

PSICOTERAPIA CONJUGAL NA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA: PANORAMA E REFLEXÕES



Vera Lucia Pereira Alves

Resumo: Este artigo, que visa traçar um panorama e tecer algumas reflexões acerca da psicoterapia conjugal na Abordagem Centrada na Pessoa apresenta, numa primeira parte, o resultado de uma revisão bibliográfica que compreendeu textos de 1960 a 2002 relacionados não só com a psicoterapia conjugal, mas também com a psicoterapia familiar. Na segunda parte, encontram-se alguns questionamentos e reflexões surgidos desse panorama. Finalmente, na terceira parte, a autora apresenta a sua própria forma de actuar em psicoterapia conjugal segundo os princípios da Abordagem Centrada na Pessoa, bem como aponta para a necessidade de outros estudos tanto acerca da compreensão do grupo familiar, como da diferenciação entre psicoterapia familiar e psicoterapia conjugal.

Palavras-Chave: psicoterapia conjugal, psicoterapia familiar e Abordagem Centrada na Pessoa

Abstract: The objective of this article is to make some considerations and reflections about the Marital Psychotherapy in the Person-Centered Approach. In the first part there is the bibliographic review of texts from 1960 to 2002, related not only to the marital psychotherapy, but also to the family psychotherapy. In the second part there are some questions and reflections, which were thought, based on the previous considerations. In the third part, the author states her own way of working with marital psychotherapy, according to the principles of the Person Centered Approach, and she also claims the need of other studies, not only about the understanding of the family group, but also to differ family psychotherapy and marital psychotherapy.

Key-Words: marital psychotherapy, family psychotherapy, person-centered approach.

INTRODUÇÃO

A psicoterapia conjugal, realizada segundo os princípios da Abordagem Centrada na Pessoa, é uma actividade que me interessa já há muitos anos. Tanto assim, que para a obtenção do título de Mestre, realizei uma pesquisa sobre o movimento de mudança em quatro processos de psicoterapia conjugal, realizados segundo os princípios desta abordagem (Alves, 1997). No decorrer desta pesquisa procedi a um levantamento bibliográfico, mapeando toda a produção da Abordagem Centrada na Pessoa relacionada com o atendimento de casais e/ou famílias, que compreendeu artigos escritos desde a década de 1960 até ao ano de 1995. O objectivo era tomar conhecimento da forma como essa actividade era desempenhada entre os profissionais da Abordagem Centrada na Pessoa para, assim, poder contextualizar tal dissertação.

Como este interesse não cessou aí, passados 7 anos, resolvi refazer esta revisão bibliográfica (completando-a com a produção de 1995 até 2002), mapeando, assim, a prática da psicoterapia conjugal (familiar) na Abordagem Centrada na Pessoa, nestas últimas décadas. Tal mapeamento deu origem a um texto inicial que contempla as minhas reflexões e a minha forma de actuação, que levei para o XI Encontro Latino-americano da Abordagem Centrada na Pessoa¹, com o objetivo de reflectir com os colegas acerca das nossas práticas de psicoterapia conjugal.

O presente artigo é, portanto, um texto mais elaborado, fruto destas revisões, discussões e conclusões, às quais cheguei após tal mapeamento². Embora o meu interesse específico seja a psicoterapia conjugal, adentro aqui à prática e à teoria da psicoterapia familiar, apenas porque toda a produção de psicoterapia conjugal (qualquer que seja o referencial teórico) se encontra registada em periódicos, capítulos e livros relacionados com a psicoterapia familiar, tornando-se quase uma sub-área da psicoterapia familiar. Este mesmo fenómeno ocorre com a produção científica específica da Abordagem Centrada na Pessoa³.

Com o material obtido nestes dois levantamentos bibliográficos, foi possível traçar um panorama que abrange artigos, capítulos e livros dos seguintes autores: Ferdinand Van Der Veen, Nathaniel Raskin, Thomas Gordon, Ronald Levant, Ned Gaylin, Wayne Anderson, David Cain, Jerold Bozarth, Ann Shanks, Char-

les O'Leary, Margaret Warner, Louise e Bernard Guerny, Maryhelen Snyder, Godfrey Barrett-Lennard, David Bott, Harlene Anderson e Jane e Robert Karlsberg.

Na primeira parte deste artigo, apresento um panorama geral dos trabalhos na área de atendimento familiar/conjugal realizados por profissionais ligados à Abordagem Centrada na Pessoa.

Num segundo momento, teço alguns questionamentos acerca do significado das propostas de trabalhos arrolados na primeira parte. Essa segunda etapa constitui-se mais em pontos de reflexão do que qualquer tentativa de resposta às questões levantadas.

Na terceira parte, há um breve relato sobre a minha forma de trabalho, numa tentativa de justificar/explicitar os questionamentos colocados.

I - PANORAMA GERAL DOS TRABALHOS NA ÁREA DE ATENDIMENTO FAMILIAR/CONJUGAL NA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

O recente artigo de Gurman e Fraenkel (2002) revê a história da psicoterapia conjugal no milénio, considerando-a como uma psicoterapia de longa história, mas de curta tradição.

No âmbito da Abordagem Centrada na Pessoa, essa tradição parece ser ainda menor. Já na década de 80, Levant (1984), Anderson (1989 b) e Cain (1989) diziam serem as psicoterapias conjugal e familiar pouco exploradas (conclusão a que também cheguei na dissertação citada). No entanto, hoje, a produção desta área na Abordagem Centrada na Pessoa é, provavelmente, maior que a encontrada sob forma de publicação indexada.

O material obtido nesses levantamentos bibliográficos apontou para práticas e concepções de atendimento bem diversificadas, mas que podem ser divididas em três conjuntos, identificados pelo que têm de mais enfático nas suas propostas de actuação:

Há um grupo de artigos que regista atendimentos à família e/ou casais, cuja ênfase de trabalho passa por uma proposta educativa. Um outro conjunto de textos relata trabalhos de psicoterapia realizados por profissionais da Abordagem Centrada na Pessoa, que agregam às suas práticas aspectos de outras abordagens. E, por fim, um grupo que se refere a trabalhos cujos autores se preocupam em traduzir, para o atendi-

¹ Realizado na cidade de Socorro – SP, Brasil, em outubro de 2002.

