



FACULDADE DE EDUCAÇÃO E MEIO AMBIENTE

KAREN LOHANA DA SILVA ANDRÉ

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA ESTAGIÁRIA DE PSICOLOGIA À LUZ
DA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA**

**ARIQUEMES
DEZEMBRO/2020**

KAREN LOHANA DA SILVA ANDRÉ

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA ESTAGIÁRIA DE PSICOLOGIA À LUZ
DA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA**

Trabalho apresentado ao curso de Graduação em Psicologia da Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA, como requisito parcial à obtenção do grau de bacharel em Psicologia.

Orientadora: Prof^a Ma. Natalí Máximo dos Reis

**ARIQUEMES-RO
DEZEMBRO/2020**

KAREN LOHANA DA SILVA ANDRÉ

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA ESTAGIÁRIA DE PSICOLOGIA À LUZ
DA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA**

Trabalho de Conclusão de Curso para a obtenção do grau em Psicologia apresentado à Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA.

Orientadora: Prof^a Ma. Natalí Máximo dos Reis

COMISSÃO EXAMINADORA

Orientadora: Prof.^a Ma. Natalí Máximo dos Reis
Faculdade De Educação E Meio Ambiente (FAEMA)

Prof. Esp. Katiúscia Carvalho de Santana
Faculdade De Educação E Meio Ambiente (FAEMA)

Prof. Ms. Jéssica de Sousa Vale
Faculdade De Educação E Meio Ambiente (FAEMA)

**ARIQUEMES-RO
DEZEMBRO/2020**

FICHA CATALOGRÁFICA
Dados Internacionais de Catalogação na
Publicação (CIP) Biblioteca Júlio
Bordignon – FAEMA

AN555r

ANDRÉ, Karen Lohana da Silva.

Relato de experiência de uma estagiária de psicologia à luz da abordagem centrada na pessoa. / por Karen Lohana da Silva André. Ariquemes: FAEMA, 2020.

38 p.; il.

TCC (Graduação) - Bacharelado em Psicologia - Faculdade de Educação e Meio Ambiente - FAEMA.

Orientador (a): Profª. Ma. Natalí Máximo dos Reis.

1. Teoria Humanista. 2. Abordagem Centrada na Pessoa. 3. Psicologia Humanista. 4. Estágio. 5. Supervisão. I Reis, Natalí

CDD:150

Máximo dos. II. Título. III. FAEMA.

Bibliotecária Responsável

Herta Maria de
Açucena do N.
Soeiro CRB
1114/11

“Não fui eu que lhe ordenei?

Seja forte e corajoso!

Não se apavore, nem se desanime,

pois o Senhor, o seu Deus,

estará com você por onde você andar”.

Josué 1:9.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, pois me conduziu em todos os sentidos e por Ele tudo foi possível. Me fortaleceu e me abençoou e agora eu retribuirei aos outros como forma da minha gratidão.

Aos meus pais, Odair e Cláudia, que sempre me ensinaram sobre resiliência e determinação, além de muitos outros valores que me tornaram quem sou. Sem eles eu não teria conseguido. Estiveram ao meu lado nos bons momentos ao longo da vida e graduação, mas principalmente escutaram, me acolheram e aconselharam quando os momentos ficaram difíceis. Obrigada, pra sempre serei agradecida por tudo que fizeram por mim. Essa conquista é toda nossa!

Meus familiares que de uma maneira muito especial auxiliaram através da escuta, do financeiro, do apoio, enfim em todos os sentidos. Meu muito obrigada!

À minha sala, pois compartilhamos em muitos momentos a alegria, a angústia e experiências que nos transformaram e moldaram para nossa jornada.

Meus professores que além do ensino, por vezes, se doaram ao longo desses anos. Pude aprender muito além do espaço da sala de aula e teoria. Cada um, de uma forma ímpar e subjetiva, contribuiu para minha formação. Em especial minha orientadora Prof^a Natalí que em um momento tão adverso me recebeu, ouviu minhas angústias e me auxiliou de uma forma única, respeitando minhas vivências e sendo acolhedora, transmitindo uma serenidade ímpar. Obrigada por ter se doado, mesmo quando não precisava e por sempre dizer que tudo ficaria bem. Você é uma pessoa maravilhosa!

Agradeço imensamente a psicóloga Carla Patrícia Rambo Matheus, que em sua atuação, ainda na graduação, me ensinou a respeito da empatia, compreensão e em como de fato ser profissional. Sempre proporcionando vivências únicas, afeto e ensinando sobre vínculos e reciprocidade de uma forma especial.

Aos meus amigos, pois não há palavras para descrever minha gratidão a todos que de alguma forma me acolheram, aconselharam, estiveram ao meu lado

e me fizeram ser mais forte e paciente. Que prazer compartilhar vivência e troca ao longo dessa vida, absorvendo e aprendendo com o jeito singular de cada um.

A todas as pessoas que eu acompanhei no Instituto Faema como cliente que confiaram na relação estabelecida por nós, colaborando para minha formação enquanto estagiária e futura profissional.

A todos, que de alguma forma, em algum momento, ao longo da produção desse trabalho, contribuiu e dividiu comigo essa jornada quando foi necessário. Muito obrigada!

RESUMO

Este trabalho de conclusão de curso tem como objetivo relatar a vivência de uma acadêmica e sua prática clínica durante os períodos de estágio através da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), explanando acerca do desafio da graduação, assim como compreender a importância dos estágios para a formação e analisar o desenvolvimento da mesma durante o estágio associando a prática clínica e conhecimento teórico, fazendo com que o acadêmico desenvolva suas habilidades. Discorre acerca da psicologia humanista, que observa o ser humano de uma maneira holística e orgânica, como um todo e seu contexto e que surgiu em contraposição à Psicanálise e Behaviorismo, forças vigentes na época. A Abordagem Centrada na Pessoa, decorrente da psicologia humanista, é pautada em atitudes do terapeuta que facilitam o processo de tendência atualizante para o cliente, sendo elas autenticidade, aceitação positiva incondicional e consideração empática, promovendo resignificação e novos olhares por parte do cliente para sua própria vivência. É também caracterizada pela não-diretividade sendo o cliente principal condutor dos seus relatos e o terapeuta, seu acompanhante. Relata sobre a experiência de uma acadêmica nos semestres 7º, 8º e 9º, no Instituto Faema, sua trajetória percorrida até a escolha do estágio, seu amadurecimento enquanto estagiária e futura profissional nesse período e em como ela foi desenvolvendo a Abordagem Centrada na Pessoa, transcendendo o limite faculdade e alcançando espaço em seu próprio estilo de vida. Os dados apresentados foram obtidos por meio dos registros dos atendimentos realizados e das supervisões, articulados com o referencial teórico da ACP. Como resultados obtidos, considera-se maior conhecimento obtido a respeito da Abordagem Centrada na Pessoa e a compreensão da importância da atuação do terapeuta estar coerente com a sua abordagem teórica. Ademais, explanou-se acerca dos estágios, sua importância para a graduação, o *setting* terapêutico e a prática do psicoterapeuta humanista, e como o vínculo entre terapeuta e cliente pode promover autocuidado, ambiente de aceitação e, em consequência, bem-estar.

Palavras-chave: Teoria Humanista. Abordagem Centrada na Pessoa. Psicologia Humanista. Estágio. Supervisão.

