

## O ENCONTRO INTER-HUMANO NA RELAÇÃO TERAPÊUTICA

### THE INTER-HUMAN ENCOUNTER IN THE THERAPEUTIC RELATIONSHIP

Márcio Arthoni Souto da Rocha<sup>1</sup> Thiago Carvalho Freitas<sup>2</sup>

1. Universidade Federal do Ceará | Professor – Doutor em Psicologia

2. Universidade Federal do Ceará | Psicólogo - Mestre em Saúde da Família

**Resumo:** Este trabalho tem como ponto de partida a hipótese de que a compreensão do encontro inter-humano da Filosofia Dialógica pode se apresentar como um solo epistêmico relevante para a relação terapêutica delineada pela Abordagem Centrada na Pessoa. Em razão disto, temos como objetivo analisar como a noção de encontro inter-humano presente na filosofia dialógica pode contribuir para o entendimento do processo terapêutico proposto pela Abordagem Centrada na Pessoa. Escolhemos como método fazer um estudo exploratório, de natureza bibliográfica que se estruturou como estudo teórico. Para a Filosofia Dialógica trata da relação que surge a partir do encontro Eu-Tu como atitude fundamental do inter-humano, sem desconsiderar a necessária atitude Eu-Isso. Para a Abordagem Centrada na Pessoa a relação entre terapeuta e cliente ocupa lugar estruturante no processo de mudança de personalidade. Esse estudo permitiu analisar alguns dos principais conceitos desses referenciais e percebeu como resultado que há a possibilidade de integração dos dois campos teóricos. Além disto, abre-se a possibilidade de pensar a Terapia Centrada na Pessoa como referência facilitadora para o encontro inter-humano.

**Palavras-chave:** Abordagem Centrada na Pessoa; Filosofia Dialógica; Encontro; Relação; Psicoterapia.

**Abstract:** This work takes as its starting point the hypothesis that the understanding of inter-human encounter from Dialogical Philosophy can serve as a relevant epistemic foundation for the therapeutic relationship outlined by the Person-Centered Approach. Therefore, our objective is to analyze how the notion of inter-human encounter present in dialogical philosophy can contribute to understanding the therapeutic process proposed by the Person-Centered Approach. As our method, we chose to conduct an exploratory bibliographic study structured as theoretical research. Dialogical Philosophy addresses the relationship that emerges from the I-Thou encounter as a fundamental attitude of the inter-human realm, without disregarding the necessary I-It attitude. In the Person-Centered Approach, the relationship between therapist and client occupies a structuring position in the personality change process. This study allowed us to analyze some of the main concepts from these frameworks and found as a result that integration between the two theoretical fields is possible. Additionally, it opens the possibility of considering Person-Centered Therapy as a facilitating reference for the inter-human encounter.

**Keywords:** Person-Centered Approach; Dialogical Philosophy; Encounter; Relationship; Psychotherapy.

### INTRODUÇÃO

Um encontro ocorrido em 1957, pelos fundadores da Filosofia Dialógica e da Abordagem Centrada na Pessoa tornou-se objeto de interesse acadêmico desde então por colocar os dois referenciais num lugar de aproximação e diferença. Parte do fundador da Abordagem Centrada

uma pergunta curiosa, e cuidadosamente posta, de como esse outro conseguia manter-se em encontro tão significativo com as pessoas sem ser um psicoterapeuta. Ao que segue, afirmando: “Penso que há algo sobre a relação terapêutica que nos dá a permissão, quase a permissão formal, de entrar em um profundo e próximo relacionamento com uma pessoa e, então, tendemos a aprender muito profundamente dessa forma”<sup>1</sup>. Ele tinha o sincero interesse de aprender como poderia ter desenvolvido a habilidade de estar genuinamente com o outro, sem ter passado pelos caminhos do treinamento em psicoterapia, porque para ele, a psicoterapia podia oferecer um aprendizado de habilidades que facilitam, significativamente, estar diante de alguém de maneira genuína. A resposta que obteve surpreendeu por uma relativa influência inicial de alguns anos na psiquiatria e da psicanálise bleuleriana. Porém, o que ficou em maior evidência foi a clareza em apontar que, desde o início, entendia possuir “uma certa inclinação para encontrar pessoas. E, tanto quanto possível, simplesmente modificar algo no *outro*, mas também, permitir que seja modificado por *ele*”<sup>1</sup>. Aqui nasce a questão de onde parte nossa reflexão: tal habilidade para o encontro inter-humano seria algo próprio de específicas pessoas ou poderia também ser objeto de treinamento e aprendizado, como pensado e proposto pela Abordagem Centrada na Pessoa?

É preciso destacar que a Filosofia Dialógica entende haver uma assimetria obrigatória na psicoterapia que torna o encontro Eu-Tu inviável, apesar de reconhecer que é uma boa forma de encontro. Compreende que os encontros são da simples humanidade. Por simples humanidade, devemos entender um estado de similaridade entre os que estão em diálogo, como em um mesmo plano, o que não seria possível para a psicoterapia. A questão que se modifica na relação quando pensamos o inter-humano e quando falamos da que ocorre no âmbito da terapia, é que a diferençaposta pela própria realidade de mundo não se desfaz. E é por conta dessa realidade que o terapeuta não poderia estar num mesmo plano que o cliente, apesar do terapeuta ter genuína vontade de se colocar nesse lugar. O terapeuta sempre estaria num lugar de poder-fazer-algo pelo cliente e este não poderia exercer o mesmo poder de ajuda para o terapeuta.

O que torna essa condição interessante, contudo é a forma “quase divergente” que a Abordagem Centrada na Pessoa comprehende o tipo de relação que propõe em seu corpo de conceitos. Enquanto a Filosofia Dialógica sustenta a incompatível condição de pontos de vista que não poderiam coincidir, a Abordagem Centrada comprehende que, em seu método de terapia, haveria um encontro de duas pessoas em bases iguais, mesmo que para quem observasse de fora, pudesse se ver ali uma relação desigual.

