, and so taking over almost the entire direction and responsibility of the process and, consequently, of the success or unsuccess of that intervention, in the practice.

Others, when much, centred themselves on the psychosocial environment or on the family system in which the client was emerged, trying to discover the

suas dificuldades presentes, mas a forma de intervir era fundamentalmente semelhante. De toda a maneira, a única atenção dispensada sobre a pessoa em si mesma era a de, a partir do seu contexto familiar, do seu enquadramento cultural, económico, educacional, religioso e social, ou do seu percurso pessoal, tentar chegar à raiz dos seus problemas, para então aplicar a direcção e a forma processual considerada como a mais adequada pelo técnico à resolução das dificuldades do cliente.

Ou seja, o olhar sobre a pessoa era um olhar de carácter eminentemente clínico e nunca simplesmente humano, era sempre de tipo instrumental e não nuclear ou essencial, subjectivo e não objectivo, era sempre passageiro e não final, como se a pessoa em si mesma não fosse mais importante do que o seu problema. O técnico ouvia as pessoas na medida em que precisava de resolver os seus problemas, já que era pago para isso. Não ouvia as pessoas por causa das pessoas. Ouvia-as a fim de tentar encontrar a melhor forma de lhes resolver as suas dificuldades, e apenas com essa finalidade.

Como se vê, a Abordagem Centrada na Pessoa – que começou por ser conhecida pela designação de *Não-Directividade*, talvez para sublinhar bem esta ideia-força de não se imprimir ou pretender impor uma qualquer direcção ao cliente – vem subverter a prática corrente na relação de ajuda até então tradicionalmente praticada, e sobretudo, vem pôr em causa a posição de poder que era pertença exclusiva do profissional, convidando-o a passar a ser mais um companheiro do que um aio, mais um interlocutor do que um tutor, tornando-o mais solidário e menos superior, mais presente e menos sabedor, mais flexível e menos irreductível, mais disponível e menos fechado, mais instintivo e menos previsível.

UM MUNDO CONCEBIDO PARA E POR PESSOAS

Vivemos num mundo de pessoas, muito embora os aspectos relacionais sejam frequentemente preteridos na ordem de prioridades que orienta a vida dos seres humanos.

Rosenberg (1977) descortina na obra de Carl Rogers uma “visão humanista, de um mundo concebido para e por pessoas, e oposta à subjugação do homem a padrões que o destroem na sua essência” (2).

A surpresa que causou um conceito aparentemente tão simples como este, de prestar atenção à pessoa em si mesma, não como uma circunstância mas como uma condição, um fim em si mesmo, revela bem a apurada percepção do mundo e das relações sociais e

true cause of their present difficulties, although the form of intervening was fundamentally similar. In all manner, the only attention dispensed about the person herself was beginning from her family context, her cultural, educational, religious and social framing, or from their personal course, trying to reach the root of her problems, then applying the direction and the process form considered as the most adequate by the technician.

In other words, the person’s observation was eminently clinically charactered, never simply human, it was always instrumental type and not nuclear nor essential, subjective and not objective, it was always temporary and never final, as if the person himself, wasn’t more important than her problem. The technician would listen to the people in the measure that he needed to resolve their problems, because he was paid for it. He wouldn’t listen to the people because of the people. He listened to them in order to find the best way to resolve their difficulties, and only with that purpose.

As we can see, the Person Centered Approach – that was first known by the designation of Non-Directivity, maybe to underline this strong idea of not impress or try to impose some other direction to the client – subverts the current practice in help relation, traditionally practiced until then, and above all, it puts in cause the position of power that belonged exclusively to the professional, inviting him to become more a companion than a governor, more an interlocutor than a tutor, becoming more solidary and less superior, more present and less knower, more flexible and less irreductible, more available and less reserved, more instinctive and less anticipating.

A WORLD CONCEIVED FOR AND BY PEOPLE

We live in a world of people and we sometimes forget that.

Rosenberg (1977) draws back the curtain in Carl Roger’s work a “humanist vision, of a world conceived for and by people, and opposite to man’s subjugation to patterns that destroy him in his essence” (2).