² Gostaria de agradecer aqui, a todos os colegas presentes no Encontro Latino que contribuíram com comentários na circunstância da apresentação de algumas ideias deste artigo. Gostaria de agradecer, igualmente, à leitura e aos apontamentos feitos por Paulo Porto.

³ Portanto, o levantamento bibliográfico a que procedi deu-se entre estas duas áreas de actuação.

mento de famílias, os princípios já estabelecidos para o atendimento individual realizado na Abordagem Centrada na Pessoa.

Trabalhos com Proposta Educativa

Os trabalhos agrupados aqui, como reflectores de uma prática educativa, propõem-na tanto sob a forma de programas de formação de pais e casais, como sob a forma de uma postura educativa inserida na prática psicoterapêutica. Ambas as actividades se fundamentam no papel de educador, assumido pelo terapeuta, no caso da psicoterapia ou pelo facilitador, no caso dos programas de formação.

Formação e psicoterapia são termos utilizados pelos autores deste grupo de forma indiscriminada. Os programas de formação que propõem constituem-se no ensino aos membros da família de atitudes de empatia, aceitação incondicional positiva e congruência. Têm por objectivo ensinar os formandos a lidar com as suas dificuldades e a aprimorar as suas relações interpessoais. São práticas que têm por método a observância e utilização das atitudes de empatia, congruência e aceitação positiva incondicional, as mesmas que formam o conteúdo ensinado.

Gordon (1970), com o seu Treino de Eficácia Parental (“PET - Parent Effectiveness Training”) procura modificar o comportamento dos pais, a fim de melhorar os seus relacionamentos com os filhos, ensinando-lhes as atitudes da Abordagem Centrada na Pessoa. Para ele, a nossa sociedade tem-se mostrado incapaz de criar crianças emocionalmente saudáveis: “os pais não estão treinados para a paternidade” (p. 407).

Os Guerneys (1989) ensinam pais de crianças com problemas a serem ludoterapeutas (atividade nomeada por terapia filial), assim como ensinam um conjunto de nove habilidades e atitudes em terapia conjugal e familiar, cujo objectivo é também o aprimoramento das relações (“Relationship Enhancement Programs”). Num artigo de 1984, Guerny justifica a sua postura dizendo fazer uso correcto da Abordagem Centrada na Pessoa - mesmo tendo em mente objectivos específicos para com os clientes - por considerar este um procedimento que, embora não faça parte da tradição da Abordagem Centrada na Pessoa, não é contraditório, pois a sua meta específica para com os clientes é sempre discutida com eles, abertamente.

Snyder (1989) ensina casais a serem centrados na pessoa, em programas de Aprimoramento de Relações (“RE programs - Relationship Enhancement Programs”), com o objectivo de “capacitar um casal a comprometer-se na prática do diálogo e experienciar um ambiente de compaixão e segurança no relacionamen-

to”. (p.380).

O casal Karlsberg (1994) relata também o uso de uma postura educativa no trabalho com casais, mostrando o lugar central que ela ocupa nas suas condutas psicoterapêuticas, que compreendem:

1. o estabelecimento de um ambiente seguro para a abertura emocional,
2. a ajuda a cada cônjuge para se tornar empaticamente receptivo, instruindo-os na capacidade de escuta e no compartilhar das experiências mútuas,
3. o ensino aos cônjuges de uma comunicação emocionalmente aberta que não desconsidere os sentimentos do parceiro.

Estes autores dizem ter percebido que “os casais precisam de aprender novas formas de responder um ao outro, a fim de que não haja o retorno de padrões destrutivos” (p.136), assim, ensinam os casais a serem empáticos tanto ao receber quanto ao emitir informações emocionais. Justificam esta postura educativa pela compreensão de empatia e revelam tê-la obtido a partir da colocação de Rogers de que esta não é uma capacidade com que se nasce, mas sim uma capacidade que pode ser aprendida.

Para Levant (1983), todo esse movimento seria decorrente:

1. do facto de que as chamadas condições facilitadoras foram adquirindo grande importância na medida em que surgiam os bons resultados da psicoterapia. Assim, grande número de psicólogos passou a envolver-se com programas de formação para relacionamentos interpessoais e as condições facilitadoras passaram, então, a ser reconhecidas como capacidades, e;
2. da influência dos movimentos comunitários de saúde e da conseqüente procura por não profissionais no âmbito do trabalho na área de assistência pública à saúde.

Este autor menciona, rapidamente, (1983) que este facto se deu não só com a Abordagem Centrada na Pessoa, mas também com o referencial Behaviorista. Segundo ele, seriam esses dois enfoques teóricos que entram no campo de actuação da prática clínica familiar e que, rapidamente, se voltam para práticas educativas.

Este ponto de vista é corroborado por Gurman e Fraenkel (2002), no seu histórico de psicoterapia conjugal, quando localizam as formações como parte de programas de prevenção em saúde mental. É nesse ponto do histórico que fazem a única menção à Abordagem Centrada na Pessoa, não por inseri-la como um dos enfoques teóricos desta área de actuação, mas

por acrescentar o trabalho de Guerney entre os referidos aos programas educativos. Mencionam novamente a Abordagem Centrada na Pessoa, sem contudo apresentar uma discussão, quando citam estudos que abarcariam a efectividade ou não do ensino de atitudes “rogerianas” (como citado por eles) para o bem estar conjugal e familiar.

Acerca da preocupação com esta efectividade, encontrou-se o artigo de Hines e Hummel (1988), sobre um estudo em que examinaram três métodos de formação da capacidade de empatia para casais, avaliando-os segundo os resultados obtidos nas variáveis de: 1) capacidade de empatia; 2) empatia percebida pelo cônjuge e 3) satisfação conjugal do casal.

Os três métodos de formação não produziram efeitos quanto às duas últimas variáveis. Resultado este que é discutido pelos autores, em consonância com as características específicas das formações, como por exemplo, se estes deram ênfase ou não ao uso da empatia. Entretanto, eles também levantam como hipótese explicativa, o facto das capacidades aprendidas na formação poderem, porventura, não ter sido utilizadas fora dela. Este é um dado a que não tiveram acesso neste estudo e, por considerá-lo importante, sugerem novos estudos que possam avaliar se e como as capacidades ensinadas acabam por se incorporar na vida do casal, para além destes ambientes de formação.