Aqui se mostra relevante destacarmos que tipo de relação terapêutica é essa que a Abordagem Centrada na Pessoa está se referindo. Para ela, a terapia deve sempre ser considerada como uma relação que acontece sob determinadas condições, apresentadas como necessárias e suficientes<sup>2,3</sup>. Sob essa perspectiva, o terapeuta é responsável por assegurar um clima facilitador para que o processo da terapia possa chegar ao esperado da mudança de personalidade. Na hipótese da terapia, se o terapeuta adotar uma atitude de profundo respeito e

de aceitação total do cliente, tal como ele é, além da confiança na sua capacidade para resolver seus próprios problemas; se isso for vivido num clima de empatia e com boa comunicação onde o cliente se sinta genuinamente compreendido, pode-se considerar que ali se iniciou o processo terapêutico<sup>3</sup>.

Para além de uma simples divergência teórica, estamos diante de uma perspectiva epistemológica muito importante e que, por sua vez, pode direcionar estudos na formação de jovens terapeutas que usam como base o referencial da Abordagem Centrada na Pessoa. Concordamos com o pressuposto que essa abordagem terapêutica possui um rico potencial facilitador da experiência de si e da mudança de personalidade, entretanto, o que se coloca a partir das questões levantadas anteriormente é pensar o caráter dialógico dessa abordagem de psicoterapia, ou seja, o quanto ela pode ser tomada como uma possibilidade da experiência de Encontro do tipo Eu-Tu. Haveria alguma especificidade no tipo de encontro genuíno proposto pela Abordagem Centrada e que se diferencia da Filosofia do Diálogo? Ou ainda, os pontos de vista assumidos pela condição própria dessa relação terapeuta-cliente seriam irrevogáveis, mantendo a relação presa a um modelo Eu-Isso? São essas nossas questões iniciais que nos fazem propor um estudo teórico sobre isso.

## MÉTODO

Nossa hipótese inicial é de que a compreensão do encontro inter-humano da Filosofia Dialógica pode se apresentar como um solo epistêmico relevante para a relação terapêutica delineada pela Abordagem Centrada na Pessoa. Essa hipótese serve para nossa pesquisa como horizonte de perspectiva que nos guiará na investigação, sem o comprometimento de validá-la. O objetivo principal deste trabalho é analisar como a noção de encontro inter-humano presente na Filosofia Dialógica pode contribuir para o entendimento do processo terapêutico proposto pela Abordagem Centrada. Além deste, pretendemos, também, discutir sobre o tipo de relação que é apresentada no campo da Psicoterapia Centrada na Pessoa, a fim de entendermos sua condição dialógica.

Diante dessas questões de partida, este trabalho se apresenta como um estudo exploratório, através de uma pesquisa bibliográfica onde adotamos o método de pesquisa conceitual<sup>4-6</sup> que tem como objetivo aprofundar o entendimento sobre as teorias que fazem parte do estudo, descrevendo os conceitos e suas possíveis articulações. Esse trabalho foi dividido em três fases, sendo a primeira a da seleção dos principais textos que nos debruçaríamos para a definição do nível de profundidade da análise, que para este trabalho entendemos ser necessário uma análise crítica, com questionamento de pressupostos e desenvolvimento de novas perspectivas. Também levamos em conta nessa fase de análise a adoção de um escopo mais restrito, pois se foca em aspectos específicos com profundidade.

Na segunda fase, passamos ao trabalho de interpretação dos conceitos dos textos. Nessa etapa delineamos a forma como os textos seriam analisados e como selecionaríamos seus dados principais. Considerando nosso problema de pesquisa, destacamos que conceitos deveriam figurar como principais em cada uma das teorias estudadas. Depois, passamos à caracterização dessas ideias. Em seguida, construímos um esquema básico para a identificação da estrutura argumentativa que ajuda a visualizar o percurso conceitual que pretendemos seguir para responder ao problema da pesquisa e, por fim, criamos uma síntese interpretativa, articulando os pontos analisados anteriormente.

Os textos que utilizamos para esse estudo foram: "Carl Rogers Dialogues: Diálogo entre Carl Rogers e Martin Buber", "Tornar-se Pessoa" de Carl Rogers e "Do diálogo e do dialógico" de Martin Buber. Além destes, outras obras importantes desses dois autores foram consideradas e utilizadas no estudo, tais como: "Eu e Tu" e "Encontro: fragmentos autobiográficos" de Martin Buber, também "Um jeito de ser" e "Terapia Centrada no Paciente" de Carl Rogers. Outros textos completam o fundamento dos conceitos estudados, tendo sido elaborados por importantes comentadores ou pelos próprios autores. Após apresentação e análise dos resultados será possível acender ao campo final desta pesquisa, onde poderemos encontrar uma perspectiva de integração dos dois campos teóricos que, mesmo não coincidindo plenamente, possuem relevante abertura para complementariedade.

## RESULTADOS

Apresentaremos a seguir, como resultado desse trabalho de investigação, uma descrição de pontos importantes da Filosofia Dialógica e da Abordagem Centrada na Pessoa que demonstra a compreensão que cada uma possui daquilo que chamam de relação, enfatizando seus principais conceitos, como a dialogicidade, que trata exatamente da relação que surge no âmbito das palavras-princípio; a noção de cumplicidade presente no encontro humano, que explicita o caráter vinculado dos polos desta relação, presentes nas atitudes fundamentais Eu-Tu e Eu-Isso; o conceito de encontro inter-humano, onde podemos perceber a dupla atitude fundamental que reflete alternadamente a possibilidade de um vínculo excepcional e a possibilidade de uma objetividade para com o outro. Também perceberemos como resultado desse estudo teórico a necessidade de compreensão da noção de processo terapêutico na Abordagem Centrada na Pessoa, assim como das atitudes que facilitam a evolução desse processo e a consequente mudança de personalidade esperada para o cliente; também a noção de experiência e sua compreensão dos estados de fixidez e fluidez da percepção de si.

Ressaltamos que, em uma pesquisa qualitativa, mais especificamente, num estudo teórico, tratamos os resultados como exposição e análise de conceitos e ideias que se mostraram

necessários na organização do percurso que fizemos. Compreender criticamente esses conceitos nos ajudam a delinear com mais rigor o marco teórico que a pesquisa pretende demonstrar.

