

Nº 5

PRIMAVERA - VERÃO 2000
1.800 ESC.

PESSOA COMO CENTRO
REVISTA DE ESTUDOS ROGERIANOS

**COMPREENSÃO EMPÁTICA E SENTIMENTOS
NA TERAPIA CENTRADA NO CLIENTE
EMPATHIC UNDERSTANDING AND FEELINGS
IN CLIENT-CENTERED THERAPY**

TRADUÇÃO DE RUTE BRITES



Barbara T. Brodley

Resumo: A empatia centrada no cliente não pretende discriminar os sentimentos do cliente fora da matriz comunicacional e auto-expressiva do cliente. A experiência do terapeuta de compreensão empática inclui a compreensão dos sentimentos, disposições, avaliações, vontades, significados pessoais, perspectivas, explicações e informação do cliente. O terapeuta dá às narrativas do cliente atenção cuidadosa e segue todos os elementos nelas contidos. Contudo, não adquire verdadeira compreensão empática até compreender os elementos expressivos do cliente como um self e particularmente como uma ação do self. A percepção do cliente de que o terapeuta compreende estes elementos é crucial para se sentir empaticamente compreendido.

Abstract: Client-centered empathy is not intended to discriminate the client's feelings out of the matrix of the client's communication and self-expression. The therapist's experience of empathic understanding includes understanding of the client's feelings, dispositions, evaluations, volitions, personal meanings, perspectives, explanations and information. The therapist gives the client's narratives respectful attention and follows all elements in them. The therapist, however, does not achieve true empathic understanding until understanding the elements expressive of the client as a self and particularly as a self-agency. The client's perception that the therapist understands these elements is crucial to the client feeling empathically understood.

Um efeito de foco é um efeito natural e ubíquo nos clientes quando percebem que são verdadeira e empaticamente compreendidos. A interação empática estimula a pessoa que se sente compreendida, de forma a atingir a sua própria experiência e a representar-se a si mesmo/a mais correctamente a partir da sua fonte experiencial. O reconhecimento pelo terapeuta do cliente como agente - actor e reactor - na resposta empática, e a percepção do cliente deste reconhecimento pelo terapeuta, são as chaves para o efeito de foco.

Para além do efeito de foco do reconhecimento empático da auto-acção dos clientes, as formas como Rogers usa as palavras "sentir" (feel), "sente" (feels), "sentimento" (feeling), "sentimentos" (feelings) nas suas respostas empáticas pretendem referir-se à experiência do cliente, e também a sensibilizá-lo para ela. Estas duas características da empatia de Rogers - reconhecimento empático da auto-acção e o uso de "sentir", "sentimento", etc. - ajudam a clarificar a terapia centrada no cliente e o seu conceito de compreensão empática.

É crucial para uma compreensão correcta da terapia centrada no cliente, contudo, perceber que os efeitos de foco estimulados pelo comportamento empático são e devem manter-se acidentais. O terapeuta não deve deliberadamente tentar focar os clientes nos seus processos experienciais. Se o terapeuta implementa tal objectivo para o cliente, ele ou ela estará a sair da terapia centrada no cliente.

Palavras-Chave: Compreensão empática - Resposta Empática - Sentimentos - Foco

Terapeutas centrados no cliente, com experiência, e outros estudiosos da teoria de terapia de Carl Rogers concordam que a concepção centrada no cliente de compreensão empática dá ênfase aos sentimentos do cliente no processo terapêutico. No processo de interação-resposta por compreensão empática o terapeuta está altamente em sintonia e respondente aos sentimentos do cliente. Nesse processo ele "... entende com precisão os sentimentos e significados pessoais que o cliente está a experienciar..." (Rogers, 1980, p. 116).

O significado preciso de "sentimentos" e a função precisa da linguagem dos sentimentos, no entanto, não são completamente articulados por Rogers ou outros quando descrevem a compreensão empática na terapia centrada no cliente. O significado e a função de "sentimentos" na compreensão empática são, consequentemente, algo confusos para os estudiosos. Esta abordagem é particularmente mal-entendida quando Rogers é interpretado como defendendo que o terapeuta responde às emoções ou sentimentos "quentes" na comunicação do cliente (Zimring, 1990, p. 436).