Trabalhos que Agregam Aspectos de Outros Referenciais à Abordagem Centrada na Pessoa

São actuações clínicas, cujos autores relatam utilizar os princípios da Abordagem Centrada na Pessoa em associação a outros aspectos, especificamente, a Teoria Sistémica⁴.

O’Leary (1989), na realização da psicoterapia familiar, considera que os terapeutas centrados na pessoa necessitam de ir além das atitudes facilitadoras, integrando-as num papel terapêutico mais activo, ao qual, segundo ele, muitos terapeutas familiares se sentem compelidos. Para exemplificar essa sua posição, relata no artigo como coloca em prática as atitudes terapêuticas da Abordagem Centrada na Pessoa. Neste texto, ele concorda que as mesmas atitudes da psicoterapia individual sejam utilizadas na psicoterapia familiar, desde que presentificadas de forma diferenciada. Por exemplo, a aceitação positiva incondicional dirigida a cada um dos membros da família, resultando na per-

cepção de que nenhum deles é superior ao outro, seria manifestada de forma “mais activa”. Com relação à empatia, ele diz que os terapeutas podem demonstrá-la sob a forma, por exemplo, de solicitação de exercícios para serem feitos em casa pela família.

Warner (1989) mistura no seu atendimento familiar os princípios tanto da Abordagem Centrada na Pessoa quanto da Teoria Sistémica, numa tentativa de que o terapeuta familiar não permaneça num “nível superficial de compreensão” (p. 340). Essa “superficialidade” poderia ter conseqüências no trabalho de um profissional da Abordagem Centrada na Pessoa ao desconsiderar a comunicação estratégica que há dentro de uma família. Tal forma de comunicação - definida como a discrepância entre o que as pessoas dizem/fazem e o que elas realmente querem dizer/fazer - faz surgir aspectos que, segundo Warner, o referencial centrado na pessoa não abarcaria: “um terapeuta centrado no cliente, pode permanecer num nível superficial de compreensão das famílias estratégicas se ele considerar as declarações [estratégicas] dos membros da família como tendo valor”. (p. 340).

Esta autora argumenta que, “embora possa ser mais intrusivo que outras formas de terapia centrada no cliente, esta forma de actuação detém um intenso respeito pela autonomia e pelo potencial de auto-atualização dos membros da família” (p. 341).

Snyder, autora já citada anteriormente pela sua proposta educativa, acredita não ser suficiente a utilização “apenas” da Abordagem Centrada na Pessoa, justificando a adopção de uma visão Sistémica, por terem ambas como referenciais estruturas democráticas de actuação: “O modelo de aprimoramento de relacionamentos da terapia familiar/conjugal oferece uma possibilidade de integrar critérios rogerianos para uma terapia efectiva com contribuições feitas por teóricos sistémicos, como Bateson” (p.358).

A postura profissional desses autores é fruto de uma concepção Sistémica de família, que se desenvolveu a partir da Teoria Geral dos Sistemas de Von Bertalanffy e da Cibernética.

Gregory Bateson – biólogo e antropólogo, introdutor dos conceitos da cibernética na psicoterapia familiar nos anos 50, em Palo Alto, Califórnia – considera que:

“... a família desenvolvia formas básicas de interação, sequências padronizadas de comportamentos, com carácter repetitivo garantidor da

⁴ A Teoria Sistémica, a que os autores se referem, é apenas brevemente apresentada aqui – mais à frente - sem se adentrar na distinção entre primeira e segunda ordem desta teoria, uma vez que, o objetivo deste artigo não é o detalhamento do enfoque que se adiciona à Abordagem Centrada na Pessoa, mas sim, discutir e refletir sobre esta adição.

organização familiar, que eram governadas por regras que não precisavam necessariamente de ser verbalizadas, mas que podiam ser percebidas pela observação dos tipos de transações familiares. O equilíbrio ou estabilidade do sistema familiar não seria considerado indício de saúde, uma vez que a família poderia estar se equilibrando em torno de padrões disfuncionais, como, por exemplo, a manutenção rígida das regras do sistema familiar.

A psicoterapia, praticada dentro deste enfoque, valorizava a mudança no sistema familiar pela reorganização da comunicação entre seus membros". (In Alves, 1997, p. 14 e 15).

Assim, ao que parece, há realmente uma dificuldade, para os profissionais que compartilham dessa concepção de família, em confiar nos princípios da Abordagem Centrada na Pessoa não só como necessários mas, também, como suficientes para uma prática eficaz da psicoterapia familiar.

Trabalhos que Traduzem os Princípios da Psicoterapia Individual para o Atendimento Familiar na Abordagem Centrada na Pessoa

Diferente do grupo anterior que não acredita na suficiência das condições da Abordagem Centrada na Pessoa, os autores deste grupo preocupam-se em transpor para o grupo familiar os princípios de atendimento individual dessa abordagem.

Tal transposição é, detalhadamente, explicitada por Gaylin, num dos capítulos do seu livro (2001), em que apresenta uma adaptação das "Condições Necessárias e Suficientes para a Mudança Terapêutica de Personalidade", descritas por Rogers, à psicoterapia do grupo familiar. Esse autor entende que as atitudes de empatia, congruência e aceitação positiva incondicional que o terapeuta deve manter para com os membros da família, devem ser expressas da mesma forma que na terapia individual. O grande diferencial estaria localizado no facto de que, nestes atendimentos, todas as atitudes seriam mantidas, simultaneamente, para um maior número de pessoas, o que tornaria o papel do terapeuta mais complexo, sendo-lhe mais difícil atingi-las e mantê-las para com todos os membros da família.

O contacto psicológico entre terapeuta e clientes seria dificultado pelo maior número simultâneo de pessoas. A postura do terapeuta apenas seria mais facilmente percebida na psicoterapia familiar se, segundo ele, algum dos membros da família notasse o terapeuta como cuidadoso e compreensivo. Embora frise que, quanto mais as suas atitudes forem percebidas por

todos os membros da família, mais capaz será o terapeuta de facilitar o processo psicoterapêutico.

