

Vol 18, Núm 2, jul-dez, 2025 pág. 26-46

O processo de reorganização do autoconceito em adultos e os atravessamentos gerados a partir da relação terapêutica: relato de experiência de uma estagiária de psicologia clínica

The Process of Reorganization of Self-Concept in Adults and the Crossings Generated from the Therapeutic Relationship: An Experience Report from a Clinical Psychology Intern

Le processus de réorganisation du concept de soi chez les adultes et les influences générées par la relation thérapeutique: un témoignage d'expérience d'une stagiaire en psychologie clinique

Ana Karla Silva Duarte¹

Felipe Saraiva Nunes de Pinho²

Waleska Karla Ramos de Macêdo³

RESUMO

O presente trabalho discute o processo de reorganização do autoconceito em adultos no contexto da clínica psicológica, com o intuito de aprofundar a compreensão acerca da experiência subjetiva e profissional da psicoterapeuta enquanto facilitadora desse processo, através da relação terapêutica construída com o cliente. Deste modo, optou-se pela abordagem qualitativa e pelo método de relato de experiência, tendo em vista que o contexto investigado trata-se da experiência de estágio supervisionado da pesquisadora. A prática ocorreu em um Serviço Integrado de Psicologia de Fortaleza, durante o período do 8º ao 10º semestre do curso de Psicologia, onde atuou com a prática da psicoterapia individual com adultos, alicerçada pela perspectiva da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP). A partir dos resultados alcançados e da discussão destes, foi possível compreender como o processo de reorganização do autoconceito pode se dar no contexto da clínica com adultos, percebendo como central para este processo, a oferta de condições facilitadoras e do estabelecimento de uma boa relação terapêutica. Além disso, foi possível concluir que se revela positivo o fato de

¹ Psicóloga pela Faculdade Ari de Sá. Psicoterapeuta Humanista Fenomenológica. Plantonista na Clínica Fratelli e Professora no Instituto Fratelli. Faculdade Ari de Sá E-mail: anakarlasilvapsi@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0009-0002-2626-6184>

² Graduado em Psicologia pela UFC. Mestre em Linguística pela UFC. Doutor em Filosofia pela Universidade de Barcelona. Faculdade Ari de Sá E-mail: felipesnpinho@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-6595-8215>

³ Mestranda em Psicologia pela Universidade de Fortaleza (UNIFOR). Pesquisadora vinculada ao Laboratório de Psicopatologia e Clínica Humanista-Fenomenológica (APHETO/UNIFOR). Universidade de Fortaleza (UNIFOR) E-mail: waleskaramosmacedo@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-5543-5376>



psicoterapeuta se permitir afetar-se pela experiência do cliente, contudo é indispensável que alicerce sua prática na supervisão, em sua própria psicoterapia pessoal e em um contínuo processo formativo. Por fim, sugeriu-se duas propostas para estudos futuros, com foco em investigar o fenômeno da reorganização do autoconceito a partir da perspectiva do cliente, já que o presente estudo parte do olhar e das percepções da psicoterapeuta.

Palavras-chave: Reorganização; Autoconceito; Abordagem Centrada na Pessoa; Relação Terapêutica.

ABSTRACT

The present study discusses the reorganization process of self-concept in adults within the context of psychological clinical practice. The aim is to deepen understanding of the subjective and professional experience of the psychotherapist as a facilitator in this process through the therapeutic relationship established with the client. Therefore, a qualitative approach and the method of experiential reporting were chosen, considering that the investigated context relates to the researcher's supervised internship experience. The practice took place at an Integrated Psychology Service in Fortaleza, during the 8th to 10th semesters of the Psychology course. The researcher engaged in individual psychotherapy with adults, grounded in the Person-Centered Approach (PCA). Through the achieved results and their discussion, it was possible to comprehend how the reorganization of self-concept can occur in the clinical context with adults. The provision of facilitating conditions and the establishment of a good therapeutic relationship were identified as central to this process. In addition, it was possible to conclude that the fact that the psychotherapist allows herself to be affected by the client's experience is positive, but it is essential that she bases her practice on supervision, on her own personal psychotherapy and on a continuous training process. Finally, two proposals for future studies were suggested, focusing on investigating the phenomenon of self-concept reorganization from the client's perspective, as the current study is based on the psychotherapist's observations and perceptions.

Keywords/Palabras clave: Reorganization; Self-concept; Person-Centered Approach; Therapeutic Relationship.

RÉSUMÉ

Le présent travail discute du processus de réorganisation du concept de soi chez les adultes dans le contexte de la clinique psychologique, dans le but d'approfondir la compréhension de l'expérience subjective et professionnelle du psychothérapeute en tant que facilitateur de ce processus, à travers la relation thérapeutique construite avec le client. Ainsi, une approche qualitative et la méthode du récit d'expérience ont été choisies, étant donné que le contexte étudié concerne l'expérience de stage supervisé de la chercheuse. La pratique a eu lieu dans un Service Intégré de Psychologie à Fortaleza, pendant la période du 8e au 10e semestre du cursus de Psychologie, où elle a exercé la psychothérapie individuelle avec des adultes, fondée sur la perspective de l'Approche Centrée sur la Personne (ACP). À partir des résultats obtenus et de leur discussion, il a été possible de comprendre comment le processus de réorganisation du concept de soi peut se dérouler dans le contexte clinique avec des adultes, en percevant comme central pour ce processus l'offre de conditions facilitatrices et l'établissement d'une bonne relation thérapeutique. De plus, il a été conclu qu'il est positif que le psychothérapeute se laisse affecter par l'expérience du client, cependant, il est indispensable que sa pratique repose sur la supervision, sa propre psychothérapie personnelle et un processus de formation continue. Enfin, deux propositions pour des études futures ont été suggérées, axées sur l'investigation du phénomène de réorganisation du concept de soi du point de vue du client, car l'étude actuelle est basée sur le regard et les perceptions du psychothérapeute.