The surprise that caused a concept apparently so simple as this one, that of paying attention to the person himself, not like a circumstance but like a condition, a purpose in itself, reveals well the selected perception of the world and of the social and human rela-

humanas que Rogers tinha, onde o déficit de relacionamentos, de aceitação, de compreensão e de empatia se revelava gritante, tal como, aliás, ainda hoje acontece, mas revela também a coragem que teve na procura de novos caminhos, mais consentâneos com a estrutura mental e psicológica, bem como com as necessidades profundas dos seres humanos.

Para além desse facto, verificava-se assim que a relação de ajuda partia de um preconceito – apesar de todos os perigos e limitações que isso implica – ou seja, partia da ideia de que o cliente em si mesmo é incapaz de escolher o caminho que mais lhe convém, e pensava-se isso tanto por uma questão filosófica de princípio como, muito provavelmente, pelo facto de a pessoa estar porventura visivelmente fragilizada no justo momento em que pedia ajuda.

Kinget (1977) afirma que “para que o processo terapêutico seja fecundo, é preciso que se efectue em função da *experiência do cliente* e não em função de teorias e princípios estranhos a esta experiência” (3). À primeira vista, a ideia da experiência do cliente pode dar a imagem de algo passivo, mas Wood (1994) aclara esta perspectiva explicitando que “a Terapia Centrada no Cliente é exactamente isto: ajudar as pessoas a ajudarem-se, buscando dentro de si a solução para os seus problemas” (4). Sendo assim, entende-se que nada deve ser feito contra o cliente, pelo cliente ou em favor dele, ou ainda para o bem do cliente, mas deve ser este a dar os passos necessários à supressão das suas dificuldades, de acordo com a sua experiência pessoal e vontade, e enquadrado por uma relação de ajuda em que a outra parte é capaz de o respeitar em todos os momentos, capaz de exprimir esse respeito de forma que seja perceptível pelo cliente, e capaz de lhe dar o retorno das mensagens verbais e emocionais expressas.

O alcance que o conceito da pessoa como centro atingiu, nas tarefas de relação de ajuda em geral e na psicoterapia em particular, acabou por ser bastante significativo e constitui uma espécie de terceira via, neste último caso, no âmbito clínico, a par da psicanálise inspirada em Freud e do cognitivismo / comportamentalismo até aí praticados.

Digamos que a ideia do ser humano como centro da atenção e da percepção do terapeuta constitui um ponto de equilíbrio entre dois extremos, ambos porventura alienantes, como regra geral são todos os extremos.

O primeiro será a ideia de que o Homem é o centro do Universo e que tudo gira à volta dele, o que provocou a Galileu Galilei alguns amargos de boca na época, muito embora a instituição que então esteve prestes a condená-lo o tenha reabilitado recentemente, muitos

tions Rogers had, where the lack of relationship, acceptance, comprehension and empathy revealed to be shocking, just as, on the other hand, it still happens today, but also reveals the courage he had in the search of new paths, more appropriate to the mental and psychological structure, as well with the deep needs of human beings.

Beyond this fact, it was thus verified that help relationship started off from a preconception – in spite of all the dangers and limitations that it involves – or in other words started from the idea that the client himself is incapable of choosing the path more convenient for him, and that kind of thought was derived from a philosophic matter of principle as, very likely, because the fact that the person may be, by any chance, fragilized in the exact moment she asked for help.

Kinget (1977) affirms that “for the therapeutic process to be fruitful, it’s necessary to be effected in function of the client’s experience and not in function of theories and unknown principles to this experience” (3). At first sight, the idea of the client’s experience may give an image of something passive, but Wood (1994) makes clear this perspective explaining that “the Client Centered Therapy is exactly this: to help people helping themselves by searching inside themselves the solution for their problems” (4). Therefore, it is understood that nothing should be done against the client, for the client or in his favour, or still for his good, but it is the client that must give the necessary steps to the suppression of his difficulties, according to his personal experience and will, and framed by a help relationship, in which the other part is capable of respecting him in every moment, capable of expressing that respect in a way that it is perceptible by the client, and capable of giving him the return of expressed verbal and emotional messages.