De facto, a concepção de empatia de Rogers é diferente e mais complexa que uma simples resposta aos sentimentos. Rogers afirmou:

"... ser empático é perceber o quadro interno de referência do outro com cuidado e com os componentes e significados emocionais

A focusing effect is a natural and ubiquitous effect upon clients when they perceive they are truly empathically understood. The empathic interaction stimulates the person who feels understood in this way to attend to their own experiencing and to represent himself or herself more acutely from their experiential source. The therapist's recognition of the client as agency - actor and reactor - in empathic responding, and the client's perception of this recognition by the therapist, are keys to the focusing effect.

In addition to the focusing effect of empathic recognition of the self-agency of clients, the ways in which Rogers uses the words "feel", "feels", "feeling", "feelings" in his empathic responses tend to allude to, and also attune the client to, his or her experiencing. Both of these features of Rogers' empathy - empathic recognition of self-agency and the usages of "feels", "feeling", etc. - help to clarify client-centered therapy and its concept of empathic understanding.

It is crucial for correct understanding of client-centered therapy, however, to realize that the focusing effects stimulated by empathic behavior are and should remain serendipitous. The therapist does not deliberately attempt to focus clients on their experiencing processes. If the therapist implements such a goal for the client, he or she is stepping outside of client-centered therapy.

Key-Words: Empathic Understanding - Empathic Response - Feelings - Focusing

Experienced client-centered therapists and other students of Carl Rogers' theory of therapy agree that the client-centered conception of empathic understanding gives emphasis to the client's feelings in the therapy process. In the process of empathic understanding response interactions the therapist is highly attuned and responsive to the client's feelings. In that process the therapist "...senses accurately the feelings and personal meanings that the client is experiencing..." (Rogers, 1980, p. 116).

The precise meaning of "feelings" and the precise function of the language of feelings, however, are not fully articulated by Rogers or others when describing empathic understanding in client-centered therapy. The meaning and the function of "feelings" in empathic understanding are, consequently, somewhat confusing to students. The approach is particularly misunderstood when Rogers is interpreted to be advocating that the therapist respond to the "hot" emotions or feelings in the client's communication (Zimring, 1990, p. 436).

In fact, Rogers conception of empathy is different and more complex than simply responding to feelings. Rogers stated:

...being empathic is to perceive the internal frame of reference of another with accuracy and with the emotional components and meanings

que lhe pertencem... significa sentir a dor ou o prazer do outro como ele o sente e perceber as suas causas como ele as percebe...(Rogers, 1980, p. 140)".

Por outras palavras, a empatia centrada no cliente refere-se à compreensão empática do quadro de referência interno completo apresentado que inclui percepções, ideias, significados e os componentes emocional-afectivos ligados a essas coisas bem como os sentimentos e emoções do cliente, por si. Vários estudos (Brodley e Brody, 1990; Brody, 1991; Brodley, 1994; Merry, 1994; Nelson 1994; Bradburn, 1996; Diss, 1996) tentaram elucidar a concepção de terapia centrada no cliente de Rogers através da análise das respostas empáticas de Rogers em excertos das sessões de terapia do próprio Rogers. Os resultados dos estudos de Brodley e Brody (1990) e de Brody (1991), junto com uma análise posterior, pelo autor, das sessões adicionais de Rogers, mostram que este usa palavras de sentimento - palavras que explicitamente designam sentimentos ou emoções - em apenas vinte e quatro por cento (24%) das suas respostas empáticas. Obviamente, está algo mais envolvido no comportamento empático de Rogers, e não apenas respostas que designam sentimentos.

Para além das palavras para os sentimentos do cliente, Rogers usa palavras nas suas respostas empáticas que não são precisamente palavras de sentimento, mas que são palavras que exprimem disposições (tais como "preferir", "alienar", "seduzir"), avaliações (tais como "denegrir", "valorizar", "avaliar") e vontades (tais como "determinar", "resistir", "rejeitar"). Palavras que exprimem disposições, avaliações e vontades ocorrem em aproximadamente quarenta e oito por cento (48%) das respostas empáticas de Rogers - o dobro das palavras de sentimentos.

Com base nos resultados obtidos e na leitura cuidadosa dos escritos de Rogers, parece ser mais correcto, quando se discute a empatia centrada no cliente, não sobregeneralizar o significado de "sentimentos". Parece ser mais fiel à teoria de Rogers, como é esclarecido pelo seu comportamento terapêutico, clarificar que a concepção de resposta empática de Rogers **ênfatisa as percepções do cliente e as formas como o cliente enquanto self é um agente ou uma força activa e uma fonte de significados, reacções e outras experiências.** O cliente representa o self como fonte, é claro, das suas expressões de sentimentos bem como outras experiências.