ABSTRACT

This course conclusion paper aims to report the experience of an academic and her clinical practice during the internship periods through the Person Centered Approach (ACP), explaining about the challenge of graduation, as well as understanding the importance of internships for the training and analyze its development during the internship, associating clinical practice and theoretical knowledge, making the academic develop their skills. It discusses humanistic psychology, which observes the human being in a holistic and organismic way, as a whole and its context and which arose in opposition to Psychoanalysis and Behaviorism, forces in force at the time. The Person-Centered Approach, resulting from humanistic psychology, is based on the therapist's attitudes that facilitate the updating trend process for the client, which are authenticity, unconditional positive acceptance and empathetic consideration, promoting resignification and new looks on the part of the client for their own experience. It is also characterized by non-directivity, being the main client who conducts his reports and the therapist, his companion. She reports on the experience of an academic in the 7th, 8th and 9th semesters, at Instituto Faema, her trajectory until the internship was chosen, her maturity as an intern and future professional in that period and how she developed the Centered Approach in Person, transcending the faculty limit and reaching space in his own lifestyle. The data presented were obtained through the records of the consultations performed and the supervision, articulated with the theoretical framework of the ACP. As results obtained, it is considered greater knowledge obtained about the Person Centered Approach and the understanding of the importance of the therapist's performance to be consistent with his theoretical approach. Furthermore, it explained about the internships, their importance for graduation, the therapeutic setting and the practice of the humanist psychotherapist, and how the bond between therapist and client can promote self-care, an environment of acceptance and, consequently, well-being.

Keywords: Humanist Theory. Person-Centered Approach. Humanistic Psychology. Phase. Supervision.

LISTA DE SIGLAS

ACP – Abordagem Centrada na Pessoa

FAEMA – Faculdade de Educação e Meio Ambiente

FACIMED - Faculdade de Ciências Biomédicas

SEPSI - Serviço Escola em Psicologia

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	12
2 OBJETIVOS	14
2.1 OBJETIVO PRIMÁRIO	14
2.2 OBJETIVOS SECUNDÁRIOS	14
3 METODOLOGIA	15
4 CONHECENDO A TEORIA E RELATO DE EXPERIÊNCIA	17
4.1 A PSICOLOGIA HUMANISTA – ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA	17
4.2 OS ESTÁGIOS SUPERVISIONADOS NA GRADUAÇÃO	23
4.3 COMPREENDENDO O SETTING TERAPÊUTICO E A ATUAÇÃO HUMANISTA	25
4.4 RELATO DE EXPERIÊNCIA	30
CONSIDERAÇÕES FINAIS	36
REFERÊNCIAS	38

INTRODUÇÃO

Compreende-se que a vida estudantil começa cedo, de forma obrigatória, no pré-escolar se transformando em ensino fundamental, médio e então vida acadêmica. Quando o indivíduo se percebe na faculdade pode vivenciar momentos de conquistas, sensação de dever cumprido, mas também angústia, ansiedade e outros fatores que desfavorecem a saúde do mesmo. É uma jornada que ensina também a respeito do equilíbrio das próprias emoções e importância do autocuidado.

Durante a graduação, permeado pela troca ensino-aprendizagem entre as pessoas do convívio, muito conhecimento é obtido através das aulas ministradas e pesquisas próprias, aflorando afinidade com áreas específicas onde houve maior identificação. No entanto, o estudante chega em uma fase onde faz-se necessário praticar os conhecimentos obtidos ao longo da carreira acadêmica em junção com o referencial teórico de sua abordagem. Este momento é conhecido como estágio profissionalizante, presente em muitos cursos da faculdade.

Tal acontecimento requer do aluno maior quantidade de estudo e envolvimento, paciência e resiliência permitindo que o mesmo se habitue a vida profissional que o espera ao término da faculdade. Assim como escolher qual será sua especialização, pois a Faculdade oferta os estágios em mais de uma esfera de atuação do psicólogo. A partir dessa inclusão, a estagiária escolheu vivenciar a Ênfase 1 (um) que visa os processos clínicos, com Abordagem Centrada na Pessoa, e começou sua jornada.

A acadêmica mencionada também é a pesquisadora deste trabalho de conclusão de curso. Dessa forma, o relato tomará a descrição em primeira pessoa. Para iniciar meu estágio básico e profissionalizante clínico, escolhi como arcabouço teórico a Abordagem Centrada na Pessoa (ACP),

Este trabalho tem como objetivo apresentar meu relato de experiência na graduação do curso de psicologia da Faculdade de Educação e Meio Ambiente (FAEMA) e minha atuação, enquanto estagiária, na ênfase de processos clínicos, com a ACP. Para tanto, também será necessário explanar sobre a abordagem, compreender a importância do período de estágio para a formação profissional, para

assim analisar minha experiência clínica, bem como minhas dificuldades e conquistas através da abordagem.

Reitero que tal relato de experiência visou contribuir para minha formação profissional, pois durante a escrita observei detalhadamente minha atuação no início da prática (sétimo período), e como ocorreu o desenvolvimento da minha construção embasada em tal teoria até o décimo período. Também buscou contribuir para a formação de outros acadêmicos que se encontram neste processo, visto que constam materiais teóricos acerca da abordagem assim como a percepção de minha vivência. Assim como apresentar à sociedade a trajetória de uma acadêmica em meio a suas angústias e aprendizados, entretanto, em crescimento.

Os períodos de estágio requerem minucioso estudo acerca da teoria, dos casos atendidos e da observação de si mesmo diante da prática clínica, sendo então, pautas pertinentes durante os períodos da graduação. Através desse movimento de observação da minha própria prática estagiária, foi possível moldar, durante meu desenvolvimento, a melhora da minha postura profissional.

Minha trajetória foi vivenciada por momentos de dúvidas, medos e incertezas, mas também por momentos em que houveram a sensação de um bom trabalho sendo construído, removendo então o estereótipo de que durante a prática clínica não há momentos de insegurança ou desânimo, até mesmo para que outros acadêmicos tenham consciência de como é experienciar essa fase.

Para um melhor entendimento do leitor, este relato estrutura-se da seguinte maneira: a primeira seção aborda a respeito da história do surgimento do Humanismo, assim como a história da ACP e um breve relato da vida de Carl Rogers. Em seguida, descrevo sobre a importância do estágio profissionalizante e do acompanhamento através das supervisões clínicas e por fim, relato minhas vivências em articulação com o fundamento teórico.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO PRIMÁRIO

- Relatar a experiência e vivência de uma acadêmica e sua prática clínica durante os períodos de estágio, através da análise da Abordagem Centrada na Pessoa.

2.2 OBJETIVOS SECUNDÁRIOS

- Explanar acerca da Abordagem Centrada na Pessoa;
- Compreender a importância do período de estágio para a formação profissional;
- Analisar a experiência clínica, assim como suas dificuldades e conquistas da acadêmica através da abordagem.

3 METODOLOGIA

O relato de experiência apresenta a história e seus fatos vivenciados por um período de tempo em determinado lugar, revelando detalhes importantes daquela que o vivenciou. Nesse modelo de escrita, o relator pode permitir-se escrever acerca de suas particularidades, dos momentos mais significativos oferecendo ao leitor a oportunidade de participar através da imaginação.

De acordo com Cavalcante e Lima (2012), o relato de experiência aborda acerca de situações vivenciadas no âmbito do estágio ou profissão que apresentam o objetivo das ações realizadas no mesmo e assim, descrevê-las.

Os estágios foram realizados na clínica-escola da Faculdade de Educação e Meio Ambiente (FAEMA), atualmente localizada no endereço Av. Machadinho, 4349, setor 06. Os mesmos foram realizados entre o 7º e 9º períodos da graduação, nos anos de 2019 e 2020, no Serviço Escola em Psicologia (SEPSI) no Instituto Faema, sendo o enfoque deste relato o crescimento e desenvolvimento da estagiária enquanto aprendiz de postura e prática profissional.

No 7º e 8º período, em 2019, foi desenvolvido o Estágio Básico I, que constitui em um atendimento de triagem com até quatro sessões de 45 minutos com o objetivo de colher informações para preenchimento de uma ficha que possibilitará uma vaga para o processo terapêutico. Como houve procura para atendimento com menores de idade, esse processo de triagem aconteceu com um responsável.

As supervisões aconteceram na própria Instituição, manejadas pela Profa. Carla Rambo, em encontros semanais, para relatos e orientações acerca dos melhores procedimentos para os casos. Reuniam-se três acadêmicas e a professora e cada uma delas relatava como haviam sido os atendimentos de triagens e atendimentos fixos e em seguida, eram orientadas, mantendo sempre a ética e o sigilo, tão importantes nesse processo de aprendizagem.