The range that the conception of the person as centre achieved, in help relation tasks in general, and particularly in psychotherapy, ended up to be very significant and constitutes a kind of third road, in this last case, in the clinical ambit, together with psychoanalysis inspired in Freud and the cognitivesm / behavioursm practiced until then.

Let’s say that the idea of the human being as the centre of the therapist attention and perception, forms a point of balance between two extremes, in fact both alienating, as generally all extremes are.

The first one is the idea that Man is the centre of the Universe and that everything rotates around him, which stirred up some bitter tastes to Galileu Galilei’s mouth, in that time, although the same institution that was close to accusing him, rehabilitated him recently,

séculos depois da sua morte.

A doutrina humanista levada ao extremo defende uma espécie de divinização do homem que está bem presente na Antiguidade Clássica, tanto na mitologia grega como na romana, onde surge clara e inequivocamente a ideia de criar deuses à imagem e semelhança dos homens, projectando neles tanto as virtudes como as fraquezas e os vícios da condição humana.

O segundo extremo não é talvez tão facilmente teorizado ou pelo menos assumido, mas está bem presente na nossa civilização judaico-cristã. É o conceito do pecado e da culpa, por um lado, e o da insignificância do ser humano, da sua irrelevância, por outro lado, sendo olhado como uma espécie de acaso histórico e, segundo Darwin, como mero e circunstancial produto resultante da dinâmica da evolução das espécies. Seríamos assim uma espécie de grão de areia no Universo, sem qualquer importância nem notoriedade, açoiados pelos ventos da vida e do acaso, à espera da morte.

Ora, nem tanto ao mar nem tanto à terra.

Carl Rogers procurou encontrar dentro de si um ponto de equilíbrio entre estas duas concepções, um compromisso entre os dois pólos desta espécie de maniqueísmo filosófico de interpretação histórica, uma leitura própria de quem, tendo recebido uma rígida educação religiosa – Thorne (1994) chega a dizer que vê “dans Rogers e dans son oeuvre la réémergence d’une tradition spirituelle” (5) –, não deixou porém de a confrontar sincera e objectivamente com o estudo científico do meio envolvente, num primeiro momento, em que na quinta do seu pai se dedicou à observação da natureza e à experimentação agrícola, e depois com os meandros da alma humana e do comportamento das pessoas, tanto na universidade, durante o curso de Psicologia, como mais tarde, nos inícios da sua vida profissional.

Daí resultou uma concepção da pessoa humana que defendeu coerentemente até ao fim da sua vida, e na qual, segundo Rosenberg (1977), Rogers “explicita, personifica e advoga a colocação do homem inteiro em todos os seus comportamentos e em tudo que por ele é criado” (6).

Esta perspectiva, tendo despertado a atenção de muitos nos primeiros tempos, assim como a admiração de outros, tem sido fonte de inspiração em todo o mundo ao longo dos últimos sessenta anos.

De acordo com esta concepção, Rogers atribui ao ser humano condições de realização verdadeiramente estimulantes, capacidades, potencialidades e características extremamente positivas e justificadas por uma tendência inata para o progresso e o aperfeiçoamento

many centuries after his death.

The humanist doctrine, taken to the extreme, defends a kind of divinisation of man that is very present in the classical Antiquity, such as in the Greek mythology, from which appears clearly and unequivocally the idea of creating gods to the image and resemblance of men, projecting on them the virtues as well as the weaknesses and habits of the human condition.

The second extreme is not so easily theorized or at least assumed, but is very present in our Judaical-Christian civilization. It’s the concept of sin and guilt, in one hand, and the concept of the human being’s insignificance, and irrelevance, on the other hand being looked upon like a kind of historic casualty and, according to Darwin, as a mere and circumstantial product, resulting from the dynamics of the species development. We would then be a kind of grain of sand in the Universe, without any importance neither notoriety, smacked by the winds of life and casualties, waiting for death.