Os estudos do comportamento de terapia de Rogers (e.g., Brody, 1991) revelam que aproximadamente noventa por cento (90%) das respostas empáticas de

which pertain thereto....it means to sense the hurt or the pleasure of another as he senses it and to perceive the causes thereof as he perceives them...(Rogers, 1980, p. 140).

In other words, client-centered empathy refers to empathic understanding of the client's entire present-ed internal frame of reference which includes perceptions, ideas, meanings and the emotional-affective components connected with these things as well as the client's feelings and emotions per se. Several studies (Brodley & Brody, 1990; Brody, 1991; Brodley, 1994; Merry, 1994; Nelson 1994; Bradburn, 1996; Diss, 1996) attempt to elucidate Rogers' conception of client-centered therapy by examining Rogers' empathic responses in samples of Rogers' own therapy interviews. The results of the Brodley and Brody (1990) and the Brody (1991) studies, along with a subsequent analysis by the writer of several additional interviews by Rogers, show that Rogers uses feeling words - words that explicitly designate feelings or emotions - in only twenty-four percent (24%) of his empathic following responses. Obviously, more is involved in Rogers' empathic behavior than responses designating feelings.

In addition to words for the clients' feelings, Rogers uses words in his empathic responses that are not precisely feeling words, but are words that express dispositions (such as "prefer", "alienate", "seduce"), evaluations (such as "denigrate", "value", "assess") and volitions (such as "determine", "resist", "reject"). Words that express dispositions, evaluations, and volitions occur in approximately forty-eight percent (48%) of Rogers' empathic responses - twice as many such words than words for feelings.

On the basis of the research findings and careful reading of Rogers' writings, it appears to be more accurate, when discussing client-centered empathy, to not over-generalize the meaning of "feelings". It seems to be more faithful to Rogers' theory, as it is enlightened by his therapy behavior, to clarify that Rogers' conception of empathic responses **emphasizes the client's perceptions and the ways in which the client as a self is an agency or an active force and a source of meanings, reactions and other experiences.** The client represents self as source, of course, in his or her expressions of feelings as well as other experiences.

The studies of Rogers' therapy behavior (e.g., Brody, 1991) reveal that approximately ninety percent (90%) of Rogers' empathic following responses either

Rogers comunicam quer implícita quer explicitamente que ele compreende o cliente como fonte de reacções, de significados. Aproximadamente setenta por cento (70%) das respostas empáticas de Rogers são explícitas ao expressarem as reacções e significados do cliente. Aproximadamente vinte por cento (20%) são implícitas ou indirectas. Mais, noventa por cento (90%) das respostas empáticas de Rogers usam ou palavras específicas que expressam o self do cliente como fonte de reacções (palavras para sentimentos, disposições, avaliações, vontades ou outras formas) ou significados, ou comunicam o self como fonte de experiências implícita ou indirectamente.

Um exemplo de interacção entre Rogers e um cliente, em que as respostas empáticas de Rogers não incluem palavras para sentimentos, mas apesar disso expressam o cliente como fonte de experiências:

Mrs. Roc: dentro da minha cabeça eu ando de um lado para outro e digo "Oh, quero a minha mãe. Oh, o que está errado? Oh, ajudem-me." E acho que tenho, em vez disso, o gancho.

Rogers: Mas é apenas esse sentimento de pedir ajuda em si, "Mãe, alguém, ajudem-me, façam coisas por mim, tomem conta de mim." E sente que o único substituto que tem para isso, é o gancho na sua cabeça (Rogers, 1955a).

Um exemplo de outro cliente que não inclui palavras para sentimentos:

Ms I: ...sinto que tenho que me distrair e depois tenho de tratar disso. Sim, é isso, uma analogia de "distracção". E não saber bem o que fazer depois das introduções. E sentir que não posso...apenas **estar**.

Rogers: Essa é a essência, que tem de se distrair ou ter alguma coisa em que pensar. A noção de apenas **estar**...não parece possível (Rogers, 1983).

Os estudos do autor e de Brody mostram também que os clientes de Rogers corrigem as respostas empáticas dele menos de um por cento (1%) do tempo. Desta observação, da observação de que os clientes de Rogers frequentemente reconhecem a exactidão das suas respostas empáticas, e das observações de que os cli-

explicitly or implicitly communicate that Rogers is understanding the client as a source of reactions and meanings. Approximately seventy percent (70%) of Rogers' total empathic following responses are found to be explicit in expressing the client's reactions and meanings. Approximately twenty percent (20%) are implicit or indirect. Thus, ninety percent (90%) of Rogers' empathic following responses either use specific words that express the client's self as a source of reactions (words for feelings, dispositions, evaluations, volitions or other forms) or meanings, or they communicate self as a source of experiences implicitly or indirectly.