Nesse período (2019), a acadêmica atendia uma vez por semana com horários entre 14h00min e 18h00min, que dependiam da disponibilidade do cliente. As fichas para triagem eram correspondentes a crianças e adolescentes, então os encontros aconteciam com pais ou responsáveis.

A partir do momento que começaram os atendimentos psicoterapêuticos, no 9º período, as sessões aconteciam na segunda-feira das 16h00min até as

19h00min e na quarta-feira das 15h00min até 16h00min. E no nono período os encontros eram semanais com quatro clientes. Ao todo, aconteceram 17 sessões de triagens com pais e/ou responsáveis durante o 7º e 8º período em 2019 e 8 sessões com clientes fixos semanais no 9º período até março de 2020.

Para fundamentar o relato, empregou-se 7 livros físicos, 8 artigos, 3 periódicos e 3 monografias. Utilizado como base de dados Scientific Electronic Library Online (Scielo), Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PePsic), Repositórios e sites virtuais. Como descritores para pesquisa os seguintes termos: Teoria Humanista, Abordagem Centrada na Pessoa, Psicologia Humanista, Estágio e Supervisão. Ademais, também pesquisado em documentos oficiais para compreender as legislações que regem os estágios.

4 CONHECENDO A TEORIA E RELATO DE EXPERIÊNCIA

4.1 A PSICOLOGIA HUMANISTA – ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

Faz-se necessário explicar que a psicologia enquanto ciência visa a busca pelo bem-estar, qualidade de vida, saúde mental e outros fatores contribuintes com a vida do próximo. Para tal caminho, teorias diversas podem ser nomeadas e desenvolvem seus estudos para um mesmo objetivo.

A psicologia humanista surgiu em um período pós-guerra a partir de questionamentos de estudiosos insatisfeitos com os modelos vigentes da época, até então Psicanálise e Behaviorismo, que apresentavam conceitos onde colocavam o ser humano em uma situação passiva, de paciente que aceita o que chega até ele. Não foi, *à priori* denominada uma escola para estudos ou uma teoria, mas sim a junção de todos aqueles que não queriam mais seguir os métodos reducionistas da ciência (BEZERRA; BEZERRA, 2012).

A nova linha teórica observou que as teorias vigentes não respondiam aos questionamentos pertinentes, por isso não compactuava com os behavioristas pois eles eram pautados em um modelo mecanicista que via o homem através do ambiente que ele vivia, os estímulos que recebia e como ele se comportava e reagia a tais estímulos; não concordava em elaborar ciência sobre e para humanos através de estudos com animais; além de que para os humanistas, o ser humano e suas qualidades eram mais importantes do que olhar o homem através do método mecânico; e mesmo que os behavioristas elaborassem listas sobre o comportamento, ainda assim não seria possível definir a natureza humana, pois o indivíduo, como afirma Castañon (2007), é mais do que a soma do seus comportamentos.

A psicanálise era a ciência voltada para a psicoterapia sendo referência para área, até então. Os humanistas não concordavam com essa linha teórica por apresentar argumentos de que Freud era fatalista, pessimista e via somente o lado negro do ser humano (CASTAÑON, 2007), sempre envolto em traumas de infância e pulsões biológicas.

A maior crítica contra a psicanálise advém de Abraham Maslow, considerado o pai do humanismo, quando ele afirma que a psicanálise só estudava os neuróticos

e psicóticos e em consequência estabelecia-se uma ciência frustrada, ao invés de perceber as qualidades e características do homem (CASTAÑON, 2007). Dessa forma, a psicologia humanista é postulada com sua própria identidade e pressupostos, recebendo contribuições da Psicologia da Gestalt e do Existencialismo.

Carl Ramson Rogers nasceu no dia 08 de janeiro de 1902 em Oak Park nas proximidades de Chicago. Vem de uma família com bastante tradição religiosa, de pais formados que o incentivam a todo tempo aos estudos. Tornou-se um bom aluno, aplicado e com notas altas. Ele sempre esteve em busca de conhecimento e os pais sempre rígidos criaram uma atmosfera intelectual e ao mesmo restrita, onde o trabalho e o estudo eram mais valorizados que as horas de lazer.

Diante de uma mudança da família para um sítio, ele começou a desenvolver atividades agrícolas com 12 anos. Diante dessa influência ele buscou se matricular em um curso da faculdade voltado para essa área. Ele se destacou através de seus trabalhos comunitários que enfatizaram a sua organização. Mais tarde ele troca de curso, ingressou em História; posteriormente, buscou a carreira religiosa.

Em 1922, realizou uma viagem para a China e Coréia, em um Congresso para Estudante Cristãos, onde conheceu acerca da cultura daqueles países e suas crenças no budismo e a partir de então observou suas próprias convicções. Em 1924 casou-se com Hellen Elliot, com quem tem dois filhos, David e Natalie.

Iniciou seu curso no Seminário da União Teológica, lugar esse que conheceu algumas disciplinas em Psicologia e alguns estudantes da área. No segundo, transferiu de vez para tal curso na instituição Teachers' College da Universidade de Columbia. A partir de então ele trabalhou em um Instituto para Aconselhamento Estudantil. Esse lugar proporcionou estudos para seu livro "O Tratamento Clínico da Criança-Problema", lançado em 1939. Conquistou seu doutorado pela mesma Universidade que o graduou. E assim, foi desenvolvendo seu trabalho cada vez menos diretivo, observando e considerando o sentimento do cliente, até chegar na ACP.

Em 1951 lançou o livro "Terapia Centrada no Cliente" e anos depois, em 1961, lançou o livro "Tornar-se Pessoa", seu livro mais reconhecido mundialmente. Após esse período, seu trabalho se voltou para os grupos de encontro e sobre tal temática publicou o livro "Grupos de Encontro", de 1970.

Em 1979 sua esposa faleceu, e ele se volta para questões sociais e em busca da paz para algumas e também para a espiritualidade e capacidade de transcendência do homem. Participa de *Workshops* sobre tensões políticas e tem seu nome indicado para receber o Prêmio Nobel da Paz, em 1987. Rogers faleceu em 04 de fevereiro de 1987, em La Jolla, na Califórnia após um estado de coma, de 3 dias, devido a uma fratura no fêmur. (PEDRASSOLI, s.d.)

Ele era psicanalista e desenvolvia seu processo terapêutico tendo essa abordagem como guia. No entanto, ele pontuou que esse método engessado não permitia que o paciente se abrisse e em consequência, a terapia não fluía.

A Abordagem Centrada na Pessoa, foi teorizada por Carl Rogers em 1940, quando o mesmo foi convidado pela Universidade de Minnesota para palestrar sobre as novidades e recentes conceitos em psicoterapia. Diante de suas pesquisas pessoais, através de seu trabalho na Clínica “Rochester Society for the Prevention of Cruelty to Children”, ele apresentou um estilo inovador, mas inicialmente não havia percebido que sua atuação tinha princípios tão diferentes dos outros psicoterapeutas (FREIRE; TAMBARA, 1999).

Nessa palestra ele expunha seu material que continha características como: acreditar na capacidade de crescimento do cliente, ênfase aos sentimentos e situação presente do cliente, e a relação terapêutica por si só já proporcionava uma experiência para o crescimento (FREIRE; TAMBARA, 1999).

Dessa forma, começou a ficar claro que a psicoterapia proposta por Rogers era algo revolucionário:

O que Rogers trouxe não foi uma nova técnica para a mesma finalidade. Ele trouxe outra finalidade e atitudes consequentes com essa outra finalidade. Ele não descobriu um procedimento mais eficaz para solucionar os problemas das pessoas: ele mudou o modo de se conceber os problemas e a relação de ajuda. Nesse sentido, sua contribuição não foi tecnológica, mas ética: ele não trouxe meios novos e sim fins novos. Mudança de paradigma (AMATUZZI, 2012, p. 13).