Carl Rogers tried to find inside himself a point of balance between these two conceptions, an appointment between both poles of this kind of philosophical manicheism of historic interpretation, a suitable reading of whom having received a strict religious education – Thorne(1994) says that he sees “dans Rogers e dans son oeuvre la réémergence d’une tradition spirituelle”(5) -, didn’t, however abstain to confront it sincerely and objectively with the scientific study of the involving environment in a first moment in which he dedicated himself to the observation of nature and to cultural experimentation in his father’s farm, and later on with the meanders of the human soul and of people’s behaviour, such as in university, during the course of Psychology, as later on, in the beginning of his professional life.

From this resulted a human person’s conception that he defended coherently until the end of his life, and upon which, according to Rosenberg(1977), Rogers “explicita, personifies and advocates the collocation of the whole man in all his behaviour and in everything created by him” (6).

Having this perspective awaken, in the beginning the attention oh many just as the admiration of others, it has been a source of inspiration in the whole world for the last sixty years.

According to this conception, Rogers attributes to the human being truly stimulating conditions of achievement capacities, potentialities and extremely positive characteristics, justified by an innate tendency for progress and improvement that he named “Ac-

a que chamou “Tendência Actualizante”, rejeitando assim uma visão altamente fatalista e negativa do homem, que é típica de outras abordagens, mas também fugindo à tentação de o “divinizar”, optando por um outro caminho mais equilibrado e sério, que é o da aceitação incondicional, da recusa da censura, da não-condenação, ao contrário do que é, afinal, a tentação apriorística e imediata dos humanos em geral.

Respondendo talvez aqueles que consideram Rogers um optimista excessivo, Rosenberg (1977) testemunha a respeito dele que, sendo “optimista em relação à humanidade, está longe de dizê-la virtuosa no sentido eclesiástico”(7).

Rogers entendeu que, antes de mais, o técnico de relação de ajuda deve procurar entender o cliente de acordo com o quadro de valores dele, já que essa é a única forma de conseguirmos entender uma pessoa, por mais estranho que possa parecer o seu discurso, a sua postura ou o seu comportamento social e interpessoal.

A conjugação destes dois factores – a aceitação incondicional do cliente, e a tentativa de o compreender à luz das suas próprias referências e valores – veio, por um lado, conferir ao cliente um ânimo excepcional e um acreditar nas suas próprias possibilidades, o que facilita a auto-estima, e dá sentido ao impulso de querer fazer o seu próprio percurso, caminhando ao seu ritmo e assumindo os seus riscos.

Por outro lado, dá ao cliente o peso da responsabilidade pelo seu próprio sucesso. Não lhe confere apenas o poder sobre si mesmo. Atribui-lhe de igual forma a responsabilidade sobre os seus actos, de maneira que o diálogo entre ambas as vertentes e o equilíbrio dinâmico entre estes dois factores potenciam inevitavelmente o crescimento do cliente como pessoa, tornando-o mais capaz de enfrentar futuras dificuldades, condicionantes ou bloqueios pessoais, conferem-lhe mais liberdade de se descobrir melhor a si próprio e, acima de tudo, dão-lhe condições para superar a sua incongruência ou desacordo interno, isto é, as diferenças entre aquilo que ele sente que é, e aquilo que gostaria de ser.

Segundo Nunes (1997) “o desfasamento ou não entre a realidade objectiva e a realidade subjectiva depende do tipo e da qualidade das experiências vividas pela pessoa (sentimentos, desejos, angústias), da sua conduta e do *feedback* dado pelos outros. O grau deste desfasamento é um dos factores importantes na indicação do seu estado de congruência ou incongruência” (8). E, ainda segundo a mesma autora, “é na medida em que aumenta o estado de incongruência que a pessoa se torna disfuncionante” (8).

tualizing Tendency”, rejecting therefore a highly fatalist and negative vision of man, that is typical of other approaches, but also running away from the temptation of “divinising him”, choosing another path more balanced and serious, which is the path of unconditional acceptance, of refusal of censure, of non-condemnation, which is after all, the immediate and aprioristic temptation of the humans, in general.

Answering to those that may consider Rogers an excessive optimist, Rosenberg (1977) witnesses about him, that being “optimist in relation to humanity, is far from saving it to be virtuous in the ecclesiastic sense” (7).