Palavras-chave: Réorganisation; Concept de soi; Approche Centrée sur la Personne; Relation thérapeutique.



Esta pesquisa focou na compreensão da noção de reorganização do autoconceito em adultos no contexto clínico, explorando a experiência subjetiva e profissional de uma psicoterapeuta enquanto facilitadora desse processo na relação terapêutica. O estudo se baseou em um relato de experiência do estágio profissionalizante da primeira autora em um Serviço Integrado de Psicologia de Fortaleza, entre o 8° e 10° semestre do curso de Psicologia, articulando com artigos e livros sobre o tema. A pergunta central foi: como a reorganização do autoconceito atravessa a experiência da psicoterapeuta?

O objetivo geral foi compreender como esse processo impacta a psicoterapeuta, sendo desdobrado nos seguintes objetivos específicos: descrever a construção do autoconceito na Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), elucidar a desorganização do autoconceito no desenvolvimento, entender como a ACP auxilia na reorganização e discutir, a partir de um relato de experiência, as afetações subjetivas e profissionais da psicoterapeuta.

A escolha do tema partiu da observação da primeira autora sobre a prevalência da reorganização do autoconceito entre os clientes de seu estágio clínico, o que motivou o desenvolvimento do estudo. O público-alvo principal são estudantes e profissionais de psicologia, mas os achados também podem beneficiar a sociedade, ao aprimorar a prática desses profissionais, promovendo um atendimento mais ético e humano.

A pesquisa foi fundamentada na ACP, de Carl Rogers, que a define como uma forma de ser, aplicável além da clínica, em contextos relacionais e sociais como famílias, escolas e empresas (Wood et al., 1995; Rogers, 1980/1983; Teles, Boris & Moreira, 2014). A ACP entende o ser humano como dotado de uma tendência atualizante, que o direciona ao crescimento e à realização, desenvolvendo suas potencialidades para enriquecer sua vida (Rogers & Kinget, 1977; Teles, Boris & Moreira, 2014). Rogers argumenta que, sob certas condições, essa tendência permite ao sujeito reorganizar e reestruturar seu autoconceito, impactando seu comportamento e suas relações sociais (Rogers, 1947; Teles & Boris & Moreira, 2014).

O autoconceito é a percepção do indivíduo sobre si mesmo, formado ao longo do desenvolvimento, especialmente na infância, a partir do que o organismo considera favorável ou desfavorável, influenciando a apreciação ou afastamento das experiências (Rogers & Kinget, 1977; Araújo & Freire, 2014). De acordo com Rogers e Wood (2010), inclui a organização das percepções que o indivíduo possui sobre si mesmo, desde atributos pessoais, valores, capacidades, até seu posicionamento nas relações interpessoais. Quando há uma discrepância significativa entre a experiência vivida e o autoconceito consciente, instala-se um estado de incongruência, geralmente acompanhado por tensão e sofrimento psicológico.

Nesse cenário, a atuação do psicoterapeuta torna-se fundamental, especialmente no que se refere à facilitação do processo de reorganização do autoconceito. Rodrigues e Sobrinho (2021) ressaltam a relevância de integrar teoria e prática na formação clínica, especialmente no desenvolvimento de competências para intervenções psicoterapêuticas. Guimarães (2010) evidencia que a modificação da autoimagem decorre de intervenções empáticas e acolhedoras, em consonância com os princípios da ACP. De modo convergente, Zapello e Piason (2019) demonstram que a escuta qualificada potencializa mudanças subjetivas significativas. É nesse contexto que o presente estudo se insere, buscando refletir sobre a experiência da psicoterapeuta em formação diante de casos clínicos nos quais a reorganização do autoconceito se mostrou um fenômeno central.

Rogers (1985/2009) descreve que as condições facilitadoras que devem estar presentes na relação terapêutica, podem ser compreendidas como atitudes, sendo elas: a de autenticidade, que é manifesta pelo terapeuta ao apresentar-se na relação genuinamente como se é, sem fachadas ou defesas. A segunda seria a de aceitação positiva incondicional, demonstrada pelo terapeuta ao aceitar genuinamente o cliente como ele é, sem julgamentos e nem pressupostos. E a terceira seria a compreensão empática, expressa pelo terapeuta ao ofertar uma escuta atenta e interessada, buscando aproximar-se o máximo possível da experiência do cliente, guiando-se pelo modo próprio do cliente de perceber a sua experiência e não a partir da visão de mundo do terapeuta, buscando assim compreendê-lo da melhor maneira possível, deixando notável essa compreensão.



Em síntese, ao se refletir sobre a relevância do presente estudo é possível dividi-la em três categorias centrais, sendo a primeira delas a relevância científica: uma vez que o estudo busca fomentar a literatura científica de cunho empírico sobre a importância da relação terapêutica para a facilitação do processo de desenvolvimento do cliente no contexto da psicoterapia centrada na pessoa; a segunda seria a categoria de relevância profissional: tendo em vista que o estudo visa estimular o aprimoramento da prática clínica a partir da conexão entre teoria e prática, contribuindo para se pensar sobre a potência do processo psicoterapêutico, não apenas para o cliente, mas também para a psicoterapeuta e a terceira categoria consiste em uma relevância social: uma vez que a partir do estímulo do aprimoramento da prática se estimula também a oferta de um serviço cada vez mais humano, ético e referenciado para a população atendida.

Nesse sentido, o foco desse estudo visa se debruçar sobre a compreensão, a partir de um relato de experiência, de como o processo de reorganização do autoconceito por parte do cliente, atravessa a experiência subjetiva e profissional da psicoterapeuta enquanto facilitadora desse processo, segue-se nas sessões seguintes: a discussão de temas centrais do referencial teórico utilizado; a metodologia adotada na pesquisa; os resultados e as discussões, bem como as considerações finais sobre o estudo.