Quanto à resposta terapêutica, Gaylin diz que, na psicoterapia familiar, não a utiliza somente para cada um dos membros presentes, mas também para trabalhar a interação entre estas pessoas. Essa resposta recebeu de Gaylin o nome de "reformulação do interespaço" ("interespace reflexion"): "Embora, certamente, o reflexo do interespaço seja feito para compartilhar sentidos ou argumentos interpessoais entre os membros da família, ele também é utilizado quando existe uma incongruência interpessoal". (2001, pg. 118).

Num artigo de 1990, Gaylin aponta para o aspecto "resultado" que as atitudes promovem na interação familiar. Ao perceberem que o terapeuta demonstra empatia e aceitação por todos eles com as suas diferenças específicas e até contraditórias, sem apontar julgamentos de valor, estas pessoas passam a desenvolver também, entre elas, estas atitudes, assimilando que as suas relações são muito mais permeadas por diferenças de percepção do que pela existência do certo e errado. Ao perceberem a autenticidade do terapeuta para com eles, passam a experimentá-la também entre si, como se a postura do terapeuta fosse usada como 'modelo' para as suas novas relações.

Toda esta correlação feita por Gaylin, entre terapia familiar e individual na Abordagem Centrada na Pessoa, parece também explicitada por Anderson (1989 b), ao apontar como grande factor de distinção entre elas o "constante interjogo de congruência, aceitação e empatia do terapeuta tanto para o sentido pessoal, subjetivo, quanto para com o sentido interpessoal, na família". (p.246).

Mearns (1994), autor citado por Boot (2001), e seguidor dos princípios da Abordagem Centrada na Pessoa, considera que a psicoterapia conjugal se constitui no atendimento de cada um dos cônjuges, simultaneamente, e na presença do outro. Isto é, atende-se o casal que está presente na sessão, mas o enfoque das respostas terapêuticas é voltado para cada um deles como numa psicoterapia individual: o atendimento de um cônjuge na frente do outro.

Localizam-se ainda, neste grupo, artigos em que se pode constatar essa transposição da psicoterapia individual para a familiar, motivada muito mais pela tentativa de obter uma compreensão do grupo familiar e do seu funcionamento, segundo os princípios da Abordagem Centrada na Pessoa, do que pela explicitação de uma prática psicoterapêutica propriamente dita.

O artigo de Van Der Veen (et al., 1964) apresenta uma leitura do funcionamento do grupo familiar consi-

derando o ajustamento da família como decorrente, em parte, do conceito que os seus membros têm dela. Para ele, os dois aspectos vitais, tanto da convivência como do tratamento familiar, são: o significado da unidade familiar para o bem-estar do indivíduo e a percepção da unidade familiar por cada um dos seus membros.

O seu conceito de família, foi definido como a imagem, sentimentos, atitudes e expectativas que todos têm acerca das suas famílias, do que elas são e de como gostariam que fossem.

Tal concepção possui, ainda, três características importantes: o poder de influenciar o comportamento da pessoa tanto dentro como fora dela; o facto de estar sujeito a uma avaliação própria ou por parte de outros e o facto de ser um conceito fluído e mutável.

Observa-se, assim, como essa compreensão do grupo familiar é análoga à compreensão de indivíduo dentro do referencial da Abordagem Centrada na Pessoa, assemelhando-se este conceito ao de 'self', definido por Rogers (1992) como uma estrutura que implica a consciência de ser e de funcionar, formada mediante a interacção avaliatória com os outros, e constituída num padrão organizado, fluído e coerente de características percebidas em relação ao eu.

Também em correspondência com os pressupostos da Abordagem Centrada na Pessoa, Bozarth & Shanks (1989) mostram compreender o grupo familiar como um "sistema vivo que tem a capacidade inerente de se mover em direcção ao crescimento" (p. 282). Eles adaptam as suas duas crenças desse enfoque ao contexto da família, para com os indivíduos: a) Os indivíduos buscam atingir e manter o seu crescimento dentro da família (tendência actualizante), e b) O sistema familiar busca naturalmente manter e aprimorar o seu potencial de saúde (tendência formativa).

II – REFLEXÕES ACERCA DESTE PANORAMA

Ao finalizar este mapeamento surgem algumas reflexões acerca do significado que essas actuações têm tanto para o ambiente da Abordagem Centrada na Pessoa como para a área de atendimento familiar e conjugal. Cain (1989), no número do "Person Centered-Review" dedicado exclusivamente à Abordagem Centrada na Pessoa com famílias, justificou a falta de progresso na área, apontando quatro aspectos: 1) A descrença dos psicoterapeutas da Abordagem Centrada na Pessoa na eficácia da psicoterapia com famílias como a da psicoterapia individual, 2) a falta de teoria

para a compreensão do grupo familiar, 3) o amor a Rogers pelos seus seguidores não os permitiria ir além do que ele pensou e, assim, evoluir nos seus conceitos e práticas, e 4) a difícil tarefa de traduzir crenças, atitudes e valores da Abordagem Centrada na Pessoa em comportamentos terapêuticos eficazes.

Este artigo não permite que se avalie se o amor dos seguidores a Carl Rogers é assim tão impeditivo para uma produção tanto teórica quanto prática, e tampouco seria possível aqui compreender se a Abordagem Centrada na Pessoa é um enfoque difícil de ser colocado em prática. Entretanto, com certeza, pode-se reflectir com maior profundidade acerca dos dois primeiros tópicos levantados por ele, e que também se encontram evidenciados nesta revisão bibliográfica.

A área de atendimento familiar na Abordagem Centrada na Pessoa parece ter percorrido um caminho de crença e descrença quanto à suficiência dos seus princípios norteadores para o atendimento familiar. Estas condições, cerne da Abordagem Centrada na Pessoa, podem apenas ser mantidas no âmbito individual? Acredito que a crença e a descrença sejam decorrentes da leitura e compreensão que os profissionais fazem da teoria de Carl Rogers. Por exemplo, Anderson (2001) compreende que Rogers focalizou no seu trabalho apenas o indivíduo: "não trabalhou, nem escreveu sobre casais ou famílias" (p. 358). Assim, esta autora diz ter interpretado as palavras de Rogers como uma crença dele na dificuldade em estar presente, "ter o foco necessário e atingir o tipo de relacionamento e subsequente mudança de personalidade que ele almejava, quando há várias pessoas na sala" (p. 358). Cabe ressaltar que Rogers trabalhou com grupos e também escreveu um livro sobre casais⁵.