Dessa maneira, é significativo partirmos da consideração do quanto essas duas teorias compartilham de uma posição filosófica existencial que evita a redução da compreensão de relação a um lugar pragmático, ou seja, quando se está diante de alguém, esse alguém é considerado como uma pessoa que nos é semelhante na condição de humanidade, além disso, privilegiam uma visão humanista de totalidade integrada, onde as experiências devem ser consideradas como partes inseparáveis na sua relação com o mundo<sup>7</sup>. Compartilhar da visão de homem, ainda que com algumas sutis singularidades, bem como de uma visão de mundo, aproxima bastante os pensamentos desses autores. Isso torna possível uma aproximação efetiva da Filosofia Dialógica com o campo de uma Psicoterapia Dialógica<sup>8</sup>. Esta investigação mostra como é fundamental compreender bem o pensamento desses referenciais para poder analisar e discutir possíveis implicações, quando de sua aproximação.

### **Características do encontro inter-humano.**

Podemos tomar como um ponto de base da Filosofia Dialógica o fato de o *encontro dialógico* ocupar um lugar central nas reflexões que desenvolveu. A relação humana, por sua vez, está intimamente ligada com a ideia de *dialogicidade* e com a noção de vínculo intersubjetivo, o que vai aparecer através do conceito de *entre*.

O conceito de dialogicidade refere-se ao entendimento básico de que o mundo não pode ser absorvido ou compreendido senão através de suas coisas, através da consideração do encontro como uma vivência do ambiente, ou seja, do encontro direto firmado entre o homem e o seu mundo. Acreditar na materialidade de categorias objetivas e em qualidades gerais que versam sobre o homem, bem como sobre as coisas ao seu redor, é acreditar na ilusão de que este mundo pode, efetivamente, ser qualificado e categorizado em estruturas que desconsideram o relacionamento e a experiência imediata do homem com seu ambiente. Aqui se rechaça a ideia de um mundo a priori que possa existir fora da relação que o homem tem com ele<sup>8,9</sup>.

Ao tomarmos o conceito de dialógico percebemos que há um entendimento primordial de que os significados do ambiente e daí com que nos relacionamos, sejam pessoas ou objetos, são revelados não por definições objetivas que criamos sobre este mundo, mas significados por eles mesmos quando, reciprocamente, nos experimentamos indissociáveis neste ato particular do encontro. A Filosofia Dialógica entende que o próprio encontro não pode ser considerado uma unidade, já que é exatamente um encontro e não uma união<sup>9</sup>. Ao apresentar as palavras-princípio Eu-Tu e Eu-Isso, destaca sua necessária alternância como modo próprio de qualificar a existência humana, que por sua vez é inseparável das contingências do mundo. O Eu-Tu, em sua qualidade

de encontro, sempre abrirá condições para que surja uma relação do tipo Eu-Issso, que dá conta das coisas do mundo e de suas vicissitudes.

A antropologia filosófica desse referencial propõe reconhecer o homem enquanto pessoa, nas diferenças e particularidades dos tipos de personalidade e nos distintos estágios de sua vida; dessa forma, o conhecimento sobre o humano não pode preceder a própria existência, mas se fundar a partir dela. Afirma o compromisso com a existência concreta do ser humano que se dá na experiência vivida que indica o que é humano no homem. Por sua vez, o encontro entre o indivíduo e aquilo que se apresenta à sua frente como Mundo se antepõe a qualquer definição no nível da unidade destes elementos. A Filosofia do Diálogo trata exatamente da relação que surge entre esses elementos e por isso mesmo não é na interiorização das coisas ou na compreensão reflexiva sobre o mundo que residem seus sentidos, mas na própria relação entre eles<sup>10</sup>.

Fica claro que o interesse da Filosofia do Diálogo sobre a questão da humanidade situa-se especificamente na questão do sentido da existência humana, onde realiza uma mudança de perspectiva frente às filosofias produzidas anteriormente. Esta mudança compreende um entendimento que afasta o homem de análises objetivas, exatas e rígidas e passa a considerá-lo em seu caráter mais vivencial, tal como a própria relação do homem com seu mundo. O comprometimento com a experiência vivida, citada anteriormente, coloca a Filosofia dialógica num espaço de aproximação com as psicoterapias experenciais, como é o caso da Abordagem Centrada na Pessoa.

### **Dialogicidade e relação no âmbito das palavras-princípio**

Acontece que, sob a ótica da Filosofia do Diálogo, está ultrapassada qualquer noção de homem que o considere uma subjetividade alheia a outras subjetividades, com um mundo à sua volta que é acessado estritamente diante das contingências. Além disso, o próprio *Ser-no-Mundo* deixa de ser definido pela junção do que se entende por humano e do que se entende por mundo e passa a ser entendido especificamente pelo *continuum* que há entre eles, pelo hífen que os assume inseparáveis. Não há distinção entre o que é o homem e o que é sua vivência de mundo, assim como não há separação entre o homem e a palavra, que é a expressão de sua linguagem. A palavra é essencialmente diálogo, ela fecunda a relação e são as palavras-princípio que “significam a dimensão da intersubjetividade do homem”<sup>7</sup>.

A palavra representa um ponto fundamental da proposta da filosofia dialógica. Ela não está no homem apenas, ou por ele é proferida, mas ela está na relação, está entre aqueles que a dividem. Proferir uma palavra é colocar-se em relação, e a relação é o fundamento da existência humana. A subjetividade e o inter-humano, a noção de Eu e a noção de mundo, o encontro e a distanciação, a experiência e a relação estão todos envolvidos com essa compreensão de dialogicidade<sup>9</sup>.

No espaço da linguagem e da palavra, encontra-se o mundo múltiplo no qual o ser humano pode efetivamente ser ou onde ele pode apenas se instalar. A linguagem não deve ser entendida como um instrumento que favorece o humano em seu domínio sobre a natureza (sua própria natureza, inclusive). Neste caso, o homem é muito mais instrumento da linguagem do que o contrário. Na realidade, não há início ou fim no caminho percorrido pelos enunciados proferidos, não há essência em seus significantes antes que o significado seja atribuído pela atitude fundamental que a palavra pode carregar.