À priori, tal teoria recebeu o nome de Terapia Centrada no Cliente, mas com o crescimento e desenvolvimento da ciência, observou-se que a teoria abarcava

para além do *setting* terapêutico. Pois em escolas, relacionamentos interpessoais, organizações e outros, o indivíduo era e é o foco central da nossa atuação. Vale salientar ainda, que a Abordagem Centrada na Pessoa, nomenclatura usada pela primeira vez em 1977, transcende a teoria, sendo considerada e percebida justamente como um jeito de ser (FREIRE; TAMBARA, 1999).

Rogers cria uma teoria que vê o homem como um todo, que carrega suas experiências vividas, os sonhos futuros e o presente com seus aprendizados, considerando-o como um ser organísmico e holístico em sua totalidade.

ACP é um jeito de ser, isto é, um modo de ser, não de fazer. Um *modo de ser* leva, certamente, a um *modo de fazer*. Mas esse modo de fazer dependerá da situação. Já o modo de ser pode ser definido no geral, independentemente da situação. (AMATUZZI, 2012, p. 38)

Ele vê no cliente a capacidade para elaborar seus sentimentos e qualidades assim como em perceber o que não está ajustado e acredita verdadeiramente que o cliente possui condições de crescimento em si mesmo (FREIRE; TAMBARA, 1999; BOWEN; ROGERS; SANTOS, 2004).

Diante da crença genuína no cliente, o terapeuta poderá facilitar esse processo e relação através de atitudes que permitem ao cliente se sentir aceito e acolhido, confiante para expressar o seu relato. São elas: consideração positiva incondicional, compreensão empática e congruência. A atuação autêntica do terapeuta é possibilitada a partir do momento em que ele mesmo vivência, em seu processo terapêutico, a junção das mesmas. Tendo então, autonomia e maior conhecimento de como proceder (FREIRE; TAMBARA, 1999; BOWEN; ROGERS; SANTOS, 2004).

No livro “Um Caminho Sem Volta” de Freire e Tambara (1999), os autores discorrem acerca da confiança plena do terapeuta em seu cliente, quando o mesmo possui condições para seu próprio crescimento, Rogers chama esse conceito de Tendência Atualizante e afirma que ela está “presente em todas as ações do indivíduo pois ela representa o fluxo natural da vida” (p. 49), acrescenta ainda que a mesma ocorre em um ambiente onde o cliente sinta a liberdade para conduzir o próprio caminho.

Em se falando de condução do próprio processo, pontuamos aqui outro diferencial da ACP, também visto com relutância pelos psicoterapeutas da época. Rogers afirma que “o melhor guia para o processo terapêutico é sempre o próprio cliente” (FREIRE; TAMBARA, 1999, p. 39). Ou seja, o terapeuta é o acompanhante na jornada de descobrimento de seu cliente. Ele oferta as condições necessárias, mas somente o indivíduo saberá como melhor agir.

Em 1951, em seu livro “Terapia Centrada no Cliente”, Rogers aborda sobre a nomenclatura paciente/cliente, onde afirma que uma atribuição ao indivíduo possui resultado que vai além do *setting* terapêutico. Para ele, a palavra paciente coloca o outro em uma posição de passividade, onde se aceita o que chega até ele. Também vinculada ao modelo médico. Paciente precisa ser curado, médico resolve.

No entanto, nada destoa mais da ACP, do que observar o cliente por essa ótica, pois a mesma afirma que o cliente não recebe as soluções de seu processo terapêutico. O cliente não recebe nada pronto do terapeuta, todas as respostas e encorajamento surgem de si mesmo, quando desenvolve sua própria autonomia e recursos. “Nessa relação o cliente é o agente e não o paciente” (FREIRE; TAMBARA, 1999, p. 43)

A ACP preconiza que o psicodiagnóstico, método imprescindível em outras abordagens, não condiz com a autonomia ofertada ao cliente, pois somente o cliente pode afirmar a respeito de si mesmo. A respeito disso, Amatuzzi (2012, p. 18) afirma que:

O atendimento não se baseia em um *diagnóstico*, mas na afirmação de uma *tendência inata ao crescimento*; e não é concebido como uma *intervenção direcionada*, mas como uma *relação aberta e centrada na pessoa*.

Quando ele depende da fala do outro, acaba perdendo sua identidade e autonomia e que seu valor agora depende da atribuição do terapeuta.

O psicodiagnóstico fornece ao terapeuta um conhecimento intelectual obtido a partir de uma referência externo ao cliente. Consequentemente, é um tipo de conhecimento que não contribui para a mudança terapêutica, pois o processo de reorganização do eu que ocorre na psicoterapia é um processo que reside essencialmente na *experiência* do cliente e, portanto, não pode vir *de fora* dele (FREIRE; TAMBARA, p. 63, 1999).

Importante acentuar que a ACP, percorreu uma trajetória para além do *setting* terapêutico, alcançando determinado número de pessoas e formando então, os grupos de encontro onde a teoria é vivenciada pelos presentes. O facilitador do grupo terapêutico experiencia as atitudes da mesma forma que em um processo individual e o objeto também é “levar ao crescimento pessoal e o desenvolvimento e aperfeiçoamento da comunicação e relações interpessoais” (FREIRE; TAMBARA, 1999, p. 93-94). Esses encontros possibilitaram que congressos, workshops e experiências em grandes grupos pudessem fortalecer e auxiliar no progresso da abordagem.

A partir da busca de Rogers em desenvolver um novo caminho para as pessoas que chegavam até ele, temos hoje a ACP que difere de forma significativa às outras linhas teóricas. Com questionamentos e condutas que valorizavam o sentir do cliente, ofertando a ele total autonomia para ser o condutor de seu processo terapêutico, tal abordagem se estabelece de forma a levar ao desenvolvimento da própria autonomia, através de atitudes do terapeuta. Portanto, é a partir desse arcabouço teórico que se fundamenta este relato.

4.2 OS ESTÁGIOS SUPERVISIONADOS NA GRADUAÇÃO

Ao longo da graduação o acadêmico vai agregando em sua trajetória conhecimento e afinidades com as disciplinas que, posteriormente, o direcionarão para seu campo de atuação. Sabemos que a chegada do período de estágio marca o início de um novo ciclo para o aluno.

A respeito da importância do estágio, a Lei nº 11788, aprovada em 25 de setembro de 2008, define em seu Art. 1º da seguinte forma:

Estágio é ato educativo escolar supervisionado, desenvolvido no ambiente de trabalho, que visa à preparação para o trabalho produtivo de educandos que estejam frequentando o ensino regular em instituições de educação superior, de educação profissional, de ensino médio, da educação especial e dos anos finais do ensino fundamental, na modalidade profissional da educação de jovens e adultos. (BRASIL, 2008).

O estágio supervisionado pode ser subdividido em básico e profissionalizante, de acordo com cada diretriz do curso correspondente. Onde o aluno ingressa de forma gradual, no básico, para então se aperfeiçoar e progredir. De uma forma geral, o estágio tem por objetivo correlacionar o aprendizado teórico com o desenvolvimento do aprendizado prático, onde o suporte das disciplinas são agora a base para a atuação.

Esse processo é essencial para o aprendizado, pois aproxima o acadêmico da realidade futura, também moldando esse indivíduo. Esse período pode ser uma oportunidade para o acadêmico refletir acerca da escolha desse curso, correlacionando o que essa nova vivência pode ensinar com aquilo que ele já viveu e a partir de então, trabalhar a figura profissional que deseja (CHAVES; GUARAGNI, 2017).

O estágio complementa a carreira acadêmica permitindo que haja maior alcance em conhecimento prático através do seu aporte teórico, a fim de auxiliar na construção de um profissional que atenda as exigências de sua profissão.

Contudo, ainda se faz necessário lembrar que tal fase da graduação, mesmo necessária e valiosa, ainda pode gerar inquietações em muitos aspectos. Por exemplo, o acadêmico se sentir inseguro, com incertezas, em sua atuação, mas

também refletindo acerca de seu histórico de vida, sendo então observado o desencadeamento de ansiedade, insônia ou outros sintomas que afligem a saúde do estagiário (CARLOTTO; RUDNICKI, 2007).