An example of interaction between Rogers and a client wherein Rogers' empathic response includes no words for feelings but nonetheless expresses the client as a source of experiences:

Mrs Roc: Inside my head I'm rushing around and saying "Oh, I want my mama. Oh, what's wrong? Oh, help me." And I guess I have the hook instead.

Rogers: But there is just that pleading feeling in you, "Mama, somebody, help me, do things for me, take care of me." And you feel the only substitute you have for that is, is the hook in your head (Rogers, 1955a).

An example from another client that includes no words for feelings:

Ms I: ...feeling I have to entertain and then I get taken care of. Yeah, that's it, an "entertain" analogy. And not quite knowing what to do after the introductions. And feeling I just can't...just **be**.

Rogers: That's the essence of it, that you ought to be entertaining or you ought to have something well in mind. The notion of just **being**...that doesn't seem possible (Rogers, 1983).

The studies by the writer and Brody also show that Rogers' clients correct his empathic responses less than one percent (1%) of the time. From this observation, and from the observation that Rogers' clients frequently acknowledge the accuracy of his empathic responses, and from observations that clients

manifestam uma narrativa produtiva e processos expressivos após as respostas de Rogers (Diss, 1996), inferimos que as respostas empáticas de Rogers são percebidas como correctas pelos seus clientes, a maior parte do tempo. Parece justificar-se inferir também que os clientes de Rogers sentem-se compreendidos, largamente porque ele capta a forma como eles se exprimem como fontes de reacções e experiências.

Os sentimentos são apenas uma parte das experiências que os clientes expressam sobre si próprios. Numa análise recente de vinte e cinco sessões de terapia de Rogers, Bradburn (1995, comunicação pessoal) descobriu que 27% das afirmações dos clientes de Rogers **não** tinham características afectivas. Estas afirmações de clientes exprimiam significados pessoais, perspectivas e informação. Assim, para a certeza de uma compreensão empática correcta, é apropriado que o terapeuta não leia sentimentos quando segue empaticamente o cliente.

Nas interacções terapêuticas, enquanto o cliente narra e descreve as suas situações, existem (intercaladas antes, entre ou depois da informação sobre situações, acontecimentos, pessoas e coisas) comunicações que exprimem as reacções subjectivas do cliente. As descrições dos clientes da situação, acontecimentos, pessoas e coisas são aspectos importantes do seu campo fenomenal. É então importante que as descrições sejam compreendidas e respeitadas nas interacções empáticas. Contudo, só após o cliente ter de alguma forma revelado a sua relação particular com as situações, etc., é que o terapeuta tem a base para a compreensão empática verdadeira.

Pode ser clarificador deste ponto dar exemplos de diferentes comunicações de clientes, que dão diferentes tipos de informação relevante relativamente à questão do que permite à compreensão ser verdadeiramente compreensão empática. Rogers produz respostas empáticas que são puramente informação sobre situações, acontecimentos, pessoas ou coisas em aproximadamente cinco por cento (5%) das suas respostas empáticas (Brody, 1991; Brodley, 1994). Respostas de informação pura são, usualmente, respostas a declarações de clientes que são, igualmente, puramente informativas. Tais declarações não revelam as reacções do cliente ou a relação pessoal do cliente com aquilo de que está a falar. Segue-se um exemplo de uma declaração puramente informativa:

Cliente: Ele telefonou-me para o trabalho e quis ver-me de novo.

Obviamente, esta declaração, por si só, não co-

manifest productive narrative and expressive processes following Rogers' responses (Diss, 1996), we infer that Rogers' empathic responses are perceived as accurate by his clients most of the time. It seems justified to further infer that Rogers' clients feel understood largely because he is picking up on the way they are expressing their selves as sources of reactions and experiences.

Feelings are only a portion of the experiences clients express about them selves. In a recent analysis of twenty-five of Rogers therapy interviews, Bradburn (1995, personal communication) found that 27% of Rogers' clients' statements were **without** affective features. These clients' statements expressed personal meanings, perspectives and information. Thus, for the sake of accurate empathic understanding, it is appropriate that the therapist not read in feelings when empathically following the client.

