

# A ABORDAGEM HUMANISTA NO DEBATE DA PSICOTERAPIA BASEADA EM EVIDÊNCIAS

The humanistic approach in the debate on evidence-based psychotherapy

Abordaje humanista en el debate de la psicoterapia basada en la evidencia.

LUCIA MARQUES STENZEL

---

**Resumo:** Este estudo tem como objetivo abordar a convergência entre a abordagem humanista e as discussões contemporâneas acerca da Prática da Psicologia Baseada em Evidências (PPBE). Esta é uma temática permeada por dilemas éticos e epistemológicos que dificultam o engajamento de pesquisadores e clínicos nesse debate. Neste artigo são apresentadas recentes pesquisas que abarcam as diferentes correntes humanistas no desvelamento da pergunta sobre o que funciona em psicoterapia. São trabalhados os seguintes temas: os pressupostos da abordagem humanista mais diretamente envolvidos no debate; a influência histórica de teóricos como Carl Rogers nessa discussão; os embates em torno da articulação entre a teoria humanista e o tema da eficácia em psicoterapia; e a participação de teóricos humanistas na elaboração das recomendações práticas propostas pela Associação Americana de Psicologia (APA). Por fim, o estudo explora a necessidade de maior engajamento de pesquisadores brasileiros nessa discussão.

**Palavras-chaves:** Eficácia de Tratamento; Abordagens Humanistas; Psicoterapia Centrada na Pessoa; Fatores Comuns; Fatores Relacionais

**Abstract:** The aim of this study is to approach the convergence between humanistic approach and contemporary discussions on Evidence-Based Practice in Psychology (EBPP). This is a topic permeated by ethical and epistemological dilemmas that hinder the engagement of researchers and clinicians in this debate. In this article, recent research that includes different humanistic approaches unveiling the question of what works in psychotherapy is presented. The following themes are dealt with here: the assumptions of the humanistic approach more directly involved in the debate; the historical influence of theorists such Carl Rogers in this discussion; the clashes over the articulation between humanistic theory and the theme of the efficacy in psychotherapy; and the participation of humanistic theorists in the elaboration of the practical recommendations proposed by the American Psychology Association (APA). At last, the study explores the need to engage Brazilian researchers in this discussion.

**Keywords:** Efficacy of Treatment; Humanistic Approaches; Person-Centered Psychotherapy; Common Factors; Relational Factors

**Resumen:** El objetivo de este estudio es abordar la convergencia entre el abordaje humanista y las discusiones contemporáneas acerca de la Práctica de la Psicología Basada en la Evidencia (PPBE). Los dilemas éticos y epistemológicos implicados en esta temática dificultan el comprometimiento de investigadores y psicólogos clínicos en el debate que suscita. En este artículo, se presentan investigaciones recientes que abarcan las diferentes corrientes humanistas buscando responder a la pregunta sobre qué es lo que funciona en psicoterapia. Se trabajan estos temas: los presupuestos del abordaje humanista más directamente implicados en el debate; la influencia histórica de teóricos como Carl Rogers en esa discusión; los enfrentamientos en torno a la articulación entre la teoría humanista y el tema de la eficacia en psicoterapia; y la participación de teóricos humanistas en la elaboración de las recomendaciones prácticas propuestas por la Asociación Americana de Psicología (APA). Por último, se explora la necesidad de un mayor comprometimiento de investigadores brasileños en esa discusión.

**Palabras clave:** Eficacia del Tratamiento; Abordajes Humanistas; Psicoterapia Centrada en la Persona; Factores Comunes; Factores Relacionales

## Introdução

A psicoterapia pode ser discutida sob diferentes prismas, pode ser analisada sob um viés prático e profissional que orienta o trabalho do psicólogo clínico; sob o impacto psicossocial que ela produz; e, sob o prisma ético e epistemológico que a constitui. Em diferentes campos das ciências humanas, sociais e da saúde discute-se sobre como se desenvolvem as intervenções em psicoterapia; suas origens intelectuais e filiações institucionais; as forças morais e culturais que a moldam; diferentes tipos de abordagem teóricas e técnicas que se desenvolvem ao longo da história e suas variações socioculturais (Marks, 2017). Em meio a estas diferentes perspectivas de discussão sobre a psicoterapia, existe uma que se filia ao tema da funcionalidade; que busca responder à pergunta se “o que fazemos” e “como fazemos” tem produzido efeito e alívio para o sofrimento humano.

A cultura *mainstream* em psicoterapia vêm reforçando cada vez mais a busca por respostas sobre sua funcionalidade e eficácia (Soares, 2011), correspondendo aos apelos de uma sociedade cada vez mais voltada à excelência do desempenho, e esta parece ser uma discussão difícil de ser ignorada por acadêmicos e pesquisadores. A busca pela resposta sobre a funcionalidade e sobre a evidência de eficácia da psicoterapia, entretanto, não é algo novo no campo da psicologia; ela nasce com os preceitos de validade e cientificidade da disciplina, encontrando oposição daqueles que discutem o estatuto da psicologia no campo da ciência moderna. Como refere Castañon (2009) a história da psicologia moderna tem sido a história de uma longa e persistente crise de cientificidade, uma crise epistemológica, ontológica e metodológica. A dificuldade de consenso sobre o objeto de estudo da psicologia, bem como os diferentes critérios existentes para a validação da sua produção científica coloca a disciplina em diferentes dilemas epistemológicos.

Esses dilemas não são diferentes no campo da psicoterapia; a prática psicoterápica não está livre de debates sobre sua definição, seus objetivos e seus preceitos de validade. Existem teóricos que discutem se há relevância filosófica na busca pela funcionalidade e utilidade da psicoterapia (Berg, 2019; Berg, 2020; Feijoo, 2004). Os representantes desse pensamento questionam se a pergunta sobre a eficácia deveria compor o campo do cuidado humano e emocional, criticando as escolhas epistemológicas da Prática Psicoterápica Baseada em Evidências (PPBE) e propondo uma análise da clínica psicológica filiada ao campo hermenêutico e fenomenológico (Berg 2019; Berg, 2020). Feijoo (2004), ao questionar as bases que fundamentam a prática clínica, refere que há uma grande dispersão e oposição na compreensão de seus fundamentos. A autora diz que há no mundo contemporâneo uma exigência por resultados psicoterápicos que

possam ser objetivamente verificados, e que existe um grande esforço por parte da psicologia em corresponder a esta exigência. A prática clínica acaba então por se transformar “numa coleção de técnicas modificadoras do comportamento ou de estratégias que permitam a tomada de consciência, na qual melhores resultados são atingidos quanto mais o homem souber de si mesmo” (Feijoo, 2004, p.87).

Nos últimos 20 anos, essa necessidade de reavaliar o modo como a psicoterapia aborda as especificidades do ente humano já levanta discussões acaloradas inclusive em campos tradicionalmente mais voltados para a valorização das técnicas psicoterápicas. As pesquisas baseadas em evidências vêm demonstrando que os fatores humanos e relacionais se sobrepõem à técnica psicoterápica em termos de eficácia; ou seja, mesmo entre pesquisadores da PPBE (APA, 2006), o investimento por quase um século em pesquisa e prática profissional voltada à exploração da especificidade das abordagens teóricas em psicologia vem sendo questionado.