METODOLOGIA

Este estudo é qualitativo, baseado na análise do mundo empírico em seu ambiente natural (Godoy, 1995). O método utilizado foi o relato de experiência, definido como uma produção de conhecimento sobre vivências acadêmicas ou profissionais (Mussi, Flores & Almeida, 2021). O relato foi estruturado conforme o modelo proposto por Mussi et al., (2021), alinhado aos objetivos da pesquisa.

O fenômeno estudado se refere à experiência prática da pesquisadora em seu estágio supervisionado na graduação em Psicologia, realizado em um Serviço Integrado de Psicologia em Fortaleza, Ceará, que oferece atendimentos psicoterapêuticos gratuitos. A pesquisadora atendeu adultos de 20 a 40 anos, em sessões de psicoterapia individual de 50 minutos, durante o 8º ao 10º semestre. A abordagem adotada foi a Centrada na Pessoa.

Os dados foram coletados a partir do relatório de estágio e das versões de sentido, entendidas como expressões da experiência imediata (Amatuzzi, 2001 como citado em Boris, 2008). A análise foi realizada por meio de um diálogo crítico-reflexivo entre as percepções da pesquisadora e os materiais teóricos da Abordagem Centrada na Pessoa, abordando temas como a prática clínica e a reorganização do autoconceito em adultos. Os conteúdos teóricos foram coletados de artigos online e livros clássicos da abordagem. Quanto aos cuidados éticos, não foram utilizados dados específicos de clientes, focando-se na experiência da pesquisadora. Todos os clientes atendidos no serviço assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE, que autoriza o uso de dados para fins de pesquisa, garantindo o anonimato.

ANÁLISES E RESULTADOS

Nos tópicos seguintes serão apresentados e discutidos os resultados obtidos através da coleta de dados realizada na presente pesquisa, articulando a relato de experiência da pesquisadora com os referenciais teóricos adotados. Nesse sentido, com intuito de facilitar a discussão dos temas centrais, realizou-se uma divisão em três eixos temáticos, sendo estes: A experiência de estágio no contexto da Psicologia Clínica: Desafios e aprendizados; A relação terapêutica e a psicoterapia centrada na pessoa: um encontro entre teoria e prática e por fim, O contato com o fenômeno da reorganização do autoconceito em adultos na clínica psicológica: os atravessamentos subjetivos e profissionais da experiência enquanto psicoterapeuta.

A experiência de estágio no contexto da Psicologia Clínica: desafios e aprendizados

A experiência de estágio no contexto da clínica psicológica com adultos foi marcada por muitos sentimentos, reflexões e crescimento pessoal e profissional. Os períodos iniciais de inserção no campo de estágio, que ocorreram por volta do 8º semestre, representaram para a estagiária um período de muitas expectativas, receios e genuína vontade de aproveitar o máximo daquela nova experiência.

Antes do primeiro atendimento, a estagiária se sentiu nervosa, ansiosa e tentava organizar as informações prévias que tinha sobre o primeiro atendimento de



um processo psicoterapêutico. Contudo, à medida que os atendimentos começaram a ocorrer de maneira recorrente durante as semanas seguintes, foi possível se permitir estar ainda mais aberta para essa experiência, percebendo com maior clareza o que de fato era aquela prática no concreto, para além das teorias e do que havia aprendido em aulas e leituras. Aos poucos, foi possível perceber e se encantar pela fluidez e intensidade com que os atendimentos aconteciam e o processo terapêutico se construía, à medida que os laços da relação terapêutica iam se tecendo e se fortalecendo, não seguindo apenas os parâmetros do tempo cronológico, mas a lógica de um tempo experiencial e vivido.

Foi notado o quanto a relação com cada cliente era singular e única, e como cada processo tocava e atravessava de formas distintas, permitindo a estagiária aprender a confiar cada vez mais na própria leitura dos afetos e das comunicações que transbordavam dentro do setting terapêutico. Com o tempo, foi possível compreender, sentir e perceber aspectos que o cliente não havia comunicado verbalmente, mas que expressava de outras maneiras não verbais, como através das suas expressões faciais, do seu tom de voz, dos seus movimentos corporais, entre outras formas. Nessa perspectiva, a literatura científica corrobora com esses aprendizados, ao afirmar que a comunicação entre psicoterapeuta e cliente é perpassada pela abertura para um encontro genuíno de um com o outro, através do diálogo recíproco e autêntico. Esse contato ultrapassa a dimensão da fala e compreende toda a complexidade de estar em relação (Schütz & Itaqi, 2016).

Percebeu-se desde o início do estágio quantas vivências importantes poderiam surgir durante os atendimentos, e foi possível sentir ainda mais conexão com essa prática. A atenção da psicoterapeuta não se concentra apenas no que é dito verbal e não verbalmente pelo cliente, mas também em como essas manifestações chegam e a tocam de modo subjetivo e profissional. Em alguns momentos, a estagiária considerou essencial vivenciar o seu próprio processo pessoal de psicoterapia, pois a vivência enquanto psicoterapeuta é intensa e exige muito de si, além do fato de a relação terapêutica afetar de maneira singular o profissional. Foi necessário estar aberta para tornar consciente a necessidade de trabalhar algumas afetações junto aos clientes quando estas se conectavam de maneira relevante com o processo psicoterapêutico deles. Em outros momentos, a estagiária tomou a iniciativa de levar

como temática para a psicoterapia pessoal e supervisão, os afetos que envolviam mais diretamente a sua experiência pessoal diante dos atendimentos, como receios e inseguranças.

Compreendeu que tais percepções são importantes para que o psicoterapeuta consiga se aproximar da experiência do cliente sem se misturar a ela, sabendo distinguir o que é seu e o que é do outro, sendo capaz de alcançar uma compreensão genuína daquele vivido, evitando julgamentos e buscando fazer conexões de sentido a partir do referencial do cliente. O desafio vivenciado pelo psicoterapeuta centrado na pessoa de adentrar no mundo vivido do cliente e buscar se aproximar de sua visão de mundo sem misturá-la com a sua própria é descrito na literatura (Holanda, 1998; Rodrigues & Sobrinho, 2021).