Ao grupo de profissionais que necessita de agregar outros recursos à sua prática de atendimento familiar, ou que necessita de ser mais activo, caberia questionar como se organiza esta necessidade mediante o acompanhamento de outros pressupostos da Abordagem Centrada na Pessoa que têm por base a crença na tendência actualizante, no facto de que os clientes(s) têm dentro de si vastos recursos para lidar com os seus problemas?

Os autores que trabalham com famílias e casais também mostram o seu trabalho como apoiado na Abordagem Centrada na Pessoa, por adoptarem nas suas actividades alguns dos princípios deste enfoque. Bott (2002) após traçar neste artigo, um paralelo entre a abordagem pós-moderna e a Abordagem Cen-

⁵ Discuto acerca deste livro mais à frente.

trada na Pessoa, explorando as suas diferenças filosóficas, sugere que “a posição humanista em geral e o trabalho de Rogers em particular, fornece uma base ética sob a qual conduzir a terapia” (p. 374). Já para Becvar e Becvar (1997, citados em Boot, 2001), o ser centrado no cliente dá-se pela manutenção de uma postura em que o terapeuta não se considera e não se coloca como um ‘expert’ diante dos clientes.

A meu ver, o fenómeno que se regista aqui - o de se considerar centrado na pessoa, pelo respeito que se tem para com o cliente - dá-se em torno do pinçamento de apenas um dos princípios da Abordagem Centrada na Pessoa, e não da colocação em prática do conjunto dos seus elementos. Entendendo que há diferenças entre uma forma e outra, como o próprio Rogers tentou elucidar:

“Todas as abordagens têm obviamente interesse central pelo cliente, e neste sentido podem ser consideradas centradas no cliente. Mas, o termo ‘centrada no cliente’ tem, para nosso grupo, um sentido técnico, nem sempre explicado. Muitos sistemas terapêuticos consideram a obtenção de uma compreensão empática do mundo privado do cliente somente uma preliminar do trabalho real do terapeuta. Para estes terapeutas, compreender o universo fenomenológico do cliente é quase como tomar sua história; é um primeiro passo. Ao invés disto, o terapeuta centrado no cliente almeja permanecer dentro deste universo fenomenológico durante o curso da terapia e acredita que estar fora disto e oferecer interpretações externas, dar conselhos, sugerir, julgar; somente retarda o ganho terapêutico”. (Rogers, 1989, p.21, grifo do autor)

Os autores de estudos teóricos, acerca da compreensão do funcionamento familiar norteada pela mesma concepção do ser humano que se encontra nos trabalhos de Rogers, mostraram caminhos a seguir e aspectos a pesquisar mais profundamente. Gaylin (2001), por exemplo, menciona rapidamente algo, a meu ver, de fundamental importância para a compreensão do grupo familiar. Diz ele serem as atitudes do terapeuta aquelas mesmas que os pais têm para com os seus filhos, quando ainda bastante pequenos. Estes últimos são aceites, incondicionalmente, e compreendidos empaticamente pelos seus pais que, no entanto, com o crescimento, substituem estas atitudes, passando a cuidar dos seus filhos sob a primazia da condicionalidade. Se e então, passam a ser a regra - e como mostra Rogers, na sua teoria da personalidade (1992) as atitudes de condicionalidade são promoto-

ras de incongruência, levando os indivíduos a distorcer e a negar experiências que consideram não aceites por si próprios ou pelos outros - penso que, estudos que pudessem dedicar-se a compreender melhor essa transposição da incondicionalidade para a condicionalidade dentro do ambiente familiar, teriam importante significado na nossa actual sociedade.

O grupo de trabalhos que propõe uma postura educativa de ensino das atitudes da Abordagem Centrada na Pessoa consideradas preventivas de sofrimentos e conflitos nas relações familiares, dá margem a uma reflexão acerca da aprendizagem significativa. Segundo Rogers, apenas quando esta forma de aprendizagem é obtida é que se pode pensar na eficiência daquilo que foi “ensinado”. Assim sendo, pressupõe-se que a imensa importância preventiva dessas formações somente se concretizaria se promovessem “uma aprendizagem penetrante, que não se limita a um aumento de conhecimentos, mas que penetra profundamente todas as parcelas da existência” (Rogers, 1985, p.258).

Contudo, a manutenção dessa postura educativa pode ser concebida de forma diferente, quando apresentada em grupos de treinamento e quando colocada em prática no transcurso de um processo psicoterapêutico pois, de acordo com Rogers:

“No processo terapêutico não é necessário ao terapeuta ‘motivar’ o cliente ou fornecer a energia que provoca a alteração. Nem é necessário, no mesmo sentido, que a motivação seja dada pelo cliente, pelo menos de forma consciente. Digamos antes que a motivação da aprendizagem e da alteração deriva da tendência da própria vida para se atualizar, da tendência do organismo para percorrer os diferentes canais do desenvolvimento potencial, na medida em que podem ser experimentados como favorecendo o crescimento”. (p.263).

Qual seria então o sentido de se ensinar clientes - casais e membros de uma família - a serem centrados na pessoa, quando isto não se dá na psicoterapia individual? Em que é que se basearia esta diferenciação?

Outra questão para a qual não tenho resposta, refere-se ao quanto os resultados de todos estes trabalhos apresentados contribuem para o não reconhecimento da Abordagem Centrada na Pessoa entre as escolas de psicologia que se ocupam do grupo familiar. Tanto Gurman e Fraenkel (2002), como Boot (2001) ressaltam o facto da Abordagem Centrada na Pessoa não ser localizada nesta área de actuação.

Surpreendi-me, ao traçar este panorama, com o facto de que em nenhum dos artigos, capítulos ou livros

há qualquer menção ao livro *Novas Formas do Amor – O Casamento e Suas Alternativas* (1987) de Carl Rogers. Talvez a justificativa para este “esquecimento” decorra do facto deste não ser um livro específico sobre psicoterapia conjugal.