Como será demonstrado a seguir, as pesquisas conduzidas por teóricos ligados à Associação Americana de Psicologia (APA) começam a demonstrar um enfraquecimento da técnica e uma maior valorização da relação, da experiência e da vivência dos sujeitos envolvidos no encontro terapêutico como os principais vetores para o sucesso psicoterápico (APA, 2006). Fatores como empatia, congruência, consideração positiva e atitudes do terapeuta, historicamente valorizados por teóricos humanistas, vêm sendo retomados com força nas pesquisas e recomendações da APA (Wampold, 2015).

Há uma valorização crescente do trabalho iniciado por Carl Rogers (1902/1987) e uma exponente participação e colaboração de diferentes correntes do campo humanista e existencial na pesquisa em psicoterapia que envolve a análise de resultados e eficácia (Elkins, 2019; Hoffman, Dias, & Soholm, 2012; Angus, Watson, Elliott, Schneider, & Timulak, 2015; Murphy & Joseph, 2016). Porém, segundo Hoffman, Dias, e Soholm (2012) é importante que esta participação e colaboração seja ampla, flexível e inclusiva. Os autores referem que se os psicólogos existenciais e humanistas não estiverem ativamente engajados na definição de PPBE existe um risco maior de que ela venha a ser definida de uma forma tendenciosa e contrária a essas perspectivas psicoterápicas.

Supondo que a discussão proposta aqui possa acrescentar elementos tanto para as reflexões éticas e epistemológicas sobre psicoterapia, quanto para novos estudos brasileiros no campo da Prática da Psicologia Baseada em Evidências (PPBE) este estudo objetiva estimular e dar visibilidade teórica principalmente para o debate da PPBE

que, especificamente na confluência com o campo humanista, parece ainda tímido em território nacional. Não é objetivo deste artigo explorar a discussão filosófica, ética e epistemológica que circunda o campo da clínica psicológica - o estatuto epistêmico não só da clínica, mas da própria psicologia já vem sendo muito bem trabalhado por teóricos brasileiros (Castañon 2009; Feijoo, 2004; Feijoo & Goto, 2016; Holanda, 2019). A proposta aqui é mais específica; busca-se com este estudo mapear a convergência entre a abordagem humanista e a PPBE que orienta em grande parte às políticas de regulamentação da APA e consequentemente as práticas profissionais da psicologia.

## A importância dos fatores comuns nas evidências de eficácia em psicoterapia

No campo da psicologia clínica, cada vez mais ênfase tem sido dada à geração sistemática de evidências de eficácia de tratamentos (Truijens, De Smet, Desmet & Meganck (2021); desde a década de 1950 esse é um dos debates que mais cresceu entre pesquisadores (Sousa, 2006). Segundo Soares (2011), entre 1954 e 1969, a questão central que motivava as investigações em psicoterapia era a adequação aos parâmetros científicos da época e o esforço em confirmar a eficácia das intervenções. Desde então, a avaliação do processo psicoterápico, bem como os efeitos das intervenções psicológicas, tem sido um desafio para pesquisadores e clínicos; e a articulação de conhecimentos teóricos, técnicos, metodológicos e éticos tem sido fundamental nesta discussão (Peuker, Habigzang, Koller & Araujo, 2009).

A preocupação mais específica com a prática baseada em evidências científicas começou nos Estados Unidos no início do século XX, mas só se instaurou com força no campo da psicologia nas últimas décadas (APA, 2006). O debate polêmico e controverso entre Hans Eysenck e Hans Strupp na década de 1950 questionava o benefício das intervenções psicológicas e a possibilidade da psicologia de demonstrar através de evidências científicas a eficácia psicoterápica (Wampold, 2013). Eysenck e Strupp estavam preocupados em defender cada um suas posições teóricas - terapia comportamental e terapia psicodinâmica, respectivamente; porém, segundo Wampold (2013), mesmo que o centro da discussão estivesse restrito à luta de cada um em evidenciar a superioridade de sua abordagem, o debate acabou por motivar pesquisadores na busca pela maior sofisticação da pesquisa de evidências em processos e resultados psicoterápicos.

Após décadas de debate, o ano de 2005 foi um marco nesta discussão; ano em que foi instituída a força-tarefa presidencial da APA para a prática baseada em evidências (APA, 2006). Naquele ano a associação elaborou um documento que definiu

diretrizes para a pesquisa e a prática profissional. O documento redigido define três grandes eixos centrais de reflexão: a pesquisa, a expertise clínica e as características, cultura e preferências do cliente; englobando toda a gama de estudos e evidências científicas que psicólogos e gestores de políticas de saúde devem considerar em suas pesquisas e atuação nos diferentes campos de prática (APA, 2006). Em agosto de 2012, o Conselho de Representantes da APA elaborou uma resolução sobre o reconhecimento da eficácia da psicoterapia. Neste documento são também indicadas e reforçadas sugestões quanto à pesquisa, às políticas de saúde, e à necessidade de considerar as diversidades sociais e culturais nas práticas psicoterápicas (APA, 2012).

Na psicologia clínica estudos que visam evidências de eficácia têm sido conduzidos por meio de ensaios clínicos randomizados, que são referidos como método padrão ouro; no entanto, não há consenso nesta discussão (Truijens et al., 2021). Segundo Leonardi e Meyer (2015), existe também um embate sobre as variáveis que mais pesam em termos de eficácia psicoterápica. Seriam os fatores transversais do processo psicoterápico (os chamados fatores comuns) que determinam bons desfechos terapêuticos? Ou seriam as especificidades técnicas, próprias de cada abordagem teórica?

Os fatores comuns foram historicamente chamados de fatores inespecíficos em psicoterapia, ou seja, eram considerados interações ou experiências que ocorriam durante o aconselhamento ou psicoterapia, que, apesar de contribuírem para resultados positivos, não eram passíveis à medidas científicas (Parrow, Sommers-Flanagan, Cova, & Lungu, 2019). Foi somente nos anos de 1990, após décadas de pesquisa em aconselhamento e psicoterapia, que o termo fatores inespecíficos foi abandonado e substituído pelo termo fatores comuns (Parrow *et al.*, 2019). Os fatores comuns referem-se às variáveis que transcendem as opções e orientações teóricas, bem como as prescrições psicoterápicas. São, portanto, em sua maioria referentes à relação terapêutica; como a empatia, a aliança, a consideração positiva e a congruência. No entanto, conforme Wampold (2015), os fatores comuns também englobam fatores relacionados ao terapeuta (os chamados efeitos do terapeuta) e ao cliente isoladamente (como as expectativas do cliente com o tratamento que não dependem necessariamente da interação entre terapeuta e cliente). Já os fatores específicos referem-se ao tipo de tratamento administrado, às diferentes abordagens, à aderência ao protocolo e às técnicas específicas; ou seja, concentram-se em prescrições de tratamento específicos de cada abordagem psicoterápica.

Dentre os fatores comuns, os que ganham maior destaque em termos de evidência de eficácia, são os fatores referentes à relação terapêutica; ou seja, produzidos diretamente pela diáde cliente-

terapeuta (Wampold, 2015). Parrow et al. (2019) faz uma diferenciação entre fatores comuns e fatores relacionais; os fatores relacionais são parte do conjunto de fatores comuns, mas existem fatores comuns independentes dos fatores relacionais. Um exemplo são as expectativas por parte do cliente com relação ao tratamento. As expectativas positivas ou negativas com relação ao processo psicoterápico influenciam fortemente o processo de terapia, elas podem ser ativadas ou estimuladas pela relação terapêutica, mas não se restringe necessariamente a ela; ou seja, são fatores comuns, mas não dependem necessariamente do contexto relacional produzido pela díade cliente-terapeuta (Parrow *et al.*, 2019).