Acentuo portanto, que esse momento vivenciado pelos acadêmicos traz muitos ensinamentos, conhecimento e um breve vislumbre do exercício da profissão. Essa etapa tão necessária, pode resultar em alunos mais resilientes, instruídos em suas respectivas áreas e assim, um egresso já experiente.

4.3 COMPREENDENDO O SETTING TERAPÊUTICO E A ATUAÇÃO HUMANISTA

O desenvolvimento do psicoterapeuta acepista acontece de maneira gradual, pois de antemão, como o orientado, o indivíduo precisa conhecer o movimento da psicoterapia, descobrir o quão possível é crescer nessa caminhada, quão impactante pode ser o terapeuta, quão atualizante podem ser as próprias indagações, para que esse indivíduo promova esses mesmos sentimentos em seu cliente.

Segundo Migliavacca (2008) *apud* Borba (2016), pág. 03:

O setting contempla arranjos práticos para a realização do trabalho, mas é também um conceito psicológico que inclui uma visão do que acontece dentro dele – da moldura – de modo diferente do que acontece fora... O esclarecimento necessário dos arranjos práticos é um dos pilares da moldura dentro da qual se desenhará em infinitas direções, o encontro de duas mentes, a do profissional e a de seu paciente, em busca de realização.

Nesse espaço de escuta o cliente pode permitir falar e ouvir a si mesmo, seus relatos são compartilhados com o terapeuta e essa construção de vínculo pode acontecer, independente do lugar, seja esse encontro de maneira tradicional em uma sala ou em um espaço aberto, pois “para o cliente naquele momento é importante a busca de fortalecimento, crescimento pessoal e automotivação” (BORBA, 2016, p. 4).

O terapeuta precisa afastar-se de si mesmo para que seja possível o cuidado com o outro, afirmam Freire e Tambara (1999). Assim como o ambiente deve ser favorável para ser possível acontecer mudanças, despido de crenças, culturas ou posicionamentos. Nesse espaço é construída uma relação que difere de todas as outras, onde há “uma caixa de ressonância na qual a própria pessoa possa se ouvir e, assim, enxergar um caminho” (AMATUZZI, 2012, p. 11).

Como pressuposto teórico, o psicoterapeuta precisa ter como atitude facilitadora a autenticidade, contudo, não é possível oferecer ao outro algo que não se tem. A verdade, crença, sinceridade, originalidade do terapeuta precisam chegar

até ao cliente, com empatia e acolhimento, para que o próprio cliente observe em si mesmo a existência dessa verdade.

Essa jornada de aquisição da autenticidade começa quando o terapeuta vivencia o seu próprio processo terapêutico. Nesse momento ele tem a possibilidade do autoconhecimento, de observar sua construção da vida, constituição das suas crenças e discernir o que é de si mesmo e o que é do outro. Esse é o movimento que acontece com o cliente, proporcionado pelo terapeuta.

Por isso, a Abordagem Centrada na Pessoa acaba se tornando um estilo de vida carregado pelo terapeuta para além das paredes da clínica. Após o descobrimento das próprias verdades e as mudanças decorridas disso, o indivíduo já não é mais o mesmo. Agora a vida vai ser encaminhada introduzindo as novas descobertas. A congruência tornou-se essencial em outras áreas da vida, não somente na profissional.

Diante desse panorama, o terapeuta conhece e estabelece o vínculo com seu cliente de forma progressiva, de acordo com o que lhe é permitido. Quando acontece da confrontação de um assunto que para o cliente é motivo de fuga, o terapeuta trabalha essa questão com ele de forma autêntica e empática.

Para tanto, o terapeuta utiliza-se das atitudes facilitadoras: consideração positiva incondicional, empatia e congruência, facilitando o processo do cliente e a partir de então ele pode atualizar suas elaborações, desenvolver e crescer caminhando para o bem-estar. Villar (2010) afirma que as três atitudes precisam sempre ocorrer em sintonia, juntas.

Conceituando a consideração positiva incondicional, compreendemos que mesmo que o terapeuta não aprove a conduta do cliente, o mesmo é aceito e visto como alguém a ser aceito além de que, possui necessidades parecidas com as minhas (FREIRE E TAMBARA, 1999). A função do psicólogo nesse momento é transmitir ao cliente sua completa aceitação através de gestos, falas e posturas e assim promover forças de crescimento.

Através dessa aceitação, o cliente pode se sentir bem-vindo independente do seu jeito de ser, preferências ou opiniões. Na visão de Rogers, a pessoa ao ser aceita torna-se livre para ser quem quiser, sem se preocupar com opiniões, observando a si mesmo de maneira mais compreensiva, após sentir esse movimento vindo do terapeuta.

De acordo com Bowen, Rogers e Santos (2004), tal atitude é crucial para que o cliente entre em contato consigo mesmo, com o terapeuta e o ambiente ao seu redor sem ter a sensação de que está sendo julgado, tornando-se então mais confiante para adentrar em seu processo. A interação entre essas duas pessoas, quando verdadeiramente vivenciada, conecta terapeuta e cliente e os leva para a dimensão que realmente vive e elabora o que o cliente trouxe.

Quando abordamos sobre a consideração empática, entendemos que cada um possui suas vivências pessoais e a postura do terapeuta, precisa transmitir ao cliente o sentimento que o profissional “aprecia minhas experiências como eu as sinto” (FREIRE; TAMBARA, 1999, p. 20). Esse clima de empatia possibilita ao cliente assumir atitude de estima e interesse por si mesma.

Significa penetrar no mundo perceptual do outro e sentir-se totalmente à vontade dentro dele. [...] Estar com o outro dessa maneira significa deixar de lado, neste momento, nossos próprios pontos de vista, e valores, para entrar no mundo do outro sem preconceitos. Significa pôr de lado nosso próprio eu. (ROGERS apud FREIRE; TAMBARA, pág. 82, 1999).

Como afirma Buys (1987), em seu livro *Supervisão de Psicoterapia na Abordagem Humanista Centrada na Pessoa*, a empatia leva a relação psicoterapêutica ao nível mais profundo, sendo ela vivenciada genuinamente e não como uma técnica a ser utilizada.

A empatia, capacidade de se colocar no lugar do outro é a atitude facilitadora que permite o terapeuta caminhar verdadeiramente com seu cliente. Rogers afirma que a empatia pode abrir espaço para o cliente tomar as próprias decisões, reconhecer o que importa, se conhecer, promover autocuidado e outros.

Simplemente escuto e procuro sentir o que o outro está sentindo, procuro pensar o que o outro está pensando, procuro ver o mundo como o outro está vendo e procuro repetir para mim mesmo o que o outro está dizendo. E então quando tenho uma compreensão profunda do outro e de mim mesmo naquele momento, sinto que não temos interesses distintos, o que nos permite unir um ao outro naquilo que é mais importante para nós, o ser superior. (BOWEN; ROGERS; SANTOS, 2004, p. 53).

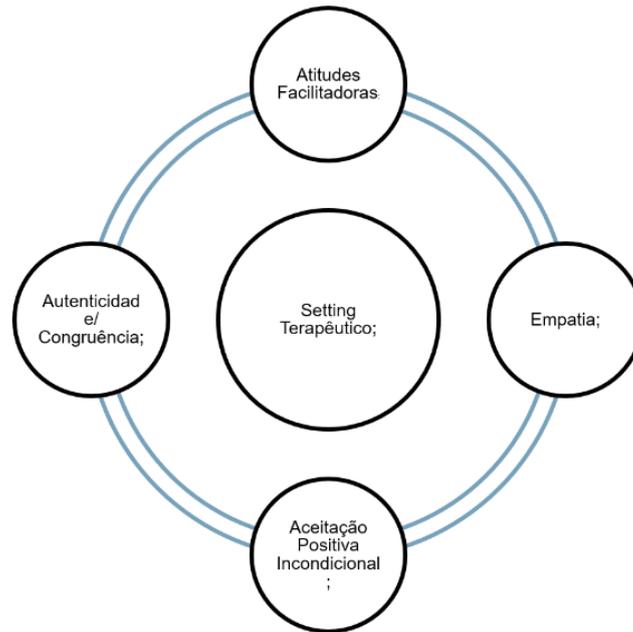
Para experienciar a verdadeira empatia, é necessário que o terapeuta se desfaça de todas as suas próprias crenças, seus próprios interesses e tudo aquilo que acredita, colocando o mundo do cliente no lugar de atenção. Essa atitude acontece porque o cliente é o ser mais importante naquele momento e o terapeuta só consegue promover a tendência atualizante através da percepção do relato do outro, com os seus próprios olhos.