Algo a se destacar é a compreensão da Palavra, pela Filosofia Dialógica. A atitude do homem em face do mundo se manifesta como palavra. Esta palavra, uma vez proferida, traz o homem à existência. Ela é realmente um princípio de existência. Não é uma simples função do Eu. Pela palavra, o eu se projeta no mundo que lhe está defronte<sup>10</sup>. A palavra é a própria concretização de seu significado; ela não carrega a definição do homem em si, assim como o homem não carrega em si sua própria definição. A palavra carrega consigo o modo próprio com que o homem se relaciona com seu mundo. A palavra expressa seu modo de ser-no-mundo como princípio Eu-Tu e Eu-Isso.

### **A noção de cumplicidade presente no encontro humano**

A cumplicidade presente na relação humana explica o caráter intrínseco e vinculado dos polos desta relação, pelas atitudes fundamentais Eu-Tu e Eu-Isso. A consideração sobre a cumplicidade nos traz a conclusão de que não é possível atribuir apenas ao indivíduo a exclusividade por sua determinação subjetiva ou por sua determinação moral e intelectual. Realizar-se individualmente é apenas um desdobramento da realização enquanto relação, efetivada, especificamente, pela palavra dialógica Eu-Tu. A disposição da existência humana a partir da ideia de cumplicidade associa seus elementos como concorrentes à realização de algo, que só pode ser concretizado dentro deste encontro. Na atitude Eu-Isso, por sua vez, há uma disposição entre o eu – que vê diante de si apenas os meios para relacionar-se com o mundo – e os outros, onde se realiza a palavra da separação e se busca, ainda que equivocadamente, num tipo de “encontro”, a distinção que os promova a indivíduos<sup>10</sup>.

Para a Filosofia Dialógica, o mundo é duplo para o homem, pois a atitude do homem também é dupla<sup>11</sup>. A duplicidade do mundo e das relações faz com que o Eu de uma palavra-princípio seja profundamente distinto do Eu da outra palavra-princípio. São duas atitudes diferentes, duas colocações distintas diante de um mundo dual. Desta forma, a existência do Eu se inscreve quando se profere uma das palavras-princípio. Ao atribuir importância aos modos variados e distintos de relações e relacionamentos, passa-se a dar destaque à relação enquanto evento fundamental, que constitui o modo mais particular de encontro entre as pessoas e o encontro delas com seu ambiente, em um processo de definição e identificação recíproco.

Entrar em relação ou estar em relacionamento é a confirmação de que não há estabelecimento substancial capaz de sustentar as virtudes rígidas que supostamente nos habitam ou habitam o universo. A distância que nos separa do conhecimento mais profundo sobre nossa existência parece não poder ser encontrada em um método científico dogmático; O caminho tortuoso que nos liga às pessoas e a tudo com que nos envolvemos é alternadamente separação e encontro. O trajeto realizado em busca do outro é o mesmo trajeto recíproco em que se estabelece a maior fonte de compreensão sobre nós. Já não se apresenta como distância este espaço entre dois corpos, pois na verdade o que há não é afastamento, mas sim confrontação, e por sua vez, aproximação<sup>10</sup>.

Relacionar-se *com* ou estar *na* relação são duas possibilidades admissíveis, alternadas e opostas com as quais lidamos ao proferir Eu-Isso e Eu-Tu. Estar em relação é a maneira do homem se ligar ao mundo, mas a relação não é patrimônio do humano. O relacionar-se é um acontecimento mútuo, um evento natural que engloba ao mesmo tempo o caráter mais essencial e o caráter mais existencial de um ser. Dos diversos tipos de vinculação possíveis entre os homens, valorizam-se aquelas que seguem o princípio de não tratar o semelhante como objeto ou como meio para um determinado fim. O outro e, por conseguinte, a relação com ele, deveriam ser o próprio fim<sup>9</sup>. O mundo perpassado por encontros objetivos é um lugar não implicado onde o humano, em sua tentativa de definição e crescimento, retrai-se e busca em si mesmo um sentido para a existência. Apesar destas afirmações o mundo do Isso é indispensável para nossa existência, enquanto possibilidade de entendimento sobre as coisas e as pessoas.

Nesse momento, parece-nos claro que estão tratando de uma visão de homem muito semelhante e de um modo de abordar a relação desse homem com o mundo, responsabilizando-o pela atitude que assume perante ele. De algum modo, também a Abordagem Centrada comprehende esse lugar de responsabilidade almejado na sua teoria da terapia que veremos mais à frente.

## O processo da terapia centrada no cliente

A Abordagem Centrada na Pessoa teve seu início numa perspectiva terapêutica de mudança de orientação metodológica em relação a outros referenciais. É um momento importante na tentativa de estender a prática clínica a agentes fora da medicina, o que ainda gerou melhor distinção do referencial da Abordagem Centrada do modelo médico de relação com os pacientes. Ela trouxe um modo de olhar para o cliente bem específico, reconhecendo melhor sua capacidade de conduzir a si mesmo e, por isso, assumiu a condição da não-diretividade. Posteriormente, ela passa a se denominar Terapia Centrada no Cliente. Apesar desta perspectiva não ter ficado como

eixo fundante da terapia com o passar dos anos, parece-nos que sua importância continua viva até hoje, tanto em aspectos metodológicos, quanto conceituais.

Se por um lado, assumir uma postura não-diretiva reconhece adequadamente a capacidade do cliente de lidar com as questões do seu existir, também podemos dizer que o terapeuta necessariamente, ocupa um lugar menos assimétrico nessa relação. Esse interesse metodológico da Abordagem Centrada é que vai depois se aproximar da Filosofia Dialógica, numa perspectiva conceitual, sobre a visão de homem, afinal, para ambas, o homem que se apresenta na relação precisa ser reconhecido em sua condição integral. O que implica, portanto, uma postura não-diretiva? Reconhecer a capacidade própria de cada ser humano de saber sobre si e de poder fazer as melhores escolhas para sua vida<sup>15</sup>, o que se torna o eixo condutor dessa terapia. Não obstante isso, ainda possibilita ao terapeuta não permanecer dependente de técnicas ou ferramentas para conduzir o cliente à cura, antes deveria favorecer o desenvolvimento potencial do cliente<sup>16</sup>.