Hoje, em termos de evidência científica, há pouco questionamento sobre a afirmação de que os fatores comuns são mais capazes de influenciar os resultados clínicos em psicoterapia se comparados aos fatores específicos (Norcross & Lambert, 2018; Norcross & Wampold, 2018; Wampold, 2015). E mais, dentre os fatores comuns com maior evidência de eficácia, estão aqueles relacionados à interação entre terapeuta e cliente (Elkins, 2019; Parrow, *et al.*, 2019; Wampold, 2015). Norcross e Lambert (2018) apresentam evidências de que o relacionamento psicoterapêutico traz contribuições substanciais e consistentes aos resultados em terapia, independentemente da abordagem de tratamento. Nesse artigo, são também referidas 28 recomendações aos pesquisadores e psicólogos que envolvem diretamente o tema da relação terapêutica direcionadas à pesquisa, à prática e às políticas em saúde. Dentre as recomendações mais ligadas à prática clínica, Norcross e Lambert (2018) referem ações terapêuticas tais como: criar e cultivar a relação terapêutica como um objetivo primário do tratamento; avaliar comportamentos relacionais como a aliança e a empatia; monitorar rotineiramente a satisfação dos clientes com a relação terapêutica. Fica evidente, no conjunto de recomendações, a reafirmação do elemento humano-relacional como uma necessidade de atender à totalidade do cliente em psicoterapia e estimular a participação ativa do mesmo no processo. Não se trata somente de evidência científica, mas principalmente do compromisso ético-profissional com aquele ou aquela que busca ajuda (Norcross & Wampold, 2018).

Dentre os fatores relacionais de maior impacto para o bom desfecho psicoterápico, a aliança terapêutica, a empatia, a consideração positiva e a congruência, vem ganhando destaque em recentes estudos no campo da PPBE (Parrow *et al.*, 2019; Wampold, 2015). Esses fatores foram amplamente analisados por Carl Rogers nos anos 1950. Em um de seus artigos mais importantes, intitulado “As condições necessárias e suficientes para a mudança terapêutica de personalidade”, Rogers (1957) aborda as condições necessárias e suficientes para que ocorra uma mudança construtiva de personalidade do

cliente. Neste trabalho o teórico descreve as atitudes facilitadoras necessárias ao terapeuta, que são, justamente, congruência, empatia e consideração positiva incondicional, que, para Rogers (1957), constituem a aliança terapêutica.

Fica evidente, portanto, que a base teórica de Rogers tem sido retomada por teóricos interessados na prática baseada em evidências, tanto do campo humanista, quanto por aqueles não filiados à Abordagem Centrada na Pessoa (ACP). Entretanto, é preciso fazer uma importante ressalva: apesar da pesquisa sobre fatores comuns deixar clara a importância dos fatores humanos e relacionais na psicoterapia, isto não quer dizer que a abordagem humanista se sobrepõe às outras abordagens. Como refere Elkins (2019), fazer uso da pesquisa sobre fatores comuns como uma evidência de superioridade da abordagem humanista sobre outras abordagens seria uma atitude errônea.

No entanto, motivados por essa retomada dos pressupostos da abordagem, teóricos humanistas passaram a se dedicar cada vez mais à pesquisa sobre eficácia psicoterápica (Angus et al., 2015; Murphy & Joseph, 2016). Desde os anos 2000, os estudos de pesquisadores humanistas voltados para a busca de evidência de eficácia psicoterápica - tanto qualitativos quanto quantitativos - não param de crescer e têm provocado forte impacto para a PPBE (Angus, et al. 2015). Angus et al. (2015) refere que pesquisadores humanistas fizeram contribuições significativas para os avanços inovadores no campo da psicoterapia nos últimos 25 anos. Para os autores, desde a criação da revista *Psychotherapy Research*, a pesquisa sobre eficácia psicoterápica entre pesquisadores humanistas aumentou muito; traçando um comparativo de publicações da revista entre os anos de 1994 à 2013 houve um crescimento cinco vezes maior.

Nas próximas seções serão abordados aspectos mais específicos que reforçam o argumento sobre a confluência teórico-conceitual e empírica da abordagem humanista com a PPBE. No entanto a abordagem humanista não é um campo homogêneo, ela possui diversas ramificações teóricas e embates epistemológicos; por isso faz-se necessário primeiro uma breve demarcação do campo para que se possa avançar na compreensão dessa confluência.

## A complexidade da demarcação do campo humanista

Existe certo consenso entre pesquisadores brasileiros de que há um vasto campo que compõe as chamadas correntes humanistas. Há também uma relevante discussão na literatura científica nacional que demarca as possíveis relações teóricas e epistemológicas entre as chamadas psicologias humanistas e as abordagens fenomenológicas e existenciais (Evangelista, 2020; Feijoo & Mattar, 2016). No Brasil, a ACP por vezes é apresentada como

de base fenomenológico-existencial (Moreira, 2010) e por outras como uma corrente que justamente se opõe a estas bases, inclusive contrariando sua epistemologia e ontologia (Evangelista, 2020).

Gomes, Holanda e Gauer (2004) fazem uma acurada análise da psicologia humanista no Brasil e também discutem a dificuldade de demarcação de um campo homogêneo, tanto no Brasil como no mundo. Para eles o termo humanismo pode ser associado a cinco grandes momentos das idéias psicológicas, denominados: humanismo clássico, romântico, individual, social e crítico. Os autores demonstram como cada um destes grandes campos deu origem a história das diferentes correntes teóricas que compõem as abordagens humanistas, fenomenológicas e existenciais no Brasil, e referem quais teóricos foram responsáveis pela disseminação do campo, sob quais bases epistemológicas, bem como os reflexos de cada uma dessas correntes na pesquisa empírica brasileira.

Posteriormente, os trabalhos de Castelo Branco, Farias e Leite (2017), Evangelista (2020), Feijoo & Mattar (2016), Frota (2012) e Moreira (2010) retomam as origens, a recepção, a circulação do conhecimento; as divisões em diferentes escolas de pensamento; as diferenças importantes com as abordagens fenomenológicas e existenciais e as perspectivas futuras das abordagens humanistas no cenário brasileiro contemporâneo.

No cenário internacional, Murphy e Joseph (2016) também discutem a heterogeneidade do campo humanista, e propõem uma divisão da abordagem em diferentes grupos; o que eles chamam de “tribos” humanistas. Essas tribos compõem grupos de abordagem mais tradicional, filiados mais estreitamente à teoria de Rogers, bem como grupos que advogam por um modelo mais integrativo e de diálogo com outras correntes psicológicas. Para os autores, estas diferentes correntes se dividem da seguinte forma: (a) abordagens clássicas; (b) abordagens integrativas; (c) abordagens orientadas para a compreensão do processo psicoterápico (Focalização, proposta inicialmente Eugene T. Gendlin (1926/2017) e a Terapia Focada nas Emoções, proposta por Robert Elliott); (d) abordagens humanistas-existenciais; e, (e) abordagens humanistas-experimentais. Angus *et al.* (2015) coadunam com esta classificação, porém incluem outras duas correntes, a Gestalt-terapia e a Psicologia Transpessoal.