Nesse sentido, de maneira prática, os psicoterapeutas escolhem não ocupar posturas errôneas voltadas a moldar o outro, mas sim buscam genuinamente compreender a forma daquele outro de expressar-se no mundo, os sentidos que constroi, o que lhe faz sofrer e o que lhe potencializa, partindo de sua própria lente. Esse movimento se conecta com a profunda confiança no potencial do sujeito para desenvolver-se a si mesmo e ser protagonista de sua existência. Tal visão dialoga bem com as características da psicoterapia centrada na pessoa descritas por Rogers (1942) e Freire (2003), em que a terapia possui caráter não-diretivo e parte da compreensão de que o processo de aquisição pelo cliente de insights sobre si mesmo e sobre sua experiência ocorre de forma gradual.

Revisitar a trajetória de experiência na clínica permite perceber com clareza inúmeros aspectos que evidenciam o percurso processual de tornar-se psicoterapeuta, compreendendo os momentos de insegurança que se mostraram mais acentuados no início da prática de estágio, mas que não deixaram de existir completamente nas demais fases deste processo. Contudo, no início, a insegurança foi mais prevalente devido ao receio natural diante do desafio de vivenciar o ponto de interseção entre a teoria e a prática. Havia um forte desejo de ajudar o outro, mas, por vezes, a estagiária sentiu medo de não conseguir oferecer a ajuda que o outro precisava e solicitava.

Até que a maturidade construída a partir da experiência na clínica permitisse que a terapeuta começasse a perceber de fato qual era o seu papel real naquela



relação de ajuda, ela foi compreendendo melhor os limites da sua atuação e a importância de entender o papel de cada membro dentro da relação terapêutica. Ela tornou-se mais sensível e atenta para perceber, aceitar e acolher o tempo, as escolhas e o modo próprio de cada cliente de trilhar seu processo psicoterapêutico. Corroborando com essas compreensões, Freire (2003, p. 17) resgata que o objetivo da psicoterapia “não é resolver um problema particular, mas auxiliar o indivíduo a crescer, de modo que possa enfrentar o problema presente e os posteriores de uma maneira mais bem integrada.”

A partir disso, a terapeuta foi fortalecendo a compreensão de que seu papel ali era o de facilitadora e companhia para o cliente nesse processo, não como uma guia que dita as direções, mas como alguém que caminha junto e, nos momentos necessários, contribui para deixar o caminho mais claro e propício para o seguimento do trajeto. Esses aprendizados dialogam com o papel do terapeuta descrito por Freire (2003, pp. 16-17), quando afirma que consiste principalmente “em estar em contato e comunicando o explícito e, sobretudo, os significados implícitos na mensagem do cliente sobre ele mesmo, naquilo que está em mim, terapeuta, e no que está acontecendo entre nós.”

Esses aprendizados também se conectam com o entendimento do que seria um processo psicoterapêutico “centrado na pessoa”, pois essa ideia parte da compreensão de que o papel do psicoterapeuta é o de facilitar o processo de descoberta do sujeito, por meio da prática de atitudes e da oferta de condições favoráveis para que o cliente possa buscar em si mesmo as respostas para suas indagações e conflitos, bem como as direções que o levem a trilhar seu próprio caminho (Pinto, 2010; Rodrigues & Sobrinho, 2021).

Nesse sentido, é possível afirmar que a experiência de estágio na clínica foi, sem dúvidas, um dos momentos mais marcantes, enriquecedores e potentes vivenciados pela terapeuta durante a graduação. Durante os três semestres em que atuou nesse campo, ela aprendeu muitas coisas novas e se dispôs verdadeiramente a vivenciar essa experiência com a inteireza necessária.

Ao longo do processo, percebeu que foi aprendendo a acolher e lidar com seus próprios receios, utilizando o suporte dos momentos de supervisão para ampliar sua percepção clínica, bem como teve como aliada à sua psicoterapia pessoal para

compreender as afetações geradas pelos atendimentos e assim poder trabalhar as questões que a tocavam de modo pessoal. Além disso, pôde contar com o embasamento teórico gerado a partir de seus estudos de caso, fomentados por leituras científicas e cursos extracurriculares, que a auxiliaram no fortalecimento de sua autoconfiança em seu fazer enquanto psicoterapeuta. A terapeuta acredita que outro fator essencial para esse processo foi a sua abertura para a experiência e a identificação pela prática clínica.

A relação terapêutica e a psicoterapia centrada na pessoa: um encontro entre teoria e prática

A experiência de atender clientes distintos de modo contínuo foi um fator potencializador de desenvolvimento pessoal e profissional para a terapeuta, visto que se tornou possível tecer compreensões mais específicas sobre a atuação a partir da perspectiva da Abordagem Centrada na Pessoa, percebendo as distintas articulações entre os aspectos teóricos e a prática clínica.

Durante sua experiência de estágio na clínica, a terapeuta pôde perceber o quanto cada processo psicoterapêutico é único e como a relação terapêutica é construída de modo singular com cada cliente, com ritmos diferentes, gerando em cada um de nós, psicoterapeutas, afetações também distintas. A vivência na clínica permitiu-lhe perceber de forma concreta a importância de confiar no potencial dos clientes para que se desenvolvam a si mesmos, respeitando sua liberdade de escolha e estimulando seu papel ativo no processo terapêutico. Esses aspectos dialogam com as discussões de Freire (2003), que enfatiza que o papel do psicoterapeuta, além de facilitar insights, é também promover ao cliente a liberdade para prosseguir no seu próprio ritmo e em suas próprias direções.