Rogers understood that, before anything else, the help relationship technician, must try to understand the client according to his frame of values, since it’s the only way of being able to understand a person no matter how strange his speech may seem, his posture, or his social and interpersonal behaviour.

The conjugation of these two factors - the client’s unconditional acceptance, and the attempt of understanding him according to his own references and values - in one way came to confer the client with an exceptional courage and believing in his own possibilities, which facilitates self-esteem, and gives reason to the impulse of wanting to make his own course, walking at his own rhythm and taking over his own risks.

On the other hand, it gives the client the weight of responsibility of his own success. It is not only conferred to him the power over himself. He is attributed in equal form the responsibility over his acts, in the manner that the dialogue between both parts and the dynamical balance between these two factors cause inevitably the growth of the client as a person, making him more capable of facing future difficulties, situations and personal blockings, gives him more freedom to discover himself better, and above all, gives him conditions to overcome his incongruence or internal disagreement, that is, the differences between what he feels he is, and what he would like to be.

According to Nunes (1997) “the melting away or not between the objective reality and the subjective reality depends on the type and quality of the experiences lived by the person (feeling, desires, anguishes), of his conduct and feedback given by others. The degree of this melting away is one of the important factors in the indication of his state of congruence or incongruence,” (8). And, still, according to the same authoress, “it is in the measure that the state of incongruence increases, that the person becomes disfunctional” (8).

A ser assim, e porque é a própria pessoa que tem uma consciência mais apurada sobre a sua realidade subjectiva e não o terapeuta – desde que disponha de um bom *insight* – será o cliente a ter que se mover no sentido de ir neutralizando esse grau de desfasamento a fim de adquirir uma maior congruência, um estado mais significativo de harmonia pessoal.

LIBERDADE: CONDIÇÃO ESSENCIAL

A condição de liberdade, liberdade para falar ou guardar silêncio, para sugerir, para expressar sentimentos de toda a espécie sem receios de censura ou acusação, numa palavra, **liberdade para ser**, é, na perspectiva da Abordagem Centrada na Pessoa, condição *sine qua non* para um processo bem sucedido de superação das dificuldades do cliente.

Os homens não foram feitos para ser escravos mas para ser livres, e quem se limita a fazer aquilo que os outros lhe mandam nem é livre nem se descobre a si mesmo, o que é talvez a maior das prisões.

Frankl (1962) defendeu que, apesar de tudo, apesar da apatia de muitos dos prisioneiros nos campos de concentração alemães durante a Segunda Guerra Mundial, “o homem pode preservar um vestígio de liberdade espiritual, de independência mental, mesmo em tão terríveis condições de tensão psíquica e física” (9).

De alguma maneira isto ajuda-nos a compreender como aquela tendência fácil para menosprezar ou não valorizar as capacidades e potencialidades do cliente – em especial quando ele se encontra incongruente, ansioso e num momento de dificuldades – pode fazer o técnico de relação de ajuda desrespeitar a pessoa que pede apoio, colocando-a à margem do caminho para a superação dos problemas que são dele.

Ora é esse exercício de julgamento que Rogers condena, na base de que o cliente tem sempre o direito de ser olhado pelo técnico através de um olhar incondicional positivo, o qual é vivenciado por ele como uma espécie de nota de crédito do ponto de vista emocional, permitido-lhe acreditar que, se é alvo de um olhar positivo do Outro é porque tem algum valor intrínseco, e se o técnico acredita nele, então também faz todo o sentido que ele acredite em si mesmo, e que se deva dar a si uma oportunidade.

Wood (1998) explica porque é que se pode e deve acreditar nas potencialidades do cliente. É que, segundo ele, “o organismo total é capaz de uma autocura que ultrapassa de longe a nossa compreensão actual” (10). Ou, dito de outra forma, a confiança na auto-direcção do seu cliente que o terapeuta centrado no cliente experimenta é facilitado por um olhar incondi-

Being so, and because it's the person that has a more refined conscience about his subjective reality and not the therapist - as long as he disposes a good insight - the client should be the one to move himself in order to neutralize that degree of melting away in order to acquire a greater congruence, a more significative state of personal harmony.