Nesse livro, ele discorre sobre novas formas de conjugalidade a que foi apresentado ao empreender-se na escrita do livro. Relata a sua compreensão do papel da conjugalidade e da importância das relações entre os cônjuges, compreendendo o casamento de uma forma, que para mim, elucida a distinção entre *Abordagem Centrada na Pessoa e Teoria Sistémica*:

“As pessoas referem-se normalmente ao casamento como a uma instituição, ou pensam que casamento é uma estrutura. Mas não é: é um processo. Uma série de processos em que nos empenhamos e nunca sabemos para onde nos dirigimos. Creio, porém, que se podem definir esses processos. E se pensarmos no casamento em função de uma série de processos que decidimos pôr em movimento – intimidade física, sexual, provavelmente procriação, partilha da responsabilidade econômica, e assim por diante, pondo de certo modo compromissos em paralelo em função do lugar onde vamos viver, e coisas assim – estes serão processos muito bem definidos”. (Rogers, 1987, p.189).

É interessante notar ainda, nesse livro, o quão arguto Rogers foi nas suas “previsões” para a conjugalidade do século XXI. Ao escrever o livro, no início da década de 70 (1972), assinalou que hoje estaríamos a viver relações conjugais de maior liberdade sexual, muitas delas sem obrigatoriedade de procriação⁶ e sem qualquer compromisso com o permanente, sendo a permanência fruto apenas da satisfação emocional, psicológica, intelectual e física entre os parceiros. Registou também que as pessoas, muito provavelmente, se encontrariam através dos seus computadores. Não resta, assim, a menor dúvida do quanto suas “previsões” foram acertadas.

Além disso, nesse livro, também é possível encontrar algumas “dicas” de como Rogers procederia a uma psicoterapia conjugal. Há, no texto, o registo de poucos diálogos “interventivos”, mantidos por ele durante a entrevista destes casais. Desse material, pode-se captar como Rogers mostra a sua postura empática, aceite e autêntica, e os benefícios que estas intervenções lhes trouxeram.

Durante a entrevista que Rogers fazia com o jovem casal Dick e Gail (capítulo II), eles começaram a discutir e a manter uma briga que Rogers nomeou de “briga matrimonial clássica” por ser estéril: nenhum dos dois se ouvia, de facto.

Gail e Dick, no decorrer da entrevista, envolvem-se numa série de acusações e Rogers intervém, então, dizendo-lhes:

“ROGERS – Parece-me que, por estas últimas frases, que cada um de vocês está dizendo: ‘Eu sou mais pressionado do que você’. ‘Não. Eu sou mais pressionada do que você’”. (p.51).

Esta fala provoca a aquiescência de Gail, o que faz então Rogers tecer uma nova intervenção que, por sua vez, propicia aos dois uma melhor explicitação de seus sentimentos:

(Em seguida à fala anterior de Rogers)

“GAIL - Acho que isso é verdade. É por isso que nunca podemos falar sobre o assunto. Porque acaba sempre assim: ‘A minha situação é pior do que a sua’; ‘Não a minha situação é pior do que a sua’. E pouco importa o que se diz ou deixa de dizer...”

ROGERS - Há um reparo que eu gostaria de fazer: quando vocês estão tentando dizer um ao outro o que é verdade a respeito do outro, a tensão aumenta. Quando você diz que sente uma pressão, ninguém pode duvidar disso, porque é você quem a sente. Mas quando diz que as suas pressões são maiores do que as de Gail, eu pergunto: quem vai decidir isso? Ela também se sente pressionada, mas de maneira diferente, e não posso senão achar que, quanto mais vocês agirem em função dos próprios sentimentos, tanto mais possível será chegar a um entendimento qualquer.

GAIL - É por isso que fico tão furiosa com Dick. Quando estamos conversando, ele me diz como me sinto, e quando digo que não, que não me sinto assim, ele não acredita. E eu não tenho modo de falar com ele [...]. Nesse ponto, quando você grita comigo e diz que sou isso, e mais aquilo, e mais não sei o quê, só respondo que pode ser. Mas talvez haja um pouquinho de verdade no que estou dizendo, Dick, e você não quer ouvir-me.

DICK - Pois eu acho, Gail, que a minha frustração vem da dificuldade que encontro

⁶ Vejam-se todos os movimentos de luta por não discriminação de casais sem filhos tanto nos EUA, quanto na Europa. (o clube no Kidding nos EUA é um exemplo disto).

para conversar com você. Em primeiro lugar, a coisa mais difícil do mundo é arrancar uma resposta sua e, mesmo quando responde, o que você diz não me dá margem para dialogar. Eu gostaria muito de poder sentar-me ao seu lado e dizer: 'Estou-me sentindo assim. Como é que você se sente? Diga-me', e depois perguntarmos um ao outro o que podemos fazer para ajudar-nos. Você parece que se antecipa com os seus amos e, de uma forma ou de outra, existe um obstáculo entre nós". (p. 51 e 52)

Nos comentários que Rogers apresenta, na sequência destes trechos da entrevista, enfatiza que desejou realmente compreender o que estava a acontecer na interação entre Dick e Gail e que fez uma colocação acerca do que considerou serem os sentimentos dos dois: "Mas a minha declaração é empática, não é uma acusação; tentativa e não judicante, e expressa um genuíno desejo de compreensão". (p.53). Diz ainda, que esta colocação alterou o tom do diálogo entre eles por terem percebido que alguém os compreendia. Esta compreensão gerou, segundo Rogers, um aumento na sua capacidade de pesquisarem com "maior profundidade e coerência a natureza das suas divergências". (p. 53).

Sobre a sua segunda resposta, Rogers questiona-se a respeito da utilidade que poderia ter, uma vez que esta foi mais ou menos "didáctica". Diz tê-la pronunciado, referendando-se na sua autenticidade: "não suportei o espectáculo dos dois discutindo de maneira tão estéril". (p.53).

Num segundo diálogo com este mesmo casal, Rogers relata ter percebido a mudança que houve nos dois: já não se julgam um ao outro e assumem a responsabilidade pelos seus sentimentos. Ele considera como promissor para os dois os indícios de compreensão e ternuras mútuas, bem como a expressão dos sentimentos no momento em que estes ocorrem.