A *World Association for Person-Centered and Experiential Psychotherapy and Counseling* (WAPCEPC) estabelecida em julho de 2000 reconheceu e incorporou essa divisão do campo humanista nas diferentes correntes acima referidas. Conforme Bozarth (2012), apesar da organização ter uma forte influência americana, os psicoterapeutas europeus, oriundos de tradições existenciais e dialógicas, vêm trazendo importantes contribuições

para a associação. Segundo o autor, os teóricos europeus tornaram-se uma força na defesa dos princípios originais da teoria de Carl Rogers, muitas vezes em oposição aos grupos estadunidenses, fazendo um importante contraponto no que se refere ao uso dos construtos rogerianos para fins operacionais de pesquisa e treinamento técnico.

Ao nos voltarmos mais especificamente para o campo de confluência entre a abordagem humanista e a PPBE, também é possível constatar as mesmas divisões e ramificações. Murphy e Joseph (2016) fazem uma extensa revisão sobre cada uma dessas escolas humanistas e suas contribuições para a pesquisa e prática psicoterápica baseada em evidências; uma importante referência para a compreensão do tema. Bozarth (2012) também faz diferenciações importantes entre as diversas correntes mais especificamente ligadas à ACP e tece algumas críticas àquelas que se distanciam dos pressupostos clássicos da obra de Rogers, fazendo certa oposição aos movimentos e abordagens integrativas.

Segundo Angus *et al.* (2015), embora existam algumas importantes diferenças, as abordagens humanistas compartilham um conjunto de pressupostos teóricos e princípios práticos que transcendem suas dissimilaridades. Dentre esses pressupostos estão os seguintes: a valorização da relação terapêutica; a valorização da experiência subjetiva do cliente; o foco na experiência do cliente; a crença na potencialidade do sujeito na direção do crescimento; e o foco terapêutico centrado na pessoa e na relação.

Tendo demarcado o campo heterogêneo da abordagem humanista nas suas diferentes ramificações e correntes teóricas contemporâneas, evidenciando brevemente a complexidade do campo, nas próximas seções serão abordados alguns eixos conceituais e de pesquisa que estão mais relacionados à ACP e aos pressupostos rogerianos; porém, não excluindo algumas reflexões teóricas importantes das diferentes correntes humanistas que se prestam e contribuem para a discussão sobre a eficácia psicoterápica.

## Confluência conceitual e empírica da abordagem humanista com a PPBE

As atitudes e os sentimentos do terapeuta são mais importantes que sua orientação teórica. Os seus processos e suas técnicas são menos importantes do que suas atitudes. Deve também sublinhar-se que é a maneira como suas atitudes e seus processos são apreendidos que é importante para o paciente, de uma importância crucial. (Rogers, 1976/1961, p..48)

A frase é do livro “Tornar-se Pessoa”, publicado originalmente em 1961; porém, poderia ser uma

fala de qualquer outro estudioso e pesquisador contemporâneo inserido na pesquisa sobre eficácia em psicoterapia e não filiado à corrente humanista. Como será demonstrado a seguir, nas seções sobre a confluência conceitual e empírica, as afirmativas feitas por Rogers neste breve trecho ressoam nos achados mais recentes de pesquisa (Wampold, 2015; Elkins, 2019) que passam a valorizar os fatores humanos e relacionais para o sucesso psicoterápico. Conforme demonstra Elkins (2019), o percurso das abordagens humanistas no campo da psicoterapia parece estar caminhando para pontos de confluência com a pesquisa sobre eficácia psicoterápica. Porém, como não poderia deixar de ser, este percurso de convergência possui obstáculos e vem sendo permeado por dúvidas e críticas.

A valorização de um modelo mais humano e relacional nas pesquisas da PPBE não nasce exclusivamente do campo humanista, mas certamente sua colaboração em termos conceituais e de pesquisa também impulsionaram essa mudança. Pode-se dizer que a colaboração se deu em dois eixos: a) uma confluência teórica e conceitual, que ressalta a necessidade de colocar a pessoa como centro do processo psicoterápico; e b) uma confluência empírica; ou seja, uma vasta e recente produção científica, oriunda também de outras abordagens teóricas, que passaram a afirmar a necessidade de um enfraquecimento da técnica em prol da relação terapêutica.

### *Confluência teórica e conceitual*

Para o desenvolvimento deste primeiro eixo serão abordados dois pressupostos da teoria rogeriana que vem sendo apontados pela literatura internacional como condutores da convergência entre a abordagem humanista e a PPBE; são eles: o modelo terapêutico centrado na pessoa e o pressuposto da não-diretividade. Existem outros elementos teóricos que permeiam esta discussão que poderiam também ser explorados; como, a ênfase na experiência e no sentido, que, da mesma forma, demarcam importante convergência entre a pesquisa baseada em evidências e as abordagens humanistas e existenciais. O trabalho de Hoffman, Vallejos, Cleare-Hoffman, & Rubin (2015), por exemplo, propõe uma discussão sobre a confluência dos estudos da PPBE e os pilares da psicologia existencial, que são: o foco relacional; a ênfase nas emoções e na experiência e uma perspectiva centrada no sentido.

O modelo terapêutico centrado na pessoa, que é demarcado pelo pressuposto da não-diretividade, foi um dos grandes marcos do trabalho de Rogers e segue sendo o foco de teóricos humanistas na contemporaneidade (Bozarth, 2012; Merry & Brodley, 2002). O pressuposto da não-diretividade, marcou o trabalho inicial de Rogers no campo da psicoterapia, no entanto gerou algumas incompreensões que persistem ainda hoje. Como bem aponta Moreira

(2010), a não-diretividade é muitas vezes considerada como uma ausência de participação do terapeuta no processo da psicoterapia, como se o terapeuta abdicasse de qualquer ação no processo e que não falasse na sessão. O que muitos não compreendem é que a não-diretividade é sim uma ação; uma ação de atenção ativa e atitude cuidadosa por parte do terapeuta no sentido de facilitar o processo de auto-direção do outro (o cliente). A atitude não-diretiva é o alicerce das atitudes facilitadoras que colocam o cliente no centro da preocupação do processo psicoterápico.

Nas recentes recomendações da APA (2012) a recolocação do cliente no centro da discussão do processo psicoterapêutico é evidenciada em orientações que sugerem a consideração do cliente nas suas necessidades, seus valores, suas crenças, seus potenciais e suas características sociais e culturais (Norcross & Wampold, 2018); bem como, no modelo de relação terapêutica pautado numa interação mais igualitária, menos hierárquica e não objetificante. As orientações da APA (2012) reforçam a necessidade de considerar, tanto para novas pesquisas como para a prática psicoterápica, dimensões da diversidade, como, por exemplo, sexo, raça, etnia, orientação sexual, status socioeconômico e vulnerabilidades sociais. Norcross e Wampold (2018), ao reafirmarem esta prática centrada na diversidade e na singularidade do cliente, fazem referência aos riscos para um tratamento que não leve em conta estas dimensões; e mais, chamam atenção para a “arrogância cultural” do terapeuta que tenta impor sua cultura e seus valores sobre o outro. Para eles, uma atitude de humildade cultural (*cultural humility*) melhoraria significativamente o envolvimento do cliente no processo psicoterapêutico, a adesão ao tratamento e até mesmo os resultados terapêuticos.