In therapy interactions, as the client narrates and lays out his or her life situations, there are (interspersed before, within or after the information about situations, events, people and things) communications expressing the client's subjective reactions. Clients' descriptions of situations, events, people and things are important aspects of their phenomenal field. It is thus important that the descriptions be understood and respected in empathic interactions. It is, however, not until the client has in some way revealed his or her particular relation to the situations, etc. that the therapist has the basis for true empathic understanding.

It may clarify this point to give examples of different client communications which offer different kinds of information relevant to the question of what allows understanding to be truly empathic understanding. Rogers produces empathic responses that are purely information about situations, events, people or things in approximately five percent (5%) of his empathic following responses (Brody, 1991; Brodley, 1994). Pure information responses are, usually, responses to client statements which are, equally, purely informational. Such client statements do not reveal the client's reactions or the client's personal relation to what he or she is talking about. The following is an example of a purely informational statement:

Client: He called me up at work and wanted to see me again.

Obviously, this statement, by itself, does not com-

munica o que a chamada significa para a cliente. Nem comunica os sentimentos da cliente ou outras reacções à chamada. É possível, e às vezes é o caso, que tal declaração de tipo puramente informativo dada por um cliente sugira as suas reacções. Isso ocorre quando o cliente informou previamente o terapeuta sobre o significado ou impacto que este acontecimento teve no passado ou o significado ou impacto que o cliente previu que teria se acontecesse no futuro. No entanto, por si só, apenas, não diz ao ouvinte o que significa para o cliente, nem revela as suas reacções.

O terapeuta centrado no cliente pode oferecer o seguinte tipo de resposta à declaração seguinte, a qual a investigação (Brodley & Brody, 1990) classificou como uma resposta empática de "informação pura" - tal como "Ele telefonou". Como mencionado anteriormente, Rogers produz ocasionalmente este tipo de resposta. Parece servir a mesma função de "umhum", "OK", "sim" e respostas não-verbais de cabeça. Qualquer uma delas assinalam simplesmente ao cliente que o terapeuta está atento, tentando seguir, e que está a compreender, de uma forma geral.

Uma declaração ligeiramente diferente, que dá informação que poderia ser a base para a verdadeira compreensão empática, é a seguinte:

Cliente: Ele **finalmente** telefonou-me e quis ver-me de novo.

A ênfase no **finalmente** comunica algo da reacção do cliente ao acontecimento. Não exprime a informação suficiente, no entanto, para o terapeuta saber exactamente a que experiências (significados, sentimentos, outras reacções) se refere. O terapeuta, contudo, pode dar uma verdadeira resposta empática a esta comunicação, ainda que seja limitada na sua diferenciação de significado. O terapeuta pode responder dizendo "**Finalmente!**", o que comunicaria à cliente a sensação do terapeuta de que ela teria tido fortes sentimentos e que esperava que o homem a procurasse.

Alternativamente, o terapeuta podia simplesmente absorver o "**finalmente**", manter uma atenção empática em relação à cliente e esperar por mais material que poderia comunicar as reacções, pensamentos, sentimentos ou qualquer outra expressão que envolvesse o self da cliente. O "**finalmente**" do cliente em qualquer caso teria aumentado a experiência de compreensão empática do terapeuta.

O exemplo seguinte de uma declaração de uma cliente exprime informação que é diferenciada em relação

to the call. Nor does it communicate the client's feelings or other reactions to the call. It is possible, and sometimes is the case, that such a purely informational type statement by a client does suggest the client's reactions. This occurs when the client has previously informed the therapist about the meaning or impact this event has had in the past or about the meaning or impact the client has predicted it would have if it were to occur in the future. Standing alone, however, the statement does not tell the listener what it means to the client, nor does it reveal the client's reactions.

The client-centered therapist might offer a following type of response to the statement above that research (Brodley & Brody, 1990) has classified as a "pure information" empathic following response - such as "He called". As mentioned above, Rogers occasionally produces this type of response. It appears to serve almost the same role as "umhum", "OK", "yeah" and nonverbal nodding responses. Any of which simply signal to the client that the therapist is attentive, is attempting to follow, and is understanding in a general sense.

A slightly different client statement, giving information that could be the basis for true empathic understanding is as follows:

Client: He **finally** called me up and wanted to see me again.