A proposta não-diretiva não se reduzia a não dar conselhos na terapia, ela evitava também a interpretação daquilo que o cliente comunicava, permitindo que ele mesmo desse sentido à sua fala. A consideração pela capacidade do cliente de significar a própria fala acaba, posteriormente, sendo um dos pontos de contato entre a Filosofia Dialógica e a Abordagem Centrada na Pessoa. O terapeuta nesse referencial não se coloca de maneira neutra com o seu cliente, apenas evita posturas que possam indicar algum tipo de intervenção que não considerasse a experiência que o cliente está tentando comunicar<sup>12</sup>. Nesse sentido, é que podemos considerar que a primeira grande contribuição da Abordagem Centrada na Pessoa é pensar uma clínica humanista que apresente um tipo de comunicação inter-humana capaz de ser aprendida e aplicada no contexto da clínica ou das relações cotidianas.

Essa nova forma de terapia entendia que a relação ali estabelecida deveria promover uma experiência de crescimento e mudança para o cliente, através do aumento de compreensão de si que o cliente passaria a vivenciar e a uma forma mais madura de atuar nas suas relações. A confiança no processo do cliente o ajudaria a se colocar de uma maneira mais espontânea no mundo<sup>15</sup>.

A Abordagem Centrada passa a defender a importância a uma relação genuína entre o terapeuta e o cliente, onde o terapeuta vai se colocar como facilitador da experiência de autenticidade do cliente. Nessa perspectiva, essa atitude seria uma importante condição no processo de mudança da personalidade. Para a Abordagem Centrada, conseguir estar genuinamente na relação é estar consciente dos próprios sentimentos e ter a disposição para expressar esses sentimentos e atitudes que existam no terapeuta naquele instante<sup>3</sup>.

Sabemos que muito da conceituação dessa abordagem se desenvolveu num paralelo com a prática clínica, e isto talvez lhe tenha inferido um caráter mais plástico às suas

formulações. As mudanças foram acontecendo muito mais por necessidades que foram surgindo com o processo do que por um planejamento prévio de como essa clínica deveria ser formulada.

Há uma migração no modo de praticar a terapia centrada na pessoa de um lugar de respostas mais objetivas, embora sem conteúdo de interpretação para um lugar mais experiencial, onde o vivido do cliente, expresso nas suas falas, é tomado como foco de atenção pelo terapeuta. De toda maneira, desde o início é preocupação da Abordagem Centrada criar uma atmosfera onde o cliente se sentisse aceito como ele é, sem ameaças à sua experiência e que pudesse perceber com clareza as condições facilitadoras desse processo, a saber: a empatia, a autenticidade e a compreensão empática<sup>7</sup>. Com essa mudança de foco, a ênfase passa a ser a relação terapeuta-cliente, considerada um encontro existencial. Aqui parece haver um significativo encontro dos dois referenciais, a Filosofia Dialógica e a Abordagem Centrada na Pessoa.

O processo terapêutico na Abordagem Centrada foi evoluindo de um modelo onde se reconheciam três categorias estruturantes: a catarse, o *insight* e as fases finais, para um entendimento mais dinâmico e abrangente do processo como mudança de um estado de fixidez da percepção para um de maior fluidez. Na catarse, o cliente alcançaria uma percepção de si mais elaborada que culminaria com o *insight* que seria, na verdade, um entendimento mais ordenado sobre ele mesmo e que chegaria de modo espontâneo. Na medida em que ocorre uma evolução do *insight* e o cliente tende a tomar decisões com mais autenticidade, ou seja, ele pode estar na relação sendo quem ele é de fato<sup>15</sup>.

Em seguida, o que vai mudar na compreensão do processo terapêutico diz respeito muito mais ao uso de determinadas atitudes por parte do terapeuta e a um alcance de congruência por parte do cliente, o que se expressaria numa compreensão mais fluida de suas possibilidades existenciais. A confiança inicial depositada no terapeuta vai se realocando para o campo experiencial do próprio cliente, ou seja, ele vai confiando cada vez mais na sua capacidade de atualização e vai aprendendo a usar seu quadro de referência interno como definidor de suas escolhas<sup>3</sup>.

Algo fundamental nesse momento da terapia é a capacidade empática por parte do terapeuta. Esta é uma tarefa de grande exigência por não se coadunar com um mero exercício intelectual, analítico. O exercício da empatia implica em acessar como o cliente comprehende a si mesmo na vivência que está compartilhando durante a sessão da terapia. Trata-se de um nível de aproximação muito significativa, porém sem permitir-se a mistura das vivências pessoais com as do cliente. Nesse momento, entendemos haver a

possibilidade da abertura para o encontro genuíno inter-humano apresentado pela Filosofia Dialógica.

Para ser efetiva, essa relação necessita que o cliente se experiencie aceito de forma incondicional em todos os aspectos de sua vida, entendidos por ele como positivos ou negativos e que não experiencie nenhum tipo de julgamento por parte do terapeuta. Trata-se de um processo que migra de uma experiência de si desorganizada e que começa a vivenciar uma reorganização desse processo em que se dá uma expressão mais livre de como ele se percebe<sup>12</sup>.

A Abordagem Centrada entende que a mudança acontece na medida em que o cliente passa a se aceitar como ele é e destaca que essa mudança se dá em um contínuo regido por um interessante paradoxo existencial, onde quanto mais a pessoa se aceita como ela é, mas a mudança ocorre no sentido de uma maior autonomia. Esse processo se conclui exatamente quando o cliente é capaz de se autorizar a viver a sua experiência, sem medo, mesmo que isso se mostre eventualmente com alguma contradição. A mudança coincide com a firmação de ser quem de fato ele é, mesmo que isso signifique não atender a expectativas de demais<sup>3</sup>.