Rogers (1942/2005) sempre alertou para os riscos de uma prática da psicologia pautada na hierarquia e na objetificação do outro; o respeito às diferenças e a preocupação com os saberes, valores e crenças do cliente sempre estiveram em pauta na sua prática e nas suas orientações a jovens terapeutas. Ao abordar o que ele chamava de “métodos desacreditados”, que prejudicam a relação terapêutica e o respeito ao outro, Rogers (1942/2005) refere os riscos que corre um terapeuta quando tenta assumir o controle da consulta a partir de julgamentos sobre as consequências ou a utilidade das ações do cliente; bem como, quando impõe valores, fornece conselhos, faz ameaças ou mesmo sugestões; não detendo-se nos sentimentos do cliente. Rogers afirma que não é função do psicólogo dar um parecer sobre sua condição, nem tampouco impedir o cliente de se autodirigir. Partir do ponto de referência interno do cliente, como era definido por ele, significava justamente isso, uma escuta que privilegiasse sua experiência.

Esta atitude respeitosa ao universo único e singular de cada cliente, pautada pela alteridade, pode também ser ilustrada pelas recomendações do teórico para um “programa de consulta não-diretiva”(Rogers, 1942/2005). Dentre algumas das recomendações de Rogers aos terapeutas estão as seguintes: ouvir quem fala de uma forma paciente e amigável; não demonstrar nenhum tipo de autoridade; não fazer advertências ou dar conselhos de ordem moral e, valorizar a expressão de ideias e sentimentos do cliente. Segundo Araújo e Freire (2017), Rogers sempre priorizava o cliente a quem atendia, oportunizando-lhe o controle e a responsabilidade pelo processo psicoterapêutico; para os autores “o trabalho do psicoterapeuta consistia, justamente, em compreender o campo fenomenológico do cliente de tal forma que ele se sentisse livre para ser si mesmo” (Araújo & Freire, 2017 p.227).

O modelo terapêutico rogeriano centrado na pessoa pressupõe não só uma atenção cuidadosa ao universo singular do cliente, mas também um modelo descentrado do sintoma, do diagnóstico e da técnica (1942/2005). Estas características também são encontradas nas recentes recomendações da APA (APA, 2012; Norcross & Lambert, 2018). As orientações referem que não se pode considerar o cliente como um “objeto” sobre o qual uma determinada técnica será administrada; ao contrário, o cliente deve ser o centro do processo pois somente ele é capaz de descobrir as inter-relações que constituem seu sofrimento emocional; portanto, a consulta de base não-diretiva parece ser um norte de orientação para o terapeuta também nas recentes recomendações da PPBE. Norcross e Wampold (2018) são bem claros ao afirmarem que é preciso abandonarmos uma visão objetificante do cliente e nos voltarmos para um modelo relacional e centrado na pessoa. Tal recomendação fica evidenciada na seguinte afirmação: “é muito mais importante saber que tipo de paciente tem uma doença do que o tipo de doença que o paciente tem” (Norcross & Wampold, 2018, p.2). Segundo os autores, o olhar do terapeuta deve se direcionar à pessoa e não ao sintoma.

Escutar o cliente de modo a privilegiar sua experiência, despir-se de atitudes investigativas ou exploratórias e priorizar a busca da compreensão da pessoa e não da doença são as bases do modelo não-diretivo de consulta (Rogers, 2005/1942; Rogers 1976/1961). Assim era a ênfase para a qual Rogers orientava seu trabalho: não no que o terapeuta deveria fazer em termos de técnica, mas sim na atitude de confiança que deveria depositar na capacidade do cliente de se auto-dirigir (Bozarth, 2012); ou seja, a não-diretividade por parte do terapeuta é uma condição de facilitação para que a direção do processo psicoterápico seja dada pelo cliente. A fala de Rogers (1976/1961), ao se referir a essência do processo psicoterápico como experiência vivida,

pode servir de ilustração da perspectiva relacional e não objetificante-, agora sugerida pela APA (2012):

Entro na relação [relação terapêutica], não como um cientista, não como um médico que procura diligentemente o diagnóstico e a cura, mas como uma pessoa que se insere numa relação pessoal. Enquanto eu olhar para ele como um objeto, o paciente tenderá a tornar-se apenas um objeto. (Rogers, 1976/1961, p.179)

O pressuposto da não-diretividade é ainda hoje estudado por muitos teóricos humanistas contemporâneos (Bohart, 2017; Bohart & Tallman 2010; Bozarth, 2012; Merry & Brodley, 2002; Mota, 2014; Murphy & Joseph, 2016). Mota (2014) refere que a ênfase a ser dada sobre o conceito de não-diretividade é a ausência de uma atitude intervencionista por excelência, colocando o cliente em uma posição de escolha e oportunizando uma relação terapêutica mais igualitária e dialógica. Elkins (2016), ao revisitar as reflexões contemporâneas sobre a não-diretividade e a relação desta com as mais recentes descobertas da PPBE, diz que o postulado rogeriano de que “o verdadeiro terapeuta em terapia é o cliente” (Elkins 2016, pg.24) não se perdeu nas mais recentes produções.

Bozarth (2012) alerta para o fato de que a não-diretividade não deve ser uma técnica sujeita à prescrição, mas sim um pressuposto ético da relação terapêutica. Merry e Brodley, (2002) enfatizam a atitude não-diretiva como um princípio aliado à resposta empática, congruente e de consideração positiva do terapeuta pelo cliente. Para os autores, não se trata de focar em respostas e intervenções específicas ou prescritivas, mas sim em reafirmar o foco na base ética-dialógica da relação; que, para os autores, era o desejo original de Rogers.

Por outro lado, alguns teóricos como Murphy & Joseph (2016) e Bohart & Tallman (2010) sugerem que a consulta não-diretiva possa ser uma espécie de operacionalização desse princípio ético da relação terapêutica, e que esta poderia ser integrada a outros modelos teóricos de psicoterapia, inclusive não humanistas. Bohart e Tallman (2010) referem que o modelo de terapia centrado na pessoa, e principalmente o modelo de não-diretividade de Rogers, encaixa-se perfeitamente no *Zeitgeist* atual em psicoterapia, e que as pesquisas mais recentes devem se voltar para o aperfeiçoamento operacional da clínica rogeriana.

Independentemente das diferenças entre as correntes de base humanista, sejam elas mais tradicionais ou mais integrativas, a valorização do modelo não-diretivo parece ser um elo entre diferentes perspectivas. Conforme Schmid (2005), a essência da não diretividade tem uma vinculação estreita com a antropologia e epistemologia centradas na pessoa e não pode ser dissociada da

ACP criada por Carl Rogers. Para o autor a essência da não diretividade nos faz refletir sobre importantes questões éticas para o contexto psicoterápico. Segundo Schmid (2005) pressupostos que tomam como base o diálogo, a valorização das diferenças e a consideração do outro como sujeito ativo na relação necessitam, mais do que nunca, serem explorados no contexto de investigação e prática clínica.