Foi possível notar que alguns clientes apresentavam maior resistência quando se tratava de abrir-se para criar uma relação profunda de confiança e trocas, muitas vezes refletindo aspectos marcantes de sua vida cotidiana e de suas outras relações interpessoais, além da terapêutica. Isso ressalta a necessidade do psicoterapeuta estar atento a esses aspectos, conseguindo comunicar ao cliente e possibilitando-lhe a ampliação de consciência necessária para que ele possa construir, a partir de sua percepção de necessidade, novos modos de se relacionar.



Com os clientes, a terapeuta percebeu que seu movimento de comunicar suas percepções sobre o modo como a relação terapêutica estava se dando, auxiliando assim na ampliação de consciência por parte do cliente, tornava-se mais ou menos desafiador a partir de alguns fatores. Entre eles, estavam a clareza do cliente quanto ao aspecto conjunto com que se constrói o processo terapêutico e a abertura do cliente para olhar para si de maneira verdadeira. Ou seja, aqueles clientes que já haviam compreendido o aspecto dialógico do processo psicoterapêutico e adotavam maior abertura para entrar em contato com sua própria experiência, recebiam as considerações da terapeuta com menor resistência.

Ao longo do processo, foi possível perceber o movimento de fortalecimento da relação terapêutica, bem como alguns outros aspectos da experiência do cliente, que passaram a se apresentar de maneira mais frequente, como um movimento de maior abertura para entrar em contato consigo mesmo, bem como para experienciar e significar suas outras relações interpessoais de forma diferente, para além do setting terapêutico. Isso dialoga com a discussão de Brito & Moreira (2011, p. 205), que afirmam que, durante o processo psicoterapêutico, à medida que o cliente é capaz de assumir sua própria experiência, ele aumenta sua capacidade de aceitação da experiência dos outros, o que contribui para a melhoria de suas relações.

Além disso, foi possível perceber que, ao longo do processo, os clientes passaram a evidenciar a ampliação da capacidade de perceber, reconhecer e validar de forma mais assertiva a maneira como se sentiam diante de suas vivências, os sentidos e significados que atribuía a elas, seus desejos e necessidades, apresentando, assim, maior confiança e validação de suas próprias potencialidades. Aproximando-se assim, da resignificação de valores introjetados que já não se mostravam congruentes com o seu modo de ser no presente. Essas percepções, se conectam com o que Brito & Moreira (2011, p. 205) afirmam serem compreensões de Rogers sobre o que acontece com o sujeito no contexto da psicoterapia:

(...) durante a terapia, o indivíduo se afasta de suas fachadas e de tudo o que ele deveria ser. Ele pode até não saber para onde está indo ou o que realmente é, mas sabe que não é aquilo que seus pais e outras pessoas-critério desejam e esperam que ele seja. Quando pode vivenciar suas experiências sem ter que

ser nada, o indivíduo começa a descobrir novas formas de ser, rejeita formas artificiais e definidas pelo exterior.

Quando os clientes traziam suas próprias percepções sobre o impacto positivo do processo terapêutico em sua vida cotidiana, a psicoterapeuta considerava importante ressaltar o papel ativo que exerciam nesse processo de construção. Essa compreensão dialoga com a afirmação de que o processo psicoterapêutico centrado na pessoa adota uma confiança fiel de que a melhor forma de ajudar alguém parte da crença em sua condição natural para pensar, sentir, buscar e direcionar sua própria caminhada, de modo alinhado com suas necessidades (Pinto, 2010; Rodrigues & Sobrinho, 2021).

Nessa perspectiva, Rogers (1983) corrobora com estes achados, quando discute acerca dos efeitos positivos e potentes advindo da oferta de uma escuta genuína e atenciosa, que não visa diagnosticar ou julgar, mas que pelo contrário, seja capaz de possibilitar que o outro se sinta compreendido e verdadeiramente aceito, gerando uma sensação de profundo agradecimento e potencial abertura para falar sobre si e entrar em contato com o seu próprio modo de ser, promovendo uma genuína abertura à mudanças.

O contato com o fenômeno da reorganização do autoconceito em adultos na clínica psicológica: os atravessamentos subjetivos e profissionais da experiência enquanto psicoterapeuta

Durante o acompanhamento dos distintos clientes atendidos na clínica no contexto da prática de estágio, a terapeuta percebeu a prevalência do fenômeno relacionado à reorganização do autoconceito em adultos. Esse processo despertou seu interesse em aprofundar os conhecimentos sobre essa experiência, com o objetivo de oferecer um serviço cada vez mais ético, humano e referenciado. Além disso, ela passou a refletir sobre como essa experiência chegava até ela e atravessava sua vivência na construção de seu modo de ser psicoterapeuta, bem como de maneira subjetiva e pessoal, como alguém disposta a entrar em contato com o processo intenso e desafiador vivido pelos seus clientes, colocando-se ao lado deles nesse caminho de descobertas e redescobertas de si.



Ao longo do processo, a terapeuta pôde perceber que, à medida que os clientes entravam em contato com o contexto em que se deu seu desenvolvimento na infância e adolescência, assim como com experiências marcantes vivenciadas durante essas fases, alguns aspectos relacionados aos períodos iniciais de construção do autoconceito desses clientes foram sendo evidenciados. Entre esses aspectos, destacaram-se vivências de pouca validação dos desejos e sentimentos pelas suas figuras de referência, descrédito em suas potencialidades, alta cobrança por desempenho e pelo seguimento de padrões comportamentais e físicos valorizados por essas figuras de referência, e negligência afetiva.