Um aspecto significativo do processo de mudança ocorre quando o cliente passa a experienciar a mesma fluidez no contato com as pessoas de seu convívio. Passa a se expressar sem se sentir ameaçado e sua autoconfiança o permite perceber-se sendo quem ele é nas relações cotidianas. A aceitação desse "Eu" se mostra processual, porém, à medida em que ocorre, instauram-se condições mais favoráveis para o encontro inter-humano se dar efetivamente<sup>15</sup>. Em razão disso, compreendemos que, uma vez num processo de terapia em que sua autenticidade seja trabalhada de modo afirmativo, mais facilitador será o encontro com um outro.

## DISCUSSÃO / ANÁLISE DOS DADOS

A existência dialógica é uma prerrogativa do ser humano. Aos sermos colocados no mundo inicia-se um percurso de relação. Homem nenhum nasce ou cresce sozinho, fora de relação, por maior que seja sua solidão existencial. A todo momento nos encontramos uns com os outros e nos definimos através de cada um destes eventos particulares. Entretanto, por mais que nosso viver seja compartilhado com o viver dos outros, por vezes nossas relações permanecem restritas à objetividade formal do mero acesso à alteridade. Em certos momentos da vida é possível que nos comportemos de maneira inacessível ao relacionamento genuíno e nos restrinjamos àquilo

que parece se aproximar da imparcialidade. Ser imparcial diante do mundo e das pessoas é não se deixar atingir por elas e não participar (ou interferir) naquilo que é “alheio” a mim. A distância e o isolamento, como sintomas de um paradigma de neutralidade, apenas dificultam o acesso natural do homem ao mundo das relações. Além disso, dar importância a esta distância que me separa do mundo – e valorizá-la como alguma coisa capaz de me diferenciar ou de me tornar único no mundo – é esquecer que há algo capaz de me unir às outras existências<sup>10</sup>.

### **O experimento da relação terapêutica como uma relação inter-humana**

Duas palavras são importantes no contexto das relações humanas e da dialogicidade propriamente dita: postura e atitude. Elas representam indicações de como o homem se apresenta ao mundo e de como ele pretende relacionar-se com esta possibilidade de encontro. A postura refere-se à forma do homem se colocar em seu ambiente, seja ela rígida, impassível, apesar de qualquer evento ou então flexível e suscetível a acompanhar as mudanças ao seu redor. O modo próprio e particular de colocar-se no mundo implica também no modo de atuar neste ambiente. Já a atitude pode ser entendida como a disposição para as pessoas e a “forma” que nos assumimos em tais situações<sup>8</sup>.

É possível que a humanidade esteja atravessando uma etapa de seu desenvolvimento enquanto espécie caracterizada pela precarização dos relacionamentos inter-humanos. As posturas e as atitudes adotadas individualmente se relacionam com uma tendência global que promove o distanciamento e a fragilização do encontro interpessoal. Aquilo que a Filosofia Dialógica chamou de “a grande melancolia do mundo” – a certeza de que todo Tu em algum momento se tornará um Isso para mim – e isso tem tomado força e se tornado cada vez mais presente na constituição do elo relacional que aproxima as alteridades, mantendo-as distanciadas. Esta tendência faz com que as relações sejam valorizadas não pela riqueza da presença do outro, mas pela satisfação individual que supostamente se concretiza quando as pessoas fazem uso das coisas em prol de uma hipotética constituição subjetiva particular. O mundo objetivado é acessado com o intuito de preenchimento individual, destituído do compromisso presente na aproximação efetiva de duas pessoas.

Mesmo com toda a materialidade do mundo contemporâneo e a busca por verdades, por certezas e pelo crescimento enquanto indivíduo e sociedade – mesmo assim e apesar de tudo isso – ainda reside no homem um apelo profundo e vital que clama a todo instante pelo encontro com o outro. O contato com outras pessoas nos afeta da maneira mais essencial que poderíamos ser afetados. Podemos dizer que todo homem quer se sentir em encontro genuíno com outro ser humano.

O cultivo das relações genuínas que se constituem como diálogo propriamente dito carece de cuidados. As posturas e as atitudes para com as pessoas, quando utilizadas a favor da

aproximação e consideração legítima, são maneiras de cuidar da singularidade e da alteridade. A fragilização do contato legítimo faz com que os espaços de encontro inter-humano e, por conseguinte, o encontro com a própria subjetividade se tornem empobrecidos. É neste sentido que o ambiente psicoterapêutico se apresenta como uma abertura, uma possibilidade para a aproximação humana. Encontrar-se no ambiente terapêutico é, acima de tudo, adentrar em um espaço de cuidado, tanto para o terapeuta como para seu cliente. Para muito além do estar rodeado e envolvido por métodos que tratem das doenças e dos distúrbios da saúde, o sentido de terapia encontrado nessa análise adquire a acepção de responsabilidade para com o outro, considerando-o em sua totalidade. É a partir desta consideração dos sujeitos em toda a sua singularidade que pode se alicerçar uma relação dialógica<sup>8,3</sup>.

A consideração da alteridade daquele que busca ajuda e auxílio na psicoterapia deve se constituir de forma não forçada e na ausência de restrições. Um dos principais papéis do psicoterapeuta deve ser o de criar condições para que o ambiente do diálogo possa prosperar satisfatoriamente<sup>12</sup>. Algo muito importante em relação a este assunto é a questão da permissão. Por vezes a chegada de alguém na terapia é resultado de um de comprometimento e fragilização de suas relações, de seus vínculos afetivos, de uma debilidade na produção, na expressão ou na recepção dos seus afetos. Este comprometimento está intimamente associado à maneira como as pessoas lidam com os sentimentos; e não só os sentimentos, mas também a consideração pelo outro como um todo é desprivilegiada quando os vínculos afetivos estão comprometidos. Cria-se uma deficiência na união constituída entre as pessoas, em que se evidencia uma carência na permissão dada ao outro.