### *Confluência empírica*

A produção empírica, segundo eixo de convergência entre a PPBE e as abordagens humanistas, foi a grande responsável pela valorização dos pressupostos e das práticas humanistas na ciência em psicoterapia, pelo que evidencia a literatura (Elkins, 2019; Murphy & Joseph, 2016; Angus et al., 2015). Embora esta produção tenha sido mais reconhecida recentemente, para muitos autores, a confluência empírica entre as abordagens humanistas e a eficácia psicoterápica é bem mais antiga. Segundo Hoffman et al. (2012), os debates atuais da PPBE e sua relação com a psicologia humanista encontram sua origem na caminhada histórica do campo desde a década de 1950. Para ele, os fundadores da psicologia humanista, como Rollo May e Carl Rogers, já nos anos 1940 e 1950, estavam preocupados com a importância da investigação científica e de como a terapia existencial e humanista poderiam fazer parte da discussão sobre eficácia. Em 1946, Rogers foi eleito presidente da APA e em 1956 ganhou o prêmio de *Distinguished Scientific Contribution Award* que lhe foi atribuído pela mesma instituição; o que revela sua relevância e influência para psicologia americana em particular, mas também para o campo da psicologia em geral. Como apontam Murphy e Joseph (2016), o impacto da teoria rogeriana para a ciência em psicoterapia desde então é permeado tanto pelas mudanças de interesse do próprio Rogers pela prática psicoterápica, pelas suas influências filosóficas, quanto pelos interesses políticos, econômicos e sociais que constantemente dominavam o cenário da psicologia nas décadas subsequentes ao surgimento de sua teoria.

Carl Rogers foi a primeira pessoa na história da psicologia a conduzir grandes estudos sobre psicoterapia usando métodos quantitativos na busca por identificar os diferentes ingredientes relacionais do tratamento responsáveis pela mudança terapêutica (Hoffman, Dias & Soholm, 2012). Foi o próprio Rogers que estimulou a busca de fatores psicoterapêuticos comuns, fatores transversais a qualquer abordagem psicoterápica. Quando ele postulou a necessidade de operacionalização dos níveis de congruência, consideração positiva incondicional e empatia do terapeuta, acabou não só impulsionando abordagens mais integrativas no campo humanista, como também uma redução desses conceitos à indicadores empíricos e observáveis

(Bozarth, 2012). No artigo que ele escreve em 1957, sobre as condições necessárias para a psicoterapia, ele faz a seguinte pergunta e provocação ao leitor: “é possível afirmar, *em termos claramente definidos e mensuráveis* [grifo nosso], as condições psicológicas necessárias e suficientes para gerar uma mudança de personalidade?” (Rogers, 1957, p.95).

Rogers (1976/1961) ao longo de sua carreira como clínico e pesquisador fez das atitudes e da relação terapêutica seus grandes eixos de estudo. No entanto, a forma como ele abordou estes eixos de estudo não foi homogênea; ao contrário, foi se modificando ao longo de sua carreira como pesquisador, clínico e professor. Como sugere Moreira (2010), nos primeiros anos de carreira Rogers tinha como foco o desenvolvimento de um sistema de mudança da personalidade claramente mais empírico e operacional; para somente depois, influenciado pela fenomenologia e pelo existencialismo, voltar-se para uma fase experiencial da psicoterapia (1957-1970), onde suas perguntas sobre a relação terapêutica eram bastante diferentes. Como ele mesmo diz ao apresentar ao leitor o livro *Tornar-se pessoa*, mesmo hesitando em “pôr uma etiqueta” na sua teoria, Rogers refere que os artigos que compõem a sua obra surgem “de adjetivos tais como fenomenológico, existencial, centrado na pessoa” (Rogers, 1976, p.11). Na mesma obra, questionando-se sobre a relação terapêutica, ele se pergunta:

Poderei permitir-me entrar completamente no mundo dos sentimentos e das concepções pessoais [do outro] e vê-los como ele os vê? Poderei entrar no seu universo interior tão plenamente que deixe todo o desejo de apreciá-lo ou de julgá-lo? Poderei entrar com suficiente delicadeza para me movimentar livremente, sem espezinhar concepções que lhe são preciosas? Poderei compreender esse universo tão cabalmente que apreenda, não apenas as concepções da sua experiência, que são evidentes para ele, mas também as que são só implícitas e que ele não vê senão obscura e confusamente? Poderei ampliar ilimitadamente essa compreensão? (Rogers, 1976/1961, pp.56-57)

É possível verificar algumas importantes diferenças nos questionamentos de Rogers sobre a relação terapêutica a partir das afirmações ilustradas anteriormente. Na primeira afirmação há um nítido chamado aos pesquisadores humanistas na direção da mensuração e operacionalização das condições psicológicas necessárias e suficientes para gerar uma mudança de personalidade. Já na segunda, percebe-se um questionamento meditativo que põe em dúvida a capacidade empática e a possibilidade real de penetrar na experiência do outro; um questionamento sem direções e nem certezas.



Como alerta Moreira (2010), e reforça-se aqui, para a compreensão da obra de Rogers, bem como da diversidade do campo humanista oriundo das reflexões do autor, é preciso não perder de vista as distintas fases do seu pensamento “no sentido de compreender as aproximações e as divergências entre as várias vertentes que constituem a fase Pós Rogeriana ou Neo Rogeriana” (Moreira, 2010, p.543). Castelo Branco e Cirino (2016) ao realizarem uma cuidadosa revisão da obra rogeriana também referem a importância desse cuidado em esclarecer sempre as diferentes fases e influências filosóficas do teórico. Os autores referem que as relações históricas de Rogers com o Funcionalismo e o Pragmatismo estadunidenses das décadas de 1920-1950, por exemplo, são fundamentais para a compreensão dos seus interesses de pesquisa e de sua forma de definir a prática psicoterápica. Para compreender a constituição da psicologia humanista no Brasil, e a forma como hoje se configuram as diferentes correntes humanistas no país, é fundamental a compreensão dessas relações históricas.

Tendo em vista esta demarcação das fases da obra de Rogers e suas influências epistemológicas, parece ser possível afirmar que a confluência empírica dos pressupostos rogerianos com a PPBE está mais relacionada com as fases que Moreira (2010) classifica como “não diretiva” (que compreende o período de 1940 a 1950), e “reflexiva” (de 1950 a 1957). Observa-se também que, os interesses pelas condições necessárias à psicoterapia e pelas atitudes terapêuticas em um formato mais operacional e empírico, característicos das fases citadas, foram retomados com força nas últimas décadas.

Murphy e Joseph (2016) fazem um apanhado histórico deste interesse de Rogers nos estudos sobre psicoterapia, bem como do papel do teórico nos interesses empíricos de pesquisadores humanistas, desde os anos 40 até os dias de hoje. Segundo os autores, entre os anos 1942 e 1951, influenciados fortemente pela obra rogeriana e seus interesses empíricos, muitos dos estudos de pesquisa no campo humanista se voltaram para o papel da não-diretividade. Vários estudos no final dos anos 1950 e 1960 focaram-se nas qualidades do terapeuta e no impacto das suas atitudes para o resultado na psicoterapia.