Desse modo, cabe considerar que dentro da compreensão da Abordagem Centrada na Pessoa, considera-se que um dos principais e mais importantes aspectos da experiência do eu (*self*) da criança, é perceber-se enquanto alguém que é amada pelos pais, ou seja, digna de receber amor, estabelecendo com eles uma relação de afeto e experienciando isso como positivo para si. Essa percepção, por sua vez, pode ser vista como um elemento significativo e nuclear durante o processo de formação do autoconceito da criança (Rogers & Kinget, 1977; Rogers, 1992/2003; Araújo & Freire, 2014). Ou seja, a ausência de condições que atendam a essas necessidades, pode gerar impacto no processo de construção do autoconceito do sujeito.

Nesse sentido, foi possível perceber que diante dessas vivências, cada cliente foi construindo as suas próprias maneiras de enfrentar e lidar com estes aspectos que foram influenciando a construção do seu autoconceito, podendo ser descritas algumas estratégias utilizadas, tais como: adoção de uma elevada autocobrança por desempenho, esforços contínuos de adequação de suas condutas e modo de ser com foco em conquistar aceitação e validação das pessoas com quem conviviam e por quem tinham consideração positiva, estratégias que visavam assegurar o controle de sua rotina, situações vivenciadas e relações, dificuldade de confiar nas pessoas e em suas intenções, negação e negligência das próprias necessidades, alta introjeção de valores e de expectativas externas.

Tais observações dialogam com a literatura, tendo em vista que compreende-se que quando o indivíduo vivencia relações que não ofertam consideração positiva incondicional, é possível que seja gerada a percepção de que os seus próprios sentimentos e atitudes mostram-se como impeditivos para que receba amor das

peças que lhes são referência e significativamente relevantes, o que leva o sujeito a compreender que aquilo que percebe como bom para si e necessário ao próprio organismo, é recebido como algo ruim por aqueles que ama.

Essa percepção, pode fazer com que passe a introjetar os novos valores trazidos por esse outro, de tal forma que passam a ser percebidos por ele como propriamente seus também, como estratégia para não perder o amor desse outro e ser aceito por ele (Rogers & Kinget, 1977; Araújo & Freire, 2014). Essa compreensão dialoga com as estratégias utilizadas pelos clientes para adequar-se às expectativas externas a si que direcionaram como deviam agir para serem aceitos e reconhecidos pelas suas figuras-critério.

Desse modo, pode-se pontuar que foi possível entrar em contato durante o processo psicoterapêutico com algumas possíveis repercussões dos entrelaçamentos entre as condições oferecidas a estes sujeitos enquanto favoráveis ou desfavoráveis para a construção de um conceito de si congruente ou distorcido, bem como com os recursos que estes clientes foram construindo ao longo do seu desenvolvimento como estratégia para lidar com as suas necessidades e com as do meio em que estavam inseridos.

A possível cristalização dessas estratégias possivelmente pode ter contribuído para o desencadeamento de algumas experiências e modos de ser marcados por distintas e singulares expressões de sofrimentos psíquicos como: transtornos alimentares, ansiedade patológica, repetição de modos de relacionar-se que não são vistos como funcionais pelo cliente, baixa autoestima, sentimento de inferioridade e falta de confiança em suas potencialidades. Assim como, não reconhecimento de si como alguém merecedor de amor e de consideração positiva, dificuldade de definir-se e de reconhecer, validar e confiar em sua própria sabedoria orgânica e percepção sobre as suas experiências, dificuldade de perceber as próprias necessidades e de atendê-las, profundo receio de ser julgado, não aceito e abandonado pelas pessoas com quem se relacionam afetivamente, elevada necessidade de validação e aprovação em todos os contextos.

Esses aspectos percebidos ao longo dos processos psicoterapêuticos dos clientes atendidos, corroboram com as compreensões trazidas por autores da Abordagem Centrada na Pessoa, uma vez que trazem que a partir do processo de



introeção dos valores das figuras de referência como forma de manter o amor, o sujeito passa a desconsiderar a sabedoria do seu próprio organismo, como conhecedor do que é necessário para si. Desse modo, ao abandonar essa avaliação, ele passa a ter a sua subjetividade formada a partir desses referenciais que já não são mais de ordem orgânica, mas sim de ordem externa a própria experiência, podendo culminar em processos de adoecimento devido a essas distorções, que podem gerar uma desorganização do próprio autoconceito (Rogers & Kinget, 1977; Araújo & Freire, 2014).

Nessa perspectiva, compreendendo alguns aspectos percebidos referentes ao processo de construção e desorganização do autoconceito em adultos ao longo do desenvolvimento, foi possível perceber que a partir desse novo contato com esses contextos possibilitado aos clientes por meio do processo psicoterapêutico na vida adulta, observou-se movimentos relacionados a tentativa de reorganização desse autoconceito, a partir do reconhecimento e da ampliação de consciência por parte do cliente acerca do processo de construção da sua visão de si e de mundo. Desse modo, Moreira & Brito (2011, p. 206) colaboram com esses achados quando trazem sobre aspectos relacionados a reorganização da noção de si ao longo do processo psicoterapêutico:

O novo *self* emergente da terapia é mais congruente com a totalidade da experiência. O comportamento do indivíduo passa a ser menos defensivo e mais coerente com o *self* e a realidade. Como reflexo de um estado de maior congruência do indivíduo, ocorre uma maior fluidez e flexibilidade em sua forma de ser e agir, que não estão mais baseados em antigas estruturas rígidas.

Esse movimento se manifestou a partir de uma maior abertura do cliente para entrar em contato com a sua própria existência, assumindo o seu papel ativo, livre e responsável diante de suas escolhas e da possibilidade de ressignificar as suas experiências vividas, ampliando assim, as suas possibilidades de fazer novas escolhas e que estas fossem mais autênticas e congruentes com a sua atual visão de si. Estes aspectos se apresentaram a partir da oferta de condições facilitadoras como a compreensão empática, autenticidade e aceitação positiva incondicional, ofertadas por meio da relação terapêutica, com foco no desenvolvimento e crescimento do cliente, bem como validação de suas potencialidades.