Durante o desenvolvimento da relação, o terapeuta necessita ser genuíno e autêntico consigo mesmo e só assim conseguirá transmitir esse sentimento ao seu cliente. Suas verdades e crenças conhecidas através do seu processo não se misturam com as do cliente e assim acompanha os processos terapêuticos de forma verdadeira e sincera e não como alguém que enxerga de fora (FREIRE; TAMBARA, 1999).

A autenticidade, transparece a verdade na qual o indivíduo acredita e como ele reage a essa verdade, sendo sincero consigo mesmo. Lembrando que tais atitudes precisam vir primeiramente do terapeuta para então oferecê-la ao seu cliente. A partir da junção dessas três atitudes, e só a partir desse conjunto, o processo tomará fluidez e seguimento. “O terapeuta desempenha o papel de um facilitador [...], partindo do pressuposto que o cliente conhece melhor a si mesmo” (O Livro da Psicologia, p. 137, 2016).

Quando recebidos tais atitudes que facilitam o processo, o cliente pode desenvolver sua tendência atualizante, que é a capacidade observada em si mesmo, que leva ao crescimento. O terapeuta acredita veementemente nos *insights*, que permitem ao cliente observar-se de forma mais genuína e confiante. Pois a vontade do indivíduo é a de buscar crescimento e melhoria, atravessando as relações sociais que possui. Onde “o melhor guia para o processo terapêutico é o cliente” (FREIRE; TAMBARA, 1999, p. 39) e que ele possui os recursos para tal, só é preciso estimular e facilitar esse processo.

A seguir, observamos a correlação das atitudes facilitadoras e o *setting* terapêutico:



Deste modo, tomamos compreensão de que há toda uma preparação para que o processo terapêutico ocorra. O indivíduo precisa querer e se disponibilizar e o terapeuta, se preparar para tal. É primordial que o ambiente esteja receptivo e acolhedor e que o psicólogo esteja organizado para esse encontro.

4.4 RELATO DE EXPERIÊNCIA

Compreendemos que a chegada da graduação é o início de um novo ciclo da vida e por alguns alunos também ansiada durante o ensino médio. No terceiro ano a escolha da profissão é algo decisivo e muito importante. Nesse momento, o indivíduo se percebe diante de muitas incertezas e inquietações, dentre elas, se conseguirá uma bolsa de estudo ou não, se o curso desejado será conquistado, se será preciso mudar de cidade ou rotina, até entrar em uma nova fase de adaptação.

Da mesma forma, ocorreu comigo. Eu estive envolta por um período de incerteza quando precisei decidir qual curso escolheria, pois naquele ano eu havia decidido pela faculdade Letras/Libras no estado do Paraná, mas não conseguiria cursar, pois o custo de vida era maior do que o que a minha família poderia fornecer.

Fiquei um pouco desanimada, confesso. Mas mesmo assim, realizei vestibulares nas cidades de Ariquemes, Rolim de Moura e Cacoal. Felizmente, fui aprovada em todas elas e agora me restava escolher. À priori, eu me matriculei na Faema, em 2016. Mas próximo ao final do mês de novembro, do mesmo ano, eu fui contemplada com a uma bolsa de estudo pelo programa Educa Mais Brasil na Faculdade de Ciências Biomédicas (FACIMED) em Cacoal, em Rondônia.

Nessa Faculdade eu cursei até o terceiro período de Psicologia. Conheci uma grade curricular e um método de ensino muito únicos, pois nesse lugar já realizávamos estágios desde o segundo período. Contudo, por motivos pessoais, eu voltei para a Faema, em Ariquemes, e a partir de 2017 segui minha trajetória acadêmica nesse novo lugar.

No quarto período eu tive muitas dúvidas com relação a continuar fazendo esse curso. Tinha retornado à Buritis, ia e voltava para Ariquemes de segunda-feira a quinta-feira, não conseguia me adaptar ao novos métodos e didáticas, reprovei em uma disciplina, não me via sendo tal profissional e nem tinha mais certeza se gostava de fato. Todos esses fatores estavam sendo considerados na minha decisão em cancelar a matrícula.

Levei essas angústias aos meus pais, que na tentativa de me compreender ainda me deram a oportunidade de trocar, caso fosse algo que eu realmente quisesse. Quando fui questionada por eles, o que eu faria caso trancasse e o que eu queria estudar, não tinha certeza do que responder. Então, decidi continuar.

Permaneci no curso sem muitas expectativas, estava gostando de algumas disciplinas, mas ainda não me via em nenhum tipo de prática. Também continuava com dificuldades em me adaptar, estava trabalhando em Buritis e pegando ônibus todos os dias para estudar, enfim estava cansada.

No ano de 2018 consegui um emprego como estagiária na prefeitura de Ariquemes, também já cursava o quinto e sexto período. Agora as dificuldades eram outras, mas em nossa grade curricular algumas disciplinas já eram consideradas por mim. Dentre elas, Teoria Humanista I e II. Até então não tinha conhecido profundamente a respeito de outras abordagens, sendo essa a primeira que pude estudar de forma mais completa.

Foi no meio do sexto período, quando os acadêmicos já estavam na expectativa da escolha de abordagens que eu comecei a realmente me animar e considerar essa profissão como meu futuro. Eu tinha escutado a respeito dos desafios do sétimo e oitavo período, pois nesse ano os alunos têm a possibilidade de praticar todo o conhecimento e observar qual ênfase seria escolhida.

Comecei a atuar no sétimo período, no ano de 2019, no estágio clínico básico - enfoque na Abordagem Centrada na Pessoa, com o processo de triagem, que se mantém através de até quatro encontros com o cliente ou responsável, caso fosse menor de idade, a fim de colher informações para o preenchimento de uma ficha que encaminha para o processo terapêutico.

Não havia criado muitas expectativas para esse momento, mas posso afirmar que estava um pouco ansiosa. Era uma nova fase, que colocava à prova meus estudos e me desafiaria, mesmo que naquela época eu ainda não soubesse.

Iniciamos com a supervisão semanal na qual eram realizadas leituras, discussão das mesmas, colocávamos nossas dúvidas, fomos realizando as triagens e de fato, vivenciando o que o ambiente clínico tinha a nos mostrar.

Meu desenvolvimento enquanto estagiária clínica foi um processo desafiador. Por vezes, me senti capacitada para os atendimentos. Em muitos momentos eu realmente ansiava pelo encontro com os clientes, estava vivendo algo totalmente novo e ao mesmo tempo empolgante.

Mas os desafios também se mostraram e houve semanas em que eu vivia o medo e a insegurança. Estava fazendo sentido para mim, o quanto o meu

desempenho precisava ser bem desenvolvido, caso os clientes comparecessem à sessão marcada. Até esperava que eles desmarcassem ou faltassem.

Durante o Estágio Básico I todos os acadêmicos precisam realizar uma transcrição de cada atendimento com o cliente. Tudo o que foi dito em sessão é transcrito, repassado para o supervisor e arquivado de maneira sigilosa, servindo para fins estudantis. Recordo-me que em algumas semanas enquanto transcrevia eu passava mal e ficava muito ansiosa, pois era um processo que durava até dez horas ou mais por transcrição.

No sétimo período, tivemos como supervisora a psicóloga Salohana, egressa da Faema, que nos acompanhou por um semestre, pois a professora Carla estava de licença maternidade. Pontuo aqui a grande importância da supervisão de estágio. Esse é o momento que o aluno/estagiário apresenta ao professor/supervisor sobre a sessão realizada com seu cliente, separada dos períodos de aula, justamente para haver maior tempo. De acordo com Buys (1987) esse momento é fundamental para a formação do acadêmico.