Já em meados da década de 1970 os interesses pela pesquisa das atitudes do terapeuta diminuíram, e segundo Murphy e Joseph (2016) nos anos 1980 perderam ainda mais força com a solidificação das terapias cognitivas no campo da pesquisa em psicoterapia. Também nesta época as pesquisas que tomavam como base o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM) ganharam força, e a pergunta sobre “quais terapias” era mais eficaz para “quais distúrbios psiquiátricos” se tornou o foco. A produção científica oriunda do campo humanista começou então a ser vista com

receio, pois sua ênfase, por tradição, voltava-se para os fatores humanos e relacionais (fatores comuns e transversais), e não para fatores específicos (técnicos e prescritivos), como se tornou a tendência a partir dos anos 1980. Este período foi marcado por uma invisibilidade da abordagem e logo seu esforço teórico e empírico passou a ser criticado e caricaturizado pela comunidade científica (Elkins, 2016). Consequentemente, ao longo dos anos 1980 e 1990, as abordagens humanistas declinaram muito em termos de popularidade entre psicólogos e psicoterapeutas em comparação com as terapias cognitivo-comportamentais, pois estas últimas estavam mais inclinadas a responder à demanda por evidências em relação aos diagnósticos psiquiátricos (Murphy & Joseph, 2016).

Foi somente na virada dos anos 1990 para os 2000 que se configurou uma mudança radical a qual possibilitou a convergência do campo humanista com a PPBE (Murphy & Joseph, 2016). Nos anos 2000, alavancados pelo trabalho da APA e de teóricos não filiados à abordagem humanista no estudo sobre a eficácia em psicoterapia, bem como pela constatação que os fatores comuns se sobrepõem aos fatores específicos em termos de eficácia (Wampold, 2015; Elkins, 2019), que os teóricos humanistas saíram das sombras para ocuparem a cultura *mainstream* em pesquisa. Desde esta época, a pesquisa no campo humanista, com toda sua diversidade, vem crescendo exponencialmente, como tem sido retratado pela literatura científica internacional (Elkins, 2016; Elkins, 2019; Hoffman et al., 2012, Angus, et al., 2015; Murphy e Joseph, 2016, Parrow et al., 2019,).

Angus, et al. (2015) referem que pesquisadores humanistas conseguiram estabelecer, nos últimos 25 anos, um forte apoio científico às pesquisas relacionadas ao papel da relação terapêutica nos processos de mudança em psicoterapia; o que impulsionou um reconhecimento da importância da aliança terapêutica pelas mais variadas abordagens teóricas em psicologia. Segundo os autores, a empatia e a capacidade de resposta dos terapeutas ao *feedback* do cliente, por exemplo, passaram a ser reconhecidas pelas abordagens psicanalíticas e cognitivo-comportamentais. Essa mudança representa um renascimento das principais premissas da perspectiva humanista; que, como foi referido anteriormente, se destacaram nas décadas de 1950 e 1960, como um forte contraponto aos modelos de tratamento mais prescritivos e tecnicistas.

Hoffman et al. (2012), pesquisador na abordagem humanista-existencial, não vê nenhum obstáculo teórico-metodológico para a participação ativa dos pesquisadores humanistas nas discussões propostas pela PPBE. Sem negar as dificuldades no diálogo entre a PPBE e a corrente humanista, o autor afirma que há um grande potencial nesta direção em função do histórico de investigação da área sobre o papel da relação terapêutica para a prática psicoterápica.

## Os obstáculos da confluência da abordagem humanista com a PPBE

O movimento de confluência entre a abordagem humanista e a PPBE, mesmo internacionalmente, não tem sido homogêneo e livre de críticas e obstáculos. Segundo Hoffman et al. (2012), a discussão da psicoterapia baseada em evidências entre terapeutas existenciais e humanistas tem sido um grande desafio; muitos se opõem ao diálogo alegando desde razões epistemológicas até práticas. Conforme o autor, o principal receio por parte destes pesquisadores é de que a discussão sobre a prática baseada em evidências não abarque uma reflexão ética e epistemológica; no entanto, ele atenta para o fato de que as críticas e o afastamento do debate acabam por cristalizar justamente esse receio. Se o campo humanista julga que é neste ponto que pode mais colaborar para o debate, ao se afastar da discussão, abdica justamente de seu espaço na PPBE.

No Brasil, o debate da confluência entre a PPBE e a abordagem humanista ainda é incipiente. Mesmo diante de toda a produção científica sobre a relevância e evidência de eficácia dos fatores humanos e relacionais para o processo psicoterápico, estes ainda são considerados como acessórios para um bom desfecho terapêutico, principalmente pelas abordagens tradicionalmente mais direcionadas ao diagnóstico e à técnica. Publicações recentes, como a de Monteleone e Winter (2017) reconhecem que pesquisadores contemporâneos não aceitam os fatores comuns como os principais responsáveis pelas mudanças no processo terapêutico, atribuindo ainda aos fatores específicos (técnicas e prescrições oriundas de cada abordagem teórica) o sucesso das intervenções psicológicas. Sabe-se que a maioria das publicações nacionais no campo da PPBE, concentra-se nas áreas cognitivas, comportamentais e neuropsicológicas (Leonardi & Meyer, 2015; Mariano, 2019). Talvez essa seja uma razão para a tímida discussão sobre a relevância dos fatores humanos e relacionais em território nacional, pois estes não fazem parte do escopo mais relevante de discussão nestas áreas. Por tradição, as abordagens cognitivas, comportamentais e neuropsicológicas tendem a dar mais ênfase à pesquisa e ao treinamento técnico dos futuros profissionais, concentrando-se em prescrições e intervenções voltadas para transtornos específicos.

Uma outra razão poderia ser o fato de pesquisadores humanistas brasileiros estarem mais concentrados na discussão filosófica, sobretudo ética e epistemológica da psicoterapia, e mais dedicados a estudos de cunho teórico-conceitual (Holanda, Souza e Ferrete, 2020). Se internacionalmente o papel de pesquisadores humanistas foi crucial para a confluência com a PPBE; o Brasil parece não ter acompanhado semelhante percurso, e esta pode ser uma das razões para a invisibilidade da discussão em território nacional.

Holanda, Souza e Ferrete (2020) ao analisarem o perfil do periódico *Revista da Abordagem Gestáltica – Phenomenological Studies*, entre os anos 2007 e 2017 - revista de referência nacional para as abordagens humanistas, fenomenológicas e existenciais - apontam para um maior número de publicações de ensaios teóricos ou históricos, com inversão nos últimos anos para maior foco em relatos de pesquisa. No entanto, como os próprios autores referem, tais pesquisas empíricas, em volume crescente nos últimos anos, apontam para uma maior presença de metodologias qualitativas calcadas no método fenomenológico. Para os autores há uma tradição de vinculação entre o pensamento fenomenológico e as práticas clínicas denominadas humanistas e existenciais. Sugere-se que tal tradição tem afastado os pesquisadores brasileiros de uma discussão sobre a funcionalidade da psicoterapia nos moldes da PPBE; o que pode sugerir uma certa resistência à modelos mais normativos e prescritivos, como os que parecem orientar as políticas de regulamentação prática da APA.