Acerca dessas condições facilitadoras, Rogers (1985/2009) discorre que é necessário que o terapeuta adote atitudes que tornem possível a construção de um espaço favorável ao crescimento do cliente, sendo o terapeuta congruente e autêntico na relação, ao apresentar-se genuinamente como se é, possibilitando assim que o cliente tenha liberdade para autorizar-se a ser apenas ele mesmo. Além disso, é necessário que sinta e demonstre aceitação positiva incondicional pelo seu cliente, aceitando-o como ele é, sem julgamentos e nem pressupostos, acolhendo sua singularidade sem pré-condições para isso. Bem como, é necessário que adote a prática da compreensão empática, manifesta através de uma escuta atenta e interessada, buscando aproximar-se o máximo possível da experiência do cliente da forma como ele a percebe. Desse modo, torna-se possível a construção de um espaço favorável para a efetivação do processo de mudança, podendo possibilitar por exemplo, a reorganização do próprio autoconceito por parte do cliente, através da abertura para experiências mais autênticas.

Esse movimento pôde ser percebido ao longo do processo psicoterapêutico a partir da observação das atitudes e dos relatos dos clientes, que foram ao longo do processo demonstrando uma maior abertura para entrar em contato com as próprias experiências, nutrindo um maior interesse de conhecer e saber mais sobre si mesmo. Além disso, evidenciou-se um melhor reconhecimento por parte dos clientes acerca do que sentem, desejam e necessitam, ampliando a própria percepção acerca das introjeções que foram realizando ao longo do desenvolvimento, reconhecendo e validando de forma mais assertiva as suas próprias necessidades organísmicas e adotando uma maior confiança em suas percepções sobre as suas experiências, bem como em suas potencialidades. Construindo assim novos recursos e modos de enfrentamento diante das situações vivenciadas no seu presente, conseguindo reconhecer e estabelecer de forma mais clara limites importantes para si, nutrindo maior confiança de expressar-se.

Corroborando com os aspectos percebidos, Freire (2003) discorre que o alvo principal da psicoterapia, seria auxiliar o cliente a atingir uma maior unidade consigo mesmo, tornando-se mais congruente, devido a um maior nível de contato consciente com a experiência do seu eu. Esse movimento possibilita que o cliente aproxime-se cada vez mais de quem realmente se é, por tornar-se menos rígido em seu modo de



experienciar, culminando em uma maior confiança em sua própria experiência, enquanto um guia valioso para o seu crescimento e desenvolvimento.

Cabe destacar que os aspectos percebidos e discutidos no presente trabalho tratam-se de aspectos gerais e condensados a partir de distintos casos atendidos, não sendo todos eles observados a partir de apenas uma vivência em específica, bem como não tendo sido um processo igualitário no que se refere a cronologia e modo de experienciar e expressar os processos de mudança apresentados, tendo alguns clientes evidenciado mais traços de mudança do que outros, bem como em ritmos cronológicos menores ou maiores, estando alguns ainda em um período inicial dessas percepções e ressignificações.

Por fim, a terapeuta compreende que, para vivenciar a experiência de acompanhar os distintos processos enfrentados pelos clientes atendidos ao longo do estágio, especialmente em relação às suas vivências singulares no processo de reorganização do autoconceito, foi de suma importância estar também vivenciando o seu próprio processo psicoterapêutico de forma simultânea. Ela percebe que esse processo a auxiliou a lidar com as afetações subjetivas que surgiam a partir da relação terapêutica, o que possibilitou que ela percebesse, reconhecesse e significasse de maneira mais assertiva os sentidos e significados que a mobilizaram a estar comprometida e aberta para trilhar essas distintas jornadas com cada um de seus clientes, validando o lugar deles como protagonistas e o seu próprio como facilitadora.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa alcançou seu objetivo de compreender, por meio de um relato de experiência, como o processo de reorganização do autoconceito do cliente atravessa a experiência subjetiva e profissional da psicoterapeuta enquanto facilitadora desse processo.

Os resultados obtidos, em diálogo com o referencial teórico e metodológico adotado, reforçam a importância de refletir sobre os aspectos subjetivos e profissionais que permeiam a experiência da psicoterapeuta, visando a construção de uma prática ética e humana. Além disso, destacaram a relevância de oferecer condições facilitadoras que permitam a mudança no contexto da psicoterapia centrada na pessoa, com atitudes como autenticidade, compreensão empática e consideração

positiva incondicional. Estas atitudes proporcionam ao cliente a liberdade e segurança necessárias para entrar em contato consigo mesmo, promovendo a reorganização de seu autoconceito e a construção de escolhas mais autênticas e congruentes (Rogers & Kinget, 1977; Araújo & Freire, 2014; Rogers, 1992/2003; Freire, 2003).

Este estudo contribui para ampliar as discussões sobre o objeto investigado, estimulando novas experiências teórico-práticas na Abordagem Centrada na Pessoa e fortalecendo a literatura empírica sobre o tema. Também destaca a importância dos atravessamentos subjetivos e profissionais na experiência da psicoterapeuta, ressaltando o impacto do processo psicoterapêutico no crescimento pessoal e profissional tanto do cliente quanto da psicoterapeuta.

Quanto às limitações, destacam-se os desafios em articular a experiência de estágio com o fenômeno da reorganização do autoconceito, dificultando uma análise mais detalhada e linear. Outro desafio foi a ausência de um caso específico para aprofundar a análise, o que poderia ter proporcionado um estudo mais focado.

Para futuros estudos, sugerem-se duas abordagens: 1. Investigar como os clientes descrevem e significam a relação terapêutica no seu processo de crescimento e desenvolvimento em psicoterapia; 2. Analisar como os próprios clientes percebem e significam o processo de reorganização do autoconceito na vida adulta, a partir de sua vivência em psicoterapia.