Durante a supervisão os alunos trocam vivências, experiências, conhecimento e são acompanhados diretamente pelo professor, sendo aceito em um ambiente envolto por empatia, onde sua confusão, sua insegurança, medo, são substituídos pela criação de autonomia. Em minha caminhada como aprendiz, a supervisão foi essencial para me mostrar atitudes pessoais, que refletiam em minha atuação, que eu não havia observado antes.

Através do grupo de estudo o estagiário adquire conhecimento e dessa forma, também é incentivado a desenvolver sua própria identidade enquanto psicoterapeuta. Buys (1987), afirma que o desenvolvimento é potencializado pelo supervisor acepista, tendo ele observado tamanha importância para o aprendiz, e que sua disponibilidade é imprescindível para o estagiário.

A supervisão deve funcionar, em nossa opinião, como conexão entre a prática, o atendimento psicoterapêutico, e a teoria, o grupo de estudo. ela é a instância da elaboração das informações provenientes do grupo de estudo e do atendimento, informações de natureza diferentes, que são então articuladas e integradas (BUYS, p. 30, 1987)

Portanto, reitero aqui a relevância da supervisão. Nesse momento do aprendizado vivenciamos nossa relação com o cliente, com o grupo de estudo e com a supervisora. Somos orientados a respeito de nossas condutas, quais os melhores caminhos a serem trilhados para cada processo terapêutico, considerando toda a história do cliente. Saliento ainda que, a terapia recebe vidas humanas em suas mais diversas esferas, sendo assim, meu preparo antecedente ao atendimento, acompanhado em supervisão, me mostra a melhor de lidar com o relato vindo do outro.

Prossegui com os atendimentos de triagem até o ano posterior, 2020, quando comecei a atender os clientes fixos, que acompanhava semanalmente. Recordo-me de que, em sessão realizada com um deles, não soube lidar com o sentimento que ele está provocando em mim. De acordo com Freire e Tambara (1999), Buys (1987) e Bowen, Rogers e Santos (2004), o terapeuta incute em seu cliente o ouvir e observar seu próprio relato, nesse ambiente de acolhimento e aceitação. Meu cliente, se apoderou dessa confiança proporcionada e me confrontou diante de sua própria reflexão. No entanto, eu não estava preparada e em consequência acabei me desligando, fugindo do assunto. Esse movimento também foi percebido durante a supervisão.

Antes de iniciar no estágio, lembro que eu tinha muito medo de me desconcentrar, me perder ou não saber como reagir diante do silêncio ou do choro. Quando fui triar meu primeiro cliente fixo, percebi que de forma natural eu tinha vivenciado aquele momento com ele. Saí da sala radiante! Pois tinha vivido na prática o que os livros afirmavam ser possível.

Durante as triagens pude ver a angústia das mães que procuravam desesperadamente melhoras para seus filhos. No desenrolar dos relatos, eu via também o histórico de vida delas, o contexto de vida até chegar aos filhos e em como elas também carregavam seu próprio sofrimento.

Vivenciei um momento, em especial, com uma cliente, no oitavo período, que durante a sessão não havia observado de fato sua intenção e movimento. Quando levei o relato para a supervisão, foi observado pela professora, que a cliente estava tentando fugir do assunto em questão. Quando eu reiterei à ela, sua expressão me mostrou o quanto minhas palavras tinham sentido para o que estava sendo vivido.

Como afirma Justo (2002, p. 47), “o êxito da terapia depende da qualidade da relação: é o elemento terapêutico fundamental”.

Durante uma triagem também realizada no oitavo período, recebi uma cliente que estava precisando lidar com várias áreas de sua vida ao mesmo tempo. Através de nossos encontros, elucidei e reiterei a ela algumas vezes da importância de olhar a si mesmo com maior cuidado. A demanda era para sua criança, no entanto ela também estava precisando. Para ela fez tanto sentido e ela experimentou tamanha confiança em nossa relação que foi sincera em dizer que no início havia duvidado de mim, da minha capacidade e tinha me achado muito nova. Mas minhas palavras tinham feito emergir pontos que ela não havia observado e eu tinha ajudado. Ela saiu muito agradecida.

Diante destas e de outras vivências, pude perceber, de forma real, que

Quando nos mantemos receptivos a tudo que ocorre, permitimos que nossas habilidades funcionem em força máxima e, em troca, tiramos maior satisfação das nossas experiências” (O Livro da Psicologia, pág. 135, 2016)

Durante esse período na clínica tive suspeitas sobre meu futuro, quando errei com meus clientes. No entanto, essa insegurança era sempre aliviada quando lembrada do meu processo de aprendizado e que era importante eu aprender com eles.

Percebo que minha experiência enquanto acadêmica, desde o início até agora, cresceu de maneira considerável, sendo nítido meus avanços. Nem por isso posso estagnar, pois a vida não acontece de maneira estática. Estou em constante movimento, desconstruindo e construindo e acredito que são as experiências e aquilo que aprendo com o outro me tornarão cada vez mais humana e melhor.

Para Rogers, uma concepção saudável de si não é uma identidade fixa, mas uma entidade fluida e em mutação, aberta às possibilidades (O livro da Psicologia, p. 132, 2016).

Quando iniciei os estágios, me sentia em um misto de emoções. Ao mesmo tempo me sentia realizada, satisfeita, confiante, segura. Nos mesmos dias eu me sentia ansiosa, insegura, com medo do imprevisível.

Durante as triagens pude ver a angústia das mães que procuravam desesperadamente melhoras para seus filhos. No desenrolar dos relatos, eu via também o histórico de vida delas, o contexto de vida até chegar aos filhos e em como elas também carregavam seu sofrimento.

Todas essas vivências e inúmeras outras não relatadas, fizeram parte da minha construção individual em busca da minha postura enquanto futura profissional. Não deixei de ter dúvidas ou de estudar, pelo contrário. Leio, pesquiso e questiono mais do que antes.

Identifiquei-me grandemente com os princípios e tudo o que rege e permeia os postulados de Rogers, pois ele observava o indivíduo por uma ótica fluida e leve, colocando-o como centro das suas próprias escolhas, considerando de onde ele vem, quais são suas cargas vividas durante seu crescimento e como todo esse contexto molda as pessoas.

Após leituras e estudo acerca da ACP, pude obter um amplo olhar sobre a abordagem. Os conteúdos aprendidos durante as aulas, foram complementados com minhas pesquisas e vivências, e compreendi ainda mais acerca da história da ACP e a atuação do profissional acepista.

Reconheci que o psicólogo possui um processo de preparo único e subjetivo até chegar à clínica, ele também precisou aprender a ser profissional, deixando de lado as questões pessoais e transformando o *setting* terapêutico em um ambiente que, nos mínimos detalhes, deixa o cliente confortável para que ele se sinta aceito e acolhido.

Tal conduta teorizada por Rogers é encontrada através da aceitação incondicional, onde o seu relato é guardado com sigilo, através da empatia quando as questões mencionadas são sentidas verdadeiramente pelo terapeuta e indo de encontro às questões do cliente, fazendo com que ele reflita sobre suas próprias convicções. Através do estágio, procurei proporcionar isso aos meus clientes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do panorama observado da trajetória percorrida pela Psicologia Humanista, pautada na fenomenologia e existencialismo, composta e acrescentada pela Abordagem Centrada na Pessoa, compreendemos que foi uma busca por estudos que realmente considerassem o ser humano além de patologias, funções biológicas ou técnicas mecanicistas e métricas.

Para Carls Rogers, o indivíduo é um ser dotado de capacidades subjetivas que o difere, habilita e qualifica de forma subjetiva, onde cada um constrói seu próprio eu a partir de suas experiências vivenciadas ao longo de seu desenvolvimento. Sendo assim, não há a possibilidade de o quantificar e tabelar de forma igualitária a todos os outros. Cada um é único em sua totalidade e considerado de forma organísmica e holística.