O movimento de permissão implica em outro movimento: o de responsabilização. No encontro humano genuíno (aquele que se caracteriza por promover a aceitação e o acolhimento total da alteridade), o ato de permitir significa autorizar a existência própria daquele sujeito com quem eu estou me encontrando naquele momento. Desta forma, o psicoterapeuta torna-se responsável, junto com o cliente, pela relação que se configura entre eles naquele instante<sup>7</sup>. O domínio do entre é de responsabilidade mútua, é propriedade daqueles que participam do diálogo e ambos se tornam responsáveis por ele. Para o terapeuta, ser corresponsável pelo momento do encontro traduz-se em uma tarefa dupla: consentir em receber alguém que o procura buscando a resolução de seus problemas e ter recursos para que esta mudança se dê efetivamente<sup>8</sup>.

No momento da aceitação o terapeuta se desprende de seus pressupostos e mergulha inteiramente no evento da relação. O sentido disto é possibilitar a criação de um ambiente favorável ao encontro, já que o momento Eu-Tu não pode ser “provocado”; ele simplesmente acontece. Atribuir importância e valorizar o outro são disposições essenciais e necessárias à inclusão mútua no espaço do entre. Vale ressaltar que a ação de possibilitar a presença da outra subjetividade dentro da relação é reconhecer as virtudes de alguém e nos responsabilizarmos pelo diálogo. Já a confirmação se associa à ideia de que todos nós precisamos ser afirmados

quando nos relacionamos com o mundo e com as pessoas. Sem a efetivação do vínculo que possibilita a constituição da subjetividade, esta se enfraquece havendo uma desvalorização da alteridade enquanto existência. Sem a confirmação do outro dentro da relação, o sujeito se perde em meio a um desejo de tentar ser aceito, adquirindo uma imagem distorcida, que busca sem êxito identificar-se, o que o impossibilita de receber uma “resposta” por ser quem ele é<sup>3</sup>.

### O encontro terapêutico como arte de encontrar-se

É comum, nas duas perspectivas analisadas, compreender que em momento algum as atitudes, a aceitação, as respostas ou a disposição ao encontro foram tratadas como técnicas, como algo que poderia vir a ser utilizado com o propósito de construção do vínculo terapêutico. É verdade que essas atitudes se apresentam como incentivos à aproximação entre as pessoas e tornam-se valiosas por possibilitarem a mudança de personalidade do cliente. Entretanto, não devem ser tomadas como técnicas ou procedimentos. Se fosse possível classificá-las, poderiam fazer parte daquilo que é chamado de “a arte do encontro”.

Fazer com que a pessoa que procura a terapia participe de “instantes dialógicos” pode possibilitá-lo vivenciar de maneira potencializada sua vida fora do ambiente terapêutico. Oferecer condições para que o diálogo se realize dentro da terapia é mais do que apostar em um projeto com pretensões curativas: é possibilitar o encontro entre duas pessoas, onde ambas participarão do fortalecimento de suas individualidades a partir do contato com a alteridade – na Filosofia Dialógica entende-se como sendo a “cura por meio do encontro”<sup>9</sup>. Desta forma, o cliente experimentará a possibilidade e a veracidade de uma relação que não trabalha sob o signo da desproporcionalidade; pelo contrário, ele irá se deparar com um momento de plena confiança e de aproximação; estará seguro de si e certo de que a presença do outro, vivida de maneira genuinamente dialógica, o aproximará dele mesmo.

Estar totalmente com o cliente e comportar-se de maneira plena diante dele – embora em certos níveis e em certos contextos possa parecer uma árdua tarefa – é criar condições para que ele também se comporte dessa maneira<sup>13</sup>. E mais que do que isso: ser presente na relação é viver uma relação totalmente diferente. O ser do encontro não se restringe a sua corporificação enquanto um dos participantes da “conversa”; ele é o próprio diálogo acontecendo, um lugar onde não se reconhece início nem fim e que ao mesmo tempo não é unidade; é a própria relação. Desta maneira os sofrimentos, as angústias, as dores e todos os seus opostos são mais intensamente sentidos e compartilhados no espaço do *entre*. Sendo assim, estar presente associa-se à ideia de legitimidade. Participar legitimamente de algo é integrar-se àquele momento do modo mais espontâneo possível. Esta maneira de proceder em relação ao outro contribui para o sentido de verdade que se busca na terapia e para que o paciente se aproxime de uma relação autêntica, acessando a si mesmo neste espaço<sup>8</sup>.

Os desafios presentes na prática cotidiana do psicoterapeuta o impelem a buscar incessante e incansavelmente maneiras mais efetivas de relacionar-se com seu paciente, com aquele que se apresenta confuso e por vezes distanciado das suas próprias vivências e que busca no espaço clínico uma experiência terapêutica que promova uma mudança em sua vida.

Neste sentido o paciente usa a psicoterapia a seu favor, tendo a expectativa de que de alguma maneira ela possa lhe servir, facilitando sua vida, como outros tantos objetos e situações das quais nos utilizamos para nos satisfazer. O psicoterapeuta, embora também esteja comprometido com alguns objetivos pré-determinados dentro deste ambiente, percorre outro caminho que é, ao mesmo tempo paralelo e mais profundo do que aquele percorrido pelo paciente. O psicoterapeuta que considera a efetividade do diálogo e da relação genuína cria condições para que este encontro verdadeiro possa acontecer entre ele e aquele que procura esse cuidado. Viver uma relação dialógica é simultaneamente libertação, descobrimento, segurança e cumplicidade. Antes que se tente alcançar qualquer objetivo na terapia, o diálogo parece clarificar algo que, por sua simplicidade, foi sendo perdida pelas pessoas: a relação inter-humana.

A importância dos conceitos, definições, apreensões ou qualquer outra coisa que tende a “retirar” algo do outro e de capturar sua realidade, é volátil. Não pode nos servir por muito tempo sem que se esvazie e não represente nada mais do que abstrações distantes, que não acompanham a rapidez com que o homem e suas relações mudam. Desta forma, viver e sentir o Tu, a alteridade e a relação que construímos com cada pessoa (inclusive com os pacientes) significa muito mais do que aplicar ao ambiente clínico uma “conduta” de Eu-Tu. Além do mais, como já foi dito anteriormente, a relação não pode ser definida ou reproduzida sem que se perca todo seu sentido neste processo.