REFERÊNCIAS

- Araújo, I. C., Freire, J. C. (2014) Os Valores e a sua Importância para a Teoria da Clínica da Abordagem Centrada na Pessoa. *Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies*, Fortaleza, v. 1, n. 20, p. 94-103, jun.
- Brito, R. M. de M.; Moreira, V. (2011) “Ser o que se é” na psicoterapia de Carl Rogers: um estado ou um processo?. *Memorandum: Memória e História em Psicologia, [S. l.]*, v. 20, p. 201–210.
- Borja-Santos, C. (2004) Abordagem Centrada na Pessoa - Relação Terapêutica e Processo de Mudança. *Psilogos*, [S.L.], v. 1, n. 2, p. 18-23, 1 dez. Psilogos. <http://dx.doi.org/10.25752/PSI.6071>.
- Boris, G. D. J. B. (2008) Versões de sentido: um instrumento fenomenológico-existencial para a supervisão de psicoterapeutas iniciantes. *Psicologia Clínica*,



- [S.L.], v. 20, n. 1, p. 165-180, 2008. FapUNIFESP (SciELO).
<http://dx.doi.org/10.1590/s0103-56652008000100011>.
- Farias, B. R. de. (2019) Clínica e Existência: sobre o fundamento e o compromisso ético-político da psicologia. *Arquivos do Ipub*, Rio de Janeiro, v. 1, n. 1, p. 49-71, abr. 2019.
- Freire, L. T. (2003) *O direcionamento do processo psicoterapêutico na abordagem centrada na pessoa*. 43 f. TCC (Graduação) - Curso de Psicologia, Centro Universitário de Brasília.
- Fontgalland, R. C.; Moreira, V., Melo, C. de F. (2018) A experiência de ser empático para o psicoterapeuta humanista-fenomenológico iniciante. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, v. 1, n. 70, p. 5-10, mar.
- Godoy, A. S. (1995) Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades. *Revista de Administração de Empresas*, v. 2, n. 35, p. 57-63, abr.
- Guimarães, S. F. (2010) *A modificação da auto-imagem: da pessoa-critério à psicoterapia*. 38 f. TCC (Graduação) - Curso de Psicologia, Uniceub.
- Mussi, R. F. de F.; Flores, F. F.; Almeida, C. B. de. (2021) Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. *Práxis Educacional*, [S.L.], v. 17, n. 48, p. 1-18, 1 set. Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia/Edições UESB.
<http://dx.doi.org/10.22481/praxisedu.v17i48.9010>.
- Rodrigues, K. M. M.; Sobrinho, D. F. (2021) Desafios de tornar-se terapeuta na abordagem centrada na pessoa. *Humanidades & Inovação*, v. 8, n. 67, p. 291-300, maio. Mensal.
- Rogers, C. R. (2009/1985) *Tornar-se pessoa*. 6. ed. Editora Wmf Martins Fontes Ltda. 489 p. (1º edição em 1985)
- Rogers, C. R. (2003/1992) *Terapia Centrada no Cliente*. Lisboa: Edual - Editora da Universidade Autónoma de Lisboa, 2003. 550 p. (originalmente publicado em 1992)
- Rogers, C. R.; Kinget, G. M. (1977) *Psicoterapia e Relações Humanas 1*. Interlivros, 288 p.
- Rogers, C. R. (1977) *A pessoa como centro*. EPU-EDUSP, 240 p.
- Rogers, C. R. (1983) *Um jeito de ser*. Editora Pedagógica e Universitária Ltda, 156 p.
- Rogers, C. R.; Wood, J. K. (Orgs.). (2010). *Abordagem centrada na pessoa* (5ª ed.). EDUFES.



Telles, T. C. B.; Boris, G. D. J. B.; Moreira, V. (2014) O Conceito de Tendência Atualizante na Prática Clínica Contemporânea de Psicoterapeutas Humanistas. *Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies*, v. 1, n. 20, p. 13-20, jun.

Zapello, G. M.; Piaason, A. da S. (2019) O acolhimento como ferramenta terapêutica: um relato de experiência com a abordagem humanista. In: *XIII MOSTRA CIENTÍFICA DO CESUCA*, 2019, Cachoeirinha. Anais [...] Faculdade Cesuca, 2019. p. 605-612.

Submetido: 14/06/2025.

Aprovado: 25/06/2025

Publicado: 01/07/2025

Autoria:

Ana Karla Silva Duarte

Psicóloga pela Faculdade Ari de Sá. Psicoterapeuta Humanista Fenomenológica.

Plantonista na Clínica Fratelli e Professora no Instituto Fratelli. Faculdade Ari de Sá

E-mail: anakarlasilvapsi@gmail.com

Orcid: <https://orcid.org/0009-0002-2626-6184>

País: Brasil

Endereço: Rua Manuel Braga Filho, 113 - Paraipaba, Ceará

Link do currículo lattes: <http://lattes.cnpq.br/5645272172066654>

Felipe Saraiva Nunes de Pinho

Graduado em Psicologia pela UFC. Mestre em Linguística pela UFC. Doutor em Filosofia pela Universidade de Barcelona. Faculdade Ari de Sá

E-mail: felipesnpinho@gmail.com

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-6595-8215>

País: Brasil

Endereço: Faculdade Ari de Sá. Av. Heráclito Graça, 826 - Aldeota, Fortaleza - CE, 60140-

060

Link do currículo lattes: <http://lattes.cnpq.br/2878134134616886>



Waleska Karla Ramos de Macêdo

Mestranda em Psicologia pela Universidade de Fortaleza (UNIFOR). Pesquisadora vinculada ao Laboratório de Psicopatologia e Clínica Humanista-Fenomenológica (APHETO/UNIFOR).

Universidade de Fortaleza (UNIFOR)

E-mail: waleskaramosmacedo@gmail.com

Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-5543-5376>

País: Brasil

Endereço: Rua Pereira de Miranda, 575 – Fortaleza, Ceará

Currículo lattes: <http://lattes.cnpq.br/7373135799596082>