Dessa maneira, essa complexa teoria também permeada pela não-diretividade, garante ao cliente ser ele o relator de sua própria vontade, sendo o terapeuta o facilitador desse momento, primeiramente ele oferecendo o vínculo tão importante nessa relação, pois é a partir dele que o cliente poderá se permitir.

Tinha consciência de que o caminho não seria tão fácil, pois mesmo sendo considerada erroneamente a abordagem mais sutil, o processo terapêutico e os resultados são encontrados pelo próprio cliente, gerando impacto no mesmo. A partir de então, iniciei o meu próprio processo terapêutico a fim de experienciar como procedia essa vivência.

Essa experiência pessoal fez toda a diferença para que eu compreendesse como de fato se estabelecia essa relação. Tendo em vista que minha terapeuta também era teorizada pela ACP, eu observava como eram realizadas as sessões. Nesse período, percebi que o processo terapêutico é conduzido pelo cliente, mas só é possível pelo bom desenvolvimento do psicoterapeuta.

Mesmo compreendendo que o período de estágio pode desencadear motivos que geram ansiedade e angústia, compreendi que essa jornada, especificamente, me tornou acadêmica e, conseqüentemente, ser humana mais resiliente, que obtive ao longo desses períodos maior conhecimento, melhor entendimento do que tal ciência pode promover.

Desse modo, vale ressaltar sobre a preparação antecipada do terapeuta através do arcabouço teórico proporcionado, especificamente a respeito da abordagem em questão, e autocuidado através da psicoterapia, sendo acompanhado criteriosamente através dos encontros de supervisão, a fim de oferecer ao cliente um terapeuta melhor preparado.

Espera-se que tal relato possa colaborar e incentivar que outros estagiários tenham maior entendimento a respeito da possível prática a ser desenvolvida em nossa ciência e que também se sintam motivados em compartilhar suas próprias experiências, contribuindo assim para a propagação da Psicologia e Abordagem Centrada na Pessoa.

Importante ressaltar que tal proximidade na relação acadêmica-professora foi grandemente importante para a minha construção, pois a relação atravessou o estereótipo professor de um lado e aluno do outro, sendo ele o detentor do saber e o outro apenas aprendiz. Tal convivência transformou-se em afinidade e o caminho pôde ser trilhado juntas, lado a lado.

Esse caminho e construção trilhados ao longo dos 5 anos me proporcionaram experiências e momentos ímpares, tanto no âmbito da clínica, como em outras ocasiões, fundamentais para minha formação enquanto acadêmica, estagiária e futura profissional. Diante de tudo que aprendi, espero contribuir de forma qualificada juntamente com outras atribuições do psicólogo, no lugar que eu estiver.

REFERÊNCIAS

AMATUZZI, Mauro Martins. **Rogers: ética humanista e psicoterapia**. 2º ed. Editora Alínea. Campinas, São Paulo. 2012.

BACELLAR, Anita. FLÔR, Maira de Souza. ROCHA, Joana Simielli Xavier. Abordagem Centrada na Pessoa e Políticas Públicas de Saúde Brasileiras do Século XXI: Uma aproximação possível. **Revista Nufen**. V. 4, n. 1, pág. 127-140. Jan./jun. 2012. Disponível em: . Acesso em: 02 agosto de 2019.

BEZERRA, Edson dos Nascimento. BEZERRA, Márcia Elena Soares. Aspectos Humanistas, Existenciais e Fenomenológicos Presentes na Abordagem Centrada na Pessoa. **Revista Nufen**. V. 4, n. 2. pág. 21-36. Jul./dez. 2012. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912012000200004. Acesso em: 02 Agosto de 2019.

BRASIL. **Constituição (1988)**. Constituição da República Federativa do Brasil. Lei nº 11.788, de 25 de setembro de 2008. Dispõe sobre o estágio de estudantes e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, 26 set. 2008. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato2007-2010/2008/lei/l11788.htm. Acesso em: 02 Agosto de 2019.

BORBA, Johnny Everton Pinheiro de. O setting terapêutico e a terapia centrada na pessoa: o acolhimento e a transformação do sujeito. 2016. **Psicologia.pt – O portal dos Psicólogos**. Disponível em: <<http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0984.pdf>>. Acesso em: 15 Junho de 2020.

BOWEN, Maria Constança Villas-Boas. Rogers, Carl R. SANTOS, Antonio Monteiro dos. **Quando Fala o Coração – A Essência da Psicoterapia Centrada na Pessoa**. 2ª ed. São Paulo. Vetor. 2004.

BUYS, Rogério Christiano. **Supervisão de Psicoterapia na Abordagem Humanista Centrada na Pessoa**. Summus. São Paulo. 1987.

CARLOTTO, Mary Sandra. RUDNICKI, Tânia. Formação de Estudante da Área da Saúde: reflexões sobre a prática de estágio. **Revista SBPH**. V. 10. N. 1. Rio de Janeiro. Jun. 2007.

CASTAÑON, Gustavo Arjas. Psicologia Humanista: A História de Um Dilema Epistemológico. **Memorandum: Memória e História em Psicologia**. V. 12, pág. 12, 105-124. 2007. Disponível em:

<http://www.fafich.ufmg.br/~memorandum/a12/castanon01.pdf>. Acesso em: 01 Junho 2020.

CAVALCANTE, Bruna Luana de Lima; SILVA De Lima, Uirassú Tupinambá. Relato de experiência de uma estudante de Enfermagem em um consultório especializado em tratamento de feridas. *Journal of Nursing and Health*, v. 2, n. 1, p.94-103,2012. Disponível

em:<https://scholar.google.com.br/scholar?hl=ptBR&q=Relato+de+experi%C3%AAncia+de+uma+estudante+de+Enfermagem+em+um+consult%C3%B3rio+especializado+em+tratamento+de+feridas&btnG=>.

CHAVES, Alice Grasiela Cardoso Rezende. GUARAGNI, Cristiane. Estágio Supervisionado: Uma Pesquisa com Estudantes de Psicologia. **Revista Destaques Acadêmicos**. V. 9. N. 3. Pág. 96-111. Lajeado. 2017. Disponível em: <http://univates.br/revistas/index.php/destaques/article/view/1432>. Acesso em: 02 Agosto de 2019.

GODINHO, Juliana Ferreira Matheus. **O Começo de Uma Profissional: relato de experiência de uma estagiária em prática clínica - uma perspectiva humanista**. Faema. Ariquemes. 2019.

JESUS, Ruskaya Martins. **Relato de Experiência de Uma Estagiária em Prática de Estágio Supervisionado na Abordagem Centrada na Pessoa**. Faema. Ariquemes. 2017.

JUSTO, Henrique. **Abordagem Centrada na Pessoa: consensos e dissensos**. 1º Ed. Vetor. São Paulo. 2002.

O LIVRO DA PSICOLOGIA. 1º Ed. Globo Livros. 2012.

PEDRASSOLI, Alexandre. **Carl Ramson Rogers e a Terapia Centrada no Cliente**. São Paulo. s.d. Disponível em: <<http://an.locaweb.com.br/Webindependente/psicologia/psicologoselinhas/carlrogerseabordagemcentradanocliente2.htm>>. Acesso em: 02 de setembro de 2020.

SILVA, Dulciléia Ramiro da. **O Encontro de Uma Estagiária - A Vivência Clínica em Estágio Supervisionado**. Faema. Ariquemes. 2015.

TAMBARA, Newton. FREIRE, Elizabeth. **Terapia Centrada no Cliente - teoria e prática - um caminho sem volta...** 1º Ed. Delphos. São Paulo. 1999.

TAVORA, Mônica Teles. Um Modelo de Supervisão Clínica na Formação do Estudante de Psicologia. **Psicologia em Estudo**. Maringá, v. 7, n. 1, p. 121-130, jan./jun. 2002. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-73722002000100015&script=sci_abstract&tlng=es. Acesso em: 02 Agosto de 2019.