Rogers toma conhecimento, depois da entrevista, que o casal se sentiu compreendido e ajudado por ele. Pensa, então, o quanto eles beneficiariam de uma terapia em que o conselheiro matrimonial fosse receptivo e compreensivo: "Receio que a nossa cultura não ofereça este tipo de serviço, e que apenas uma minoria de conselheiros teria as atitudes que poderiam aproveitar a Dick e a Gail". (p. 57).

Cabe ainda acrescentar outra reflexão proveniente de um questionamento que se reproduziu no XI Encontro Latino-americano da Abordagem Centrada na Pessoa, acerca do uso dos conhecimentos obtidos com as práticas grupais na Abordagem Centrada na Pessoa (workshops, grupos de encontro, grandes gru-

pos e psicoterapia grupal) na psicoterapia do grupo familiar. Respondi lá, e coloco aqui, que da minha experiência concordo plenamente com Gaylin, que diz que a psicoterapia de grupo é diferente da psicoterapia familiar por serem os clientes desta última, pessoas "publicamente comprometidas e intimamente envolvidas umas com as outras". (1990, p. 843). Há entre os membros de uma família, ou entre os cônjuges, uma afectividade totalmente diferente da que há entre os membros de um grupo. Isso, por si, já faz, a meu ver, a diferença de compreensão destes grupos, assim como também aponta para uma diferença de actuação do terapeuta.

Regra geral, o(s) facilitador(es) dos grupos respondem àquela pessoa que se manifesta (verbal ou silenciosamente) de forma empática, aceitante e autêntica. Isto, no meu entender, não é, como coloca Mearns (1994 in Boot, 2001) o atender de uma pessoa em frente a outras. Assim como também não o é na psicoterapia conjugal. Contudo, na psicoterapia familiar e conjugal há também o responder, como diz Gaylin, ao espaço relacional entre os membros, o que nem sempre se faz presente e/ou necessário num grupo em que os participantes não tenham relações de parentesco.

Acredito que esta minha posição fica mais clara se relatar aqui como tenho vindo a trabalhar com casais segundo os princípios da Abordagem Centrada na Pessoa.

III - PSICOTERAPIA CONJUGAL NA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

Na minha prática clínica, concebo como fundamental para o meu trabalho a intenção de estabelecer um espaço, no qual seja possível ampliar a saúde emocional dos membros do casal, da forma como bem explicita Raquel Rosenberg (1986): "(...) que duas pessoas se descubram, percebam o que querem e, se possível aprendam a se relacionar, a esclarecer e comunicar suas expectativas encontrando uma forma de resolver conflitos que satisfaça a ambos". (In Alves, 1997, p. 42).

Os casais que me procuram para psicoterapia conjugal são atendidos conjuntamente. Os dois cônjuges devem estar presentes na sessão para que se possam descobrir e comunicar. Considero a presença simultânea dos cônjuges importante, por entender que os clientes do processo são essas duas pessoas com a conjugalidade, com a ligação que mantêm e não apenas os dois indivíduos. Há uma metáfora que me pode ajudar a explicitar esse aspecto: um cônjuge é a cor azul e o outro a cor amarela. O trabalhar com casais é trabalhar com as cores azul e amarela, mas também

com a verde, que se obtém da mescla das anteriores⁷. Torna-se, assim, um processo dinâmico de respostas, quase simultâneas, a estas “três cores”.

Sei, apenas por relatos de colegas da Abordagem Centrada na Pessoa, que alguns atendem o casal tanto em sessões conjuntas como separadas. Isto não faz parte da minha actuação. Acredito que manter uma atitude como esta, acaba por criar uma representação de psicoterapia individual com o mesmo terapeuta, podendo não se configurar como psicoterapia conjugal. Considero, assim como Gurman e Fraenkel (2002), que a psicoterapia conjugal é uma modalidade de psicoterapia em que os dois cônjuges estão presentes na sessão. Como, regra geral, um casal procura psicoterapia por não conseguir comunicar com o cônjuge, atendê-los separadamente pode reforçar esta dificuldade ao invés de contribuir para saná-la. Portanto, uma vez diante desses dois cônjuges, respondo ao que eles manifestam, quer sejam aspectos individuais, quer da conjugalidade. Como relatei num trabalho anterior, “tentávamos compreender os clientes diante da relação que compunham, assim como as suas relações eram compreendidas como provenientes das pessoas em que se constituíam”. (Alves, 1997, p. 42).

O processo psicoterapêutico que estabeleço com o casal tem sessões semanais de oitenta minutos cada, sem predeterminar a duração de todo o processo. A presença dos dois cônjuges não é obrigatória para que a sessão ocorra, mas quando um deles falta, esta é discutida com o membro presente na sessão e com o membro ausente na sessão seguinte, trabalhando, assim, o significado e a repercussão da falta quando ela ocorre.

Diferente de Gaylin – que atribuía a incongruência da família (a motivação para a psicoterapia) ao facto dos seus membros terem percepções diferentes sobre esta - penso que a incongruência na conjugalidade (e também na família) e os seus conflitos não ocorrem por se perceberem a si e ao casamento, de formas diferentes, mas sim, por não aceitarem ou por não saberem conviver com estas diferenças.

Na psicoterapia individual, num processo bem sucedido, o cliente que se vai dando conta da forma ‘especial’ como é compreendido, passa a ter para con-

sigo próprio esta mesma compreensão e, também para com as pessoas com as quais se relaciona. Vejo que este processo também ocorre na psicoterapia conjugal, mas de uma forma “duplicada”. O cônjuge começa também a tomar consciência de como o seu parceiro está a ser compreendido ali, diante dele, de uma forma ‘especial’. Ele irá então, não só escutar melhor o outro, como também ouvir o que e como o terapeuta lhe responde. Assim, além de se sentir empaticamente compreendido, constata que o mesmo se passa com o seu parceiro.

Usando a metáfora, anteriormente, citada, entendo esse como um momento em que um cônjuge se dá conta de que é azul, que é visto como azul, que forma, junto com o outro, um verde, o qual é percebido como verde, e que tem alguém ao seu lado que é amarelo, que também se sente visto como amarelo e que também se sente formando um verde, que é também percebido maduro.