FREEDOM: ESSENTIAL CONDITION

The condition of freedom, freedom to talk or keep silence, to suggest, to express all kinds of feelings without fear of censure or accusation, in one word, **freedom to be**, is, in the perspective of Person Centered Approach, *sine qua non* condition for a well succeeded process of overcoming the client's difficulties.

Men were not made to be slaves, but to be free, and, whoever limits himself to do what he is ordered, is neither free, neither does he discover himself, which is perhaps the greatest of all prisons.

Frankl (1962) defended that, in spite of everything, in spite of the apathy of many of the prisoners in german concentration camps during the Second World War, “man can preserve a vestige of spiritual freedom, of mental independence, even in such horrid conditions of psychic and physical tension” (9).

In some way this helps us to understand how our easy tendency to despise or not valorise the client's capacities and potentialities – especially when he finds himself incongruent, anxious and in moment of difficulties – can make the help relationship technician disrespect the person who asks for support, putting him aside on the road to overcome his own problems.

Well, it's that exercise of judgement that Rogers condemns, on the basis, that the client has always the right to be looked upon by us with an unconditional positive regard, which is lived by him like a sort of credit mark in the emotional point of view, allowing him to believe that, if he is a target of a positive look by the Other, is because he has some intrinsic value, and if the technician believes him, then it also makes sense that he believes in himself, and that he should give himself an opportunity.

Wood (1998) explains why we can and should believe in the client's potentialities. According to him, “the total organism is capable of a self-healing that surpasses from far our present comprehension” (10). Or, said in another way, the confidence in the client's self-direction that the client centered therapist experiments, is facilitated by a unconditional positive re-

cional positivo, o qual é, segundo Hipólito (1991) “um cuidado, uma consideração, uma aceitação do cliente e do seu discurso, sem juízos de valor, facilitadora da automatização do Outro, e permitindo-lhe criar e dirigir a sua própria experiência na resolução ou não-resolução dos seus conflitos” (11).

O julgamento, a manipulação, os juízos de valor, quer sejam óbvios ou dissimulados, condicionam o cliente retirando-lhe a sua liberdade, e obstruindo um caminho possível que ele poderia muito bem construir pessoalmente, dando expressão e espaço à Tendência Actualizante que, segundo Rogers, está inevitavelmente presente na sua natureza, e tornam-no dependente do terapeuta, limitando assim seriamente o seu processo de crescimento como pessoa.

Brodley (1998) explica que “a tendência actualizante manifesta-se através da capacidade dos humanos de ter consciência de si próprios e de efectuar escolhas conscientes” (12). Ora isso diz bem da necessidade de preservar a liberdade do cliente, de lhe dar margem de decisão, de lhe conceder espaço, pois ninguém pode fazer escolhas realmente válidas e significativas, verdadeiras escolhas, se não dispuser de liberdade para tal, o que significa que, só pode “escolher bem” quem tem liberdade para “escolher mal”.

Por outro lado, Brodley (1998) acrescenta ainda que, mercê da Tendência Actualizante, “a pessoa evolui instintivamente em direcção à sua autoregulação e afasta-se, automaticamente, de situações em que tende a ser controlada (13). Ou seja, qualquer espécie de tentativa de controle, tentada ou consumada por parte do terapeuta, tende a afastar o cliente da relação de ajuda, com todas as consequências negativas que acarreta para o processo terapêutico ou de ajuda.

Para além do mais, e segundo Lino (1998) “do ponto de vista da Abordagem Centrada na Pessoa o mais importante não é o problema, ou mesmo a sua causa, mas sim a maneira como a pessoa o vivencia” (14), o que significa que, nesta perspectiva, o experienciar do cliente será sempre fundamental para que o processo de cura seja eficaz. E para isso é necessário que a pessoa se mova em plena liberdade, enquadrado pela presença, aceitação incondicional e compreensão empática do terapeuta, dele recebendo, a seu tempo, o correcto retorno dos sentimentos e das ideias expressas.