The emphasized **finally** communicates something of the client's reaction to the event. It does not express enough information, however, for the therapist to know exactly what experiences (meanings, feelings, other reactions) are alluded to. The therapist, nevertheless, might make a true empathic response to this communication, although it would be limited in its differentiation of meaning. The therapist might respond by saying "**Finally!**" which could communicate to the client the therapist's sense that the client had some strong feelings and that the client had been waiting to hear from the man.

Alternatively, the therapist might simply absorb the "**finally**", maintain empathic attention to the client and wait for more material that might communicate the client's reactions, thoughts, feelings or whatever other expression of the client's self might be involved. The client's "**finally**" in any case would have increased the therapist's experience of empathic understanding.

The following example of a client statement expresses information that is differentiated in respect to

as suas reacções e, conseqüentemente, torna possível ao terapeuta compreender empaticamente inteiramente a cliente no momento.

Cliente: Ele telefonou-me para o trabalho e quis ver-me de novo. (Pausa). **Finalmente!** (Pausa) Estava tão ocupada que não pude falar, mas emocionalmente preencheu-me e não me consegui concentrar o resto da tarde. (Pausa). **Sou uma parva!** Ele é um completo idiota, mas continuo morta por vê-lo.

Pondo de lado a organização dos significados da cliente e a questão do impulso principal da sua acção neste exemplo, os elementos que poderiam contribuir para uma **verdadeira** compreensão empática da cliente são: "**Finalmente!**" (devido à ênfase vocal); "emocionalmente preenchida"; "não me consegui concentrar"; "sou uma parva!"; "Ele é um completo idiota" (inferencialmente); "Estou morta por vê-lo". Notavelmente, nenhuma destas afirmações se referem directa e explicitamente aos **sentimentos** da cliente, apesar da declaração toda está impregnada de expressões sentimentais e alusão a sentimentos.

Existem várias respostas empáticas possíveis diferentes que o terapeuta pode usar para confirmar a sua compreensão do que o cliente estava a exprimir na declaração anterior. Uma resposta possível é:

Terapeuta: sente que é uma tonta por querer uma pessoa que a magoa tão terrivelmente, mas... quere-o!

Uma resposta alternativa, que poderia expressar a compreensão empática interior do terapeuta em resposta à declaração anterior da cliente, é:

Terapeuta: Conseguiu o que queria, mas isso trouxe-lhe uma confusão de sentimentos.

Apenas a cliente nos pode dizer qual destas, se é que alguma, destas respostas é a mais acertada. É provável que qualquer resposta fosse aceite por ela como a representação das intenções sinceras do terapeuta de tentar compreender. As declarações da cliente revelaram as suas várias experiências em relação à situação do telefonema. Estas expressões do seu **self** permitem ao terapeuta ter uma experiência de compreensão empática, e comunicá-la.

A maior parte das respostas de Rogers aos seus clientes exprimem o seu entendimento imediato dos sig-

the client's reactions and, consequently, makes it possible for the therapist to more fully empathically understand the client in the moment.

Client: He called me up at work and wanted to see me again. (Pause) **Finally!** (Pause) I was so busy I couldn't talk, but I was emotionally all over the place and couldn't concentrate for the rest of the afternoon. (Pause) **I'm such a sap!** He's a complete ass hole, but I'm still dying to see him.

Putting aside the organization of the client's meanings and the question of the main thrust of the client's agency in this example, the elements that could contribute to **true** empathic understanding of the client are: "**Finally!**" (because of the vocal emphasis); "emotionally all over the place"; "couldn't concentrate"; "I'm such a sap!"; "He's a complete ass hole" (inferentially); "I'm dying to see him". Notably, none of these statements directly and explicitly state the client's **feelings**, although the entire statement is pregnant with feelingful expression and allusion to feelings.

There are a number of different possible empathic following responses which a therapist might make to check his or her understanding of what the client has been expressing in the above statement. One possible response is:

Therapist: You feel you're a fool to want a person who upsets you so badly, but...you do want him!

An alternative response, that might express the therapist's inner empathic understanding in response to the client statement above is:

Therapist: You got what you were waiting for, but it brings with it a lot of mixed feelings.

Only the client can tell us which, if either, of these responses is the more accurate. It is likely that either response would be accepted by the client as representing the therapist's sincere intentions of trying to understand. The client's statements revealed her various experiences in relation to the situation of the call. These expressions of her **self** permit the therapist to have an experience of, and to communicate, empathic understanding.

Most of Rogers' responses to his clients express his immediate grasp of the meanings the client is at-