A colocação do terapeuta neste ambiente deve estar em um nível mais fundamental do que o rol dos objetivos a serem alcançados juntos com o paciente. O sucesso clínico e terapêutico não deve se sobrepor à relação que surge entre duas pessoas, especificamente duas pessoas em um ambiente de cuidado, responsabilidade e dedicação. Tanto a Filosofia Dialógica quanto a Abordagem Centrada na Pessoa dedicaram bastante tempo a reflexões sobre os relacionamentos e principalmente sobre a relação verdadeira entre as pessoas; não à toa, seus fundadores se debruçaram sobre esses assuntos com genuína dedicação, de um modo que aquilo que colocavam no papel era também o que viviam em suas vidas: a importância da relação na constituição do homem.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

É preciso ter consciência de que a psicoterapia é um espaço restrito e com objetivos restritos e específicos. É marcante a busca intensiva para a criação de um ambiente acolhedor, verdadeiro e honesto para ambas as partes do processo terapêutico. Mas é importante lembrar

que este espaço, apesar de todos os esforços, ainda guarda seus limites, o que não se configura como um ponto negativo, já que a psicoterapia não deveria se pretender para além dos seus objetivos terapêuticos.

A relação Eu-Tu não conhece objetivos fora de si mesma, ou seja, não podemos simplesmente reduzir o encontro dialógico aos interesses psicoterápicos. Neste sentido a própria terapia parece situar-se em um plano inferior ao da relação humana. Reduzir a segunda à primeira é subestimar o potencial existencial que a relação possui para a humanidade como um todo. A terapia parece, assim compreende nossa análise das leituras, um rico laboratório do encontro inter-humano. Estar em processo terapêutico é criar melhores condições para atuar dialogicamente no mundo em que se vive.

No limite determinado pela Filosofia Dialógica, a relação Eu-Tu totalmente mútua não poderia se dar entre cliente e terapeuta, uma vez que o cliente estaria sempre num lugar de abertura e que o terapeuta não ofereceria o mesmo. O processo de busca pela “cura” – mais especificamente a mudança de personalidade – coloca os participantes dessa relação em vínculo com o mesmo propósito, embora por caminhos diferentes: o terapeuta se empenha em entender, acolher e acompanhar o cliente, que por sua vez tenta se responsabilizar por quem ele é e pelas decisões que toma.

Já para a Abordagem Centrada na Pessoa, a responsabilização neste contexto converte-se especialmente para a figura do terapeuta, que deve “promover” ou possibilitar o encontro do cliente com ele mesmo, através de atitudes que o permitam se experimentar num lugar de congruência e autenticidade<sup>3</sup>. Todavia, apesar das restrições e das especificidades da psicoterapia, o que se mostra mais relevante nessa aproximação com os dois referenciais é que o espaço da terapia pode ser um lugar privilegiado de experimentação do inter-humano, ainda que suas especificidades o limite.

Parece-nos, em razão desta análise, que, apesar da divergência de posição inicial delimitando que o lugar da relação terapêutica não permite o encontro dialógico, a compreensão das noções fundamentais da Filosofia Dialógica se mostra em consonância com os conceitos estruturais da Abordagem Centrada na Pessoa, o que nos leva a considerar possível um diálogo mais constante entre esses referenciais a fim de compreender melhor suas possíveis contribuições, seja no âmbito da terapia ou na vida fora das paredes de um consultório psicológico. Mais ainda, levantamos hipótese para futuras pesquisas em que a Terapia Centrada no Cliente possa ser considerada um importante contributo para o encontro inter-humano.

## REFERÊNCIAS

1. Carl Rogers Dialogues: Diálogo entre Carl Rogers e Martin Buber. Revista da Abordagem Gestáltica – XIV(2): 233-243, jul-dez, 2008.
2. Rogers, CR. (The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, v. 21, n. 2, p. 95-103, 1957.
3. Rogers CR. Tornar-se pessoa. 6<sup>a</sup> ed. São Paulo: Martins Fontes; 2009.
4. Laurenti, C. Trabalho conceitual em psicologia: pesquisa ou “perfumaria”? *Psicologia em Estudo*, 17(2), 179-181; 2012.
5. Laurenti C, Lopes CE. Metodologia da pesquisa conceitual em psicologia. Cap.2. In: Laurenti C, Lopes CE, Araujo SF, organizadores. *Pesquisa teórica em psicologia: aspectos filosóficos e metodológicos*. São Paulo: Hogrefe CETEPP; 2016. Cap. 2.
6. Mauro, MM. Psicologia em Pesquisa. UFJF. 10(1). 103-104. Janeiro-Junho de 2016.
7. Holanda, AF. Diálogo e Psicoterapia: Correlações entre Carl Rogers e Martin Buber. São Paulo: Lemos Editorial; 1998.
8. Hycner, R; Jacobs, L. Relação e Cura em Gestalt-Terapia. São Paulo: Summus; 1997
9. Buber, M. Do diálogo e do dialógico. São Paulo: Editora Perspectiva; 1982.
10. Von Zuben, NA. Martin Buber: Cumplicidade e diálogo. Bauru: EDUSC; 2003.
11. Buber, M. Eu e Tu. 2<sup>a</sup> ed. rev. São Paulo: Editora Moares;1998.
12. Rogers CR; Kinget, GM. Psychothérapie et relations humaines: théorie et pratique de la thérapie non-directive. 3<sup>a</sup> ed. Publications universitaires: Louvain; 1966.
13. Rogers, CR. Um jeito de ser. São Paulo: EPU; 2020.
14. ROGERS, C. R. The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, v. 21, n. 2, p. 95-103, 1957.
15. Rogers, CR. Psicoterapia e consulta psicológica. 3<sup>a</sup> ed. São Paulo: Martins Fontes; 2005.
16. Rogers CR, Rosemberg, RL. A pessoa como centro. 11<sup>a</sup> reimpressão. São Paulo: EPU; 2005.