O homem constrói-se na liberdade e para a liberdade. É por isso que a Abordagem Centrada na Pessoa propõe uma via de liberdade responsável, a fim de responder aos anseios mais profundos do coração humano.

guard which is, according to Hipólito (1991) “a care, a consideration, an acceptance of the client and his speech, without judgements of value, facilitator of the Other’s automation, and allowing him to create and manage his own experience in the resolution or non-resolution of his conflicts” (11).

The judgement, the manipulation, judgement of values, whether they may be obvious or dissimulated, influence the client, taking back his freedom, and obstructing a possible path that he could very well built personally, giving expression and space to the Actualizing Tendency that, according to Rogers, is inevitably present in his nature and make him dependent on the therapist, therefore limiting seriously his process of growth as a person.

Brodley (1998) explains that “the Actualizing Tendency manifests itself through the human’s capacity of being conscious of themselves and to make conscious choices” (12). Therefore this shows well the necessity of preserving the client’s freedom, of giving him a margin of decision, of conceding him space, because nobody can really make valid and significative choices, genuine choices, if he doesn’t have the freedom to do it, which means that, the person can only “choose well” if he has the freedom to “choose wrong”.

On the other hand, Brodley (1998) still adds that, in benefit of Actualizing Tendency, “the person instinctively develops towards his self regulation, and keeps automatically away from situations in which he is controlled (13). In other words, any kind of attempt of control, tried or accomplished on behalf of the therapist, drives away the client from the help relationship, with all the negative consequences that he brings into the therapeutic or help process.

Beyond all this, and according to Lino (1998) “from the point of view of the Person Centered Approach the most important is not the problem or even it’s cause, but the way the person lives it” (14), which means that, in this perspective, the experiencing of the client will always be fundamental so that the process of cure may be effective. For that, it is necessary that the person moves in absolute freedom, framed by presence, unconditional acceptance, and empathic understanding by the therapist, receiving from him, in due time, the correct return of his feelings and expressed ideas.

Man is built up in freedom and for freedom. That is why the Person Centered Approach proposes a way of responsible freedom, in order to respond to the deepest desires of the human heart.

CARL ROGERS E O IMPACTO DA SUA OBRA

O próprio Rogers surpreendia-se com o alcance e o impacto da Abordagem Centrada na Pessoa, num artigo que escreveu, em jeito de balanço, e que foi publicado em 1974:

“Creio que a principal componente da minha reacção, quando examino retrospectivamente a minha obra e a recepção que teve, é a *surpresa*” (15).

Com efeito, ou Rogers não teve consciência, ao longo do seu percurso, do impacto e da “provocação” que as suas propostas implicavam, o que é pouco provável, ou estaria a referir-se a uma certa surpresa pessoal pelo alcance que a sua obra teve em todo o mundo, em diferentes esferas das relações sociais e humanas, a ponto de o seu nome ter sido posteriormente proposto para Prémio Nobel da Paz, no ano de 1987, a propósito do notório trabalho que desenvolveu no campo político-diplomático, no sentido da supressão de tensões interétnicas, intergrupais e internacionais em lugares tão díspares como, por exemplo, “na Irlanda do Norte, na África do Sul, na Polónia e na Rússia” (16), além de outros focos de conflito.

O que é facto é que a Abordagem Centrada na Pessoa trouxe um novo olhar sobre a psicoterapia, a compreensão transcultural, a educação, as relações familiares e de trabalho, a resolução de conflitos, o aconselhamento nas suas mais diversas vertentes, e o funcionamento dos grupos. Ou, como diz John Wood, trouxe uma nova abordagem (17), a qual, em nossa modesta opinião, realça o que de mais positivo e construtivo existe no ser humano, e que vale bem a pena fazer sobressair.

Como diria Pessoa: “tudo vale a pena se a alma não é pequena”.

Não sei se Carl Rogers e Fernando Pessoa alguma vez ouviram falar um do outro. Provavelmente não, mas Rogers sabia bem que a alma humana não tem nada de pequeno. Pelo contrário, ele tinha a percepção bastante nítida da sua grandeza.

E nisso, pelo menos, podemos pensar que concerteza ambos estariam de acordo.