Quisera ter agora mais palavras para teorizar este movimento; como não as tenho, findo aqui as minhas reflexões apontando ainda para mais um tema que considero importante que seja estudado: as diferenças e semelhanças entre psicoterapia familiar e conjugal. O que compreendo da minha prática é que há uma semelhança no que diz respeito à dificuldade de colocar em acção as atitudes de empatia, aceitação incondicional e autenticidade. Assim como com famílias, também com o casal se torna mais difícil atingir e manter as atitudes terapêuticas. São duas pessoas que se apresentam, simultaneamente, não apenas em divergência, mas também com uma profunda intolerância para com as suas diferenças.

Considero, portanto, que há uma diferença, quanto ao atendimento de famílias e casais, que se refere à presença na sessão. Enquanto que, para Raskin e Van Der Veen (1970), a presença dos familiares é decidida por eles⁸, podendo estar juntos ou separados, ficando o terapeuta aberto à participação de todos, dando-lhes liberdade para escolher em que medida participariam da forma que lhes seja mais confortável. Já na psicoterapia conjugal, torna-se essencial que os dois estejam juntos.

⁷ Metáfora apresentada por Claudio Rud no XI Encontro Latino-americano da ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA.

⁸ Postura com que concordo no atendimento familiar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Anderson, H. (2001). Postmodern Collaborative and Person-Centered Therapies: What Would Carl Rogers say? *Journal of Family Therapy*, 23: 339-360.
- Anderson, W. (1989a). Family Therapy in the Client-Centered Tradition: A Legacy in the narrative mode. *Person-Centered Review*, 4(3): 295-30.
- Anderson, W. (1989b). Client/Person-Centered Approaches to Couple and Family Therapy: Expanding Theory and Practice. *Person-Centered Review*, 4(3): 245-247.
- Alves, V. (1997). Atendimento de Casais: Descrevendo Processos. Campinas, Dissertação de Mestrado, Instituto de Psicologia – PUCCAMP, 191p.
- Boot, D. (2001). Client-Centered Therapy and Family Therapy: in Review and Commentary. *Journal of Family Therapy*, 23: 361-377.
- Boot, D. (2002). Comment – Carl Rogers and Postmodernism: Continuing the conversation. *Journal of Family Therapy*, 24: 326-329.
- Bozarth, J. & Shanks, A. (1989). Person-Centered Family Therapy with couples. *Person-Centered Review*, 4(3): 324-343.
- Cain, D. (1989) From the Individual to the Family. *Person-Centered Review*, 4(3): 248-255.
- Gaylin, N. (1990) Family-centered Therapy. In Lietaer, Rombatus & Van Balen (eds) *Client-Centered and Experiential Psychotherapies in the nineties*. Leuven: Leuven University Press, p. 813-828.
- Gaylin, N. (1999) Princípios e Métodos da Terapia Familiar Centrada no Cliente. A Pessoa Como Centro – Revista de Estudos Rogerianos, 3: 25-32.
- Gaylin, N. (2001). Family, Self and Psychotherapy: a Person-Centered Perspective. Ross-on-Wye. PCCS Books.
- Gordon, T. (1970) A Theory of Healthy Relationships and a Program of Parent Effectiveness Training. In Hart & Toulinson. *New Directions on Client-Centered Therapy*. Boston, Houghton Mifflin-Company, Cap 21, 407-425.
- Guernsey, B. Jr. (1984) Contributions of Client-Centered Therapy to Filial, Marital, and Family Relationship Enhancement Therapies. In Levant, R. & Shlien, J. (eds) *Client-Centered Therapy and the Person-Centered Approach: New Directions in Therapy, Research and Practice*. New York: Praeger.
- Guernsey, L. & Guernsey, B. Jr. (1989). Child Relationship - Enhancement: Family Therapy and Parent Education. *Person-Centered Review*, 4(3): 344-357.
- Gurman, A. & Fraenkel, P. (2002). The history of couple therapy: A millennial Review. *Family Process*, 41:199-260.
- Hines, M. & Hummel, T. (1998). The effects of three training methods on the empathic ability, perceived spousal empathy, and marital satisfaction of married couples. *Person-Centered Review*, 3(3): 316-336.
- Karlsberg, J. & Karlsberg, R. (1994) The affectionate bond: The goal of couple centered therapy. *Journal of Humanistic Psychology*, 34(1): 132-141.
- Levant, R. (1983). Client-Centered Skills - Training Programs for the Family: A Review of the Literature. *The Counseling Psychologist*, 11(3): 29-46.
- Levant, R. (1984) From Person to System: Two Perspectives. In Levant, R. & Shlien, J. (eds) *Client-Centered Therapy and the Person-Centered Approach: New Directions in Therapy, Research and Practice*. New York: Praeger, Cap.12, 243-260.
- O'Leary, C. (1989) The Person-Centered Approach and Family Therapy. A Dialogue Between Two Traditions. *Person-Centered Review*, 4(3): 308-323.
- Raskin, N. (1970) Client-Centered Family Therapy: Some Clinical and Research Perspectives. In Hart & Toulinson. *New Directions on Client-Centered Therapy*. Boston, Houghton Mifflin-Company, Cap20, 387-406.
- Rogers, C. (1951) *Terapia Centrada no Cliente*. São Paulo, Martins Fontes, 1992, 620p.
- Rogers, C. (1972) *Novas formas do Amor. O casamento e suas alternativas*. Rio de Janeiro, José Olímpio, 1987, 239 p.
- Rogers, C. (1961) *Tornar-se Pessoa*. São Paulo: Martins Fontes, 1985, 360p.
- Rogers, C. (1989) *Client-Centered Therapy*. In Kirschenbaum, H. & Henderson, V. *Carl Rogers: Dialogues*. Boston: Houghton Mifflin Company, 255p.
- Snyder, M. (1989). The Relationship Enhancement Model of Couple - Therapy: An Integration of Couple-Therapy: An Integration of Rogers and Bateson. *Person-Centered Review*, 4(3): 358-383.
- Van Der Veen, F. et al. (1964) Relationships between the parents' concept of family and the family adjustment. *American Journal of Orthopsychiatry*, 34: 45-55.
- Warner, M. (1989). Empathy and Strategy in the Family System. *Person-Centered Review*, 4(3): 324-343.