CARL ROGERS AND THE IMPACT OF HIS WORK

Rogers himself was surprised with the range and impact of the Person Centered Approach, in an article he wrote, in balance form, and that was published in 1974:

“I believe that the main component of my reaction, when I examine retrospectively my work and the reception it had, is the *surprise*” (15).

Indeed, or Rogers did not have the perfect consciousness, during his course, of the impact and the “provocation” that his proposals implicated, which is less probable, or he would be referring himself to a certain personal surprise by the range his work had in the whole world, in different spheres of social and human relations, at the point that his name was posteriorly proposed for the Nobel Peace Award, in the year of 1987, in reference to the notorious work he developed in the diplomatic-political field, in the sense of the suppression, of interethnic, intergroupal and international tensions in such unlike places like, for example, “in North Ireland, in South Africa, in Poland and in Russia” (16) besides other conflict focuses.

The fact is that the Person Centered Approach brought a new look upon psychotherapy, transcultural comprehension, education, family and work relations, resolution of conflicts, counselling in the most diverse parts, and functioning of groups. Or, how John Wood says, brought a new approach (17), which in our modest opinion, raises up what most positive and constructive exists in the human being and which is very worthwhile to make it show up.

As Pessoa would say: “Everything is worthwhile if the soul isn’t small”.

I don’t know if Carl Rogers and Fernando Pessoa ever heard about each other. Probably not, but Rogers knew well that the human soul has nothing of small. On the contrary, he had a very clear perception of his greatness.

At least, on that, we can think that both would be surely in agreement.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1) Wood, J. (1998): Abordagem Centrada na Pessoa. In *A Pessoa como Centro – revista de estudos rogerianos*, nº. 1. Lisboa: Ed. APPCPC, pp. 13-29.
- 2) Rosenberg, R.; Rogers, C. (1977): *A Pessoa como Centro*. S. Paulo: ed. EPU, p. 6.
- 3) Kinget, G.; Rogers, C. (1977): *Psicoterapia & Relações Humanas*, Vol. 1. Belo Horizonte: ed. Interlivros, p. 28.
- 4) Wood, J. (1994): A Complexidade do Cliente. In *Abordagem Centrada na Pessoa*. Vitória: Ed. F. A. A. C., p. 218.
- 5) Thorne, B. (1994): *Comprender Carl Rogers*. Toulouse: Ed. Privat, p. 8.
- 6) Rosenberg, R.; Rogers, C. (1977): *A Pessoa como Centro*. S. Paulo: Ed. EPU, p. 2.
- 7) Idem, p. 9.
- 8) Nunes, O. (1997): *Valores e Reorganização do Self*. Lisboa: Ed. ISPA, pp. 49-50.
- 9) Frankl, V. (1962): *Man's Search for Meaning*. Boston: Ed. Beacon Press, p. 65.
- 10) Wood, J. (1998): Abordagem Centrada na Pessoa. In *A Pessoa como Centro: revista de estudos rogerianos*, nº. 1. Lisboa: APPCPC, p. 26.
- 11) Hipólito, J. (1991): Psicoterapia: processo autónomo ou de ligação? Comunicação no IV Encontro das Taipas. Lisboa.
- 12) Brodley, B. (1998): O Conceito de Tendência Actualizante na Terapia Centrada no Cliente. In *A Pessoa como Centro: revista de estudos rogerianos*, nº. 2. Lisboa: APPCPC, p. 43.
- 13) Idem, p. 39.
- 14) Lino, B. (1998): Os Desafios do Counselling Pastoral. In *A Pessoa como Centro: revista de estudos rogerianos*, nº. 2. Lisboa: APPCPC, p. 35.
- 15) Rosenberg, R.; Rogers, C. (1977): *A Pessoa como Centro*. S. Paulo: ed. EPU, p. 30.
- 16) Thorne, B. (1994): *Comprender Carl Rogers*. Toulouse: Ed. Privat, p. 34.
- 17) Wood, J. (1998): Abordagem Centrada na Pessoa. In *A Pessoa como Centro: revista de estudos rogerianos*, nº. 1. Lisboa: APPCPC, p. 20.