Entretanto, Hoffman et al. (2012; 2015) sugerem uma abertura à discussão, afirmando que é vasto o campo de colaboração das abordagens humanistas e existenciais na PPBE. Para eles o engajamento pode se dar em dois níveis complementares: (a) nas bases científicas de evidências da terapia humanista e existencial, através de um maior investimento em estudos empíricos; e (b) na presença ativa e crítica no debate da PPBE, colaborando para a construção teórica dos parâmetros éticos e epistemológicos de como a prática baseada em evidências deve ser entendida, definida e implementada. Essa proposta de engajamento parece ser uma boa rota para acadêmicos brasileiros, pois não negligencia a crítica necessária à prática clínica, como alerta Feijoo (2004), e também não afasta os acadêmicos do debate internacional sobre eficácia psicoterápica.

## Considerações finais

Embora muitos terapeutas e acadêmicos humanistas sejam críticos à PPBE, seria importante que a prática psicoterápica baseada em evidências pudesse ser enfrentada com mais afinco também no Brasil. Se pretendemos de alguma forma não nos fixarmos exclusivamente no campo da crítica da pesquisa baseada em evidências, evitando e rejeitando o diálogo, será preciso uma inserção no debate acadêmico da PPBE e inevitavelmente seremos levados aos pontos de reflexão propostos neste artigo.

O posicionamento de pesquisadores entre os polos do debate evidenciados por Hoffman *et al.* (2012) pode ser uma opção de inserção dos pesquisadores brasileiros na discussão; investindo mais em pesquisas de base científica que demonstrem as evidências de eficácia da terapia humanista, traçando um diálogo mais próximo

com pesquisadores internacionais da PPBE; e/ou participando de uma maneira mais ativa e crítica nos espaços onde este debate se faz presente, colaborando para a construção teórica de parâmetros éticos e epistemológicos que constituam a prática baseada em evidências, auxiliando na reflexão de como esta prática deve ser entendida, definida e implementada.

Um dos teóricos membro da força tarefa da APA, Bruce Wampold, logo após conclusão do documento original que deu origem à valorização dos fatores humanos e relacionais para as evidências de eficácia da psicoterapia (APA, 2006), alertou que, se as pesquisas na direção deste novo paradigma de compreensão não se tornarem uma prioridade, corre-se sério risco de regressarmos aos modelos antigos e mais restritivos de avaliação da psicoterapia, ou seja, aos modelos diagnósticos e técnicos (Hoffman et al., 2012). Seria essencial, portanto, que teóricos do campo humanista pudessem se engajar nesse debate.

Como foi possível demonstrar aqui, a PPBE abriu brechas para a valorização da experiência humana e para uma ênfase crescente no estudo da experiência que se dá na relação terapêutica, a tomando como uma vivência única e singular; valores tão caros às abordagens humanistas em toda a sua história. Reconhece-se que postular essa possibilidade de uma convergência entre a abordagem humanista e a PPBE é polêmica e desafiadora, como também requer maior estudo e reflexão, além de certo modo contrastar com as principais reflexões teóricas de importantes referências brasileiras no campo das abordagens humanistas, existenciais e fenomenológicas. No entanto, como foi possível demonstrar, não se trata de andar na contramão, mas sim, paradoxalmente, aproveitar o que vem nascendo na base de um campo tradicionalmente mecanicista para solidificar o conhecimento de abordagens que sempre priorizaram os fatores humanos e relacionais. A resistência ou o afastamento dessas abordagens desse debate pode desperdiçar a oportunidade de uma transformação paradigmática da prática psicoterápica.

## Referências

- American Psychological Association. (2006). Evidence-based practice in psychology: APA presidential task force on evidence-based practice. *American Psychologist*, 61(4), 271-285. <https://www.apa.org/pubs/journals/features/evidence-based-statement.pdf>.
- American Psychological Association. (2012). Recognition of psychotherapy effectiveness. <https://www.apa.org/about/policy/resolution-psychotherapy>
- Angus, L., Watson, J. C., Elliott, R., Schneider, K., & Timulak, L. (2015). Humanistic psychotherapy research 1990–2015: from methodological innovation to evidence-supported treatment outcomes and beyond. *Psychotherapy Research*, 25(3), 330-347. <http://doi.org/10.1080/10503307.2014.989290>.
- Araújo, I. & Freire, J. C. (2017). Peter Schmid e a alteridade radical: retomando o diálogo entre rogers e lévinas. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 23(2), 220-230. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672017000200010&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672017000200010&lng=pt&tlng=pt).
- Berg, H. (2019). How does evidence-based practice in psychology work? – as an ethical demarcation. *Philos. Psychol.* 32 855–875. <https://doi.org/10.1080/09515089.2019.1632424>
- Berg, H. (2020). Virtue Ethics and Integration in Evidence-Based Practice in Psychology. *Frontiers in psychology*, 11, 258. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00258>
- Bohart, A. C., & Tallman, K. (2010). Clients: The neglected common factor in psychotherapy. In B. L. Duncan, S. D. Miller, B. E. Wampold, & M. A. Hubble (Eds.), *The heart and soul of change: Delivering what works in therapy* (p. 83–111). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/12075-003>
- Bohart, A. C. (2017). A client-centered perspective on ‘psychopathology’. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies*, 16(1), 14–26. <https://doi.org/10.1080/14779757.2017.1298051>
- Bozarth, J. (2012). “Nondirectivity” in the theory of Carl R. Rogers: An unprecedented premise. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 11(4), 262-276. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/14779757.2012.740317>
- Castañón, G. A.(2009). Psicologia como ciência moderna: vetos históricos e status atual. *Temas em Psicologia*, 17 (1), 21-36. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-389X2009000100004&lng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2009000100004&lng=pt).
- Castelo Branco, P. C. C. & Cirino, S. D. (2016). Funcionalismo e pragmatismo na teoria De Carl Rogers: apontamentos históricos. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 22(1), 12-20. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672016000100003&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672016000100003&lng=pt&tlng=pt).
- Castelo Branco, P. C. C., Farias, H. B. & Leite, L. S. (2017). Influências humanistas na produção de conhecimento psicológico da Pontifícia Universidade Católica - Campinas. *Revista do NUFEN*, 9(3), 1-15. <https://dx.doi.org/10.26823/RevistadoNUFEN.vol09.n03artigo11>

- Elkins, D. N. (2016). *The human elements of psychotherapy: A nonmedical model of emotional healing*. Washington: American Psychological Association.
- Elkins, D. N. (2019). Common factors: what are they and what do they mean for humanistic psychology?. *Journal of Humanistic Psychology*. <https://doi.org/10.1177/0022167819858533>.
- Evangelista, P. (2020). A fundamentação metafísica da psicologia humanista à luz da fenomenologia existencial. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 26(2), 208-219. <https://dx.doi.org/10.18065/2020v26n2.8>
- Feijoo, A. M. L. C. (2004). A psicologia clínica: técnica e técnica. *Psicologia em Estudo*, 9(1), 87-93. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722004000100011>
- Feijoo, A. M. L. C. & Goto, T. A. (2016). É Possível a Fenomenologia de Husserl como Método de Pesquisa em Psicologia?. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 32(4). <http://dx.doi.org/10.1590/0102.3772e3241>.
- Feijoo, A. M. L. C. & Mattar, C. M. (2016). Encontros e desencontros nas perspectivas existenciais em psicologia. *Psicologia em Revista*, 22(2), 258-274. <https://doi.org/10.5752/P.1678-9523.2016V22N2P258>
- Frota, A. M. M. C. (2012). Origens e destinos da abordagem centrada na pessoa no cenário brasileiro contemporâneo: reflexões preliminares. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 18(2), 168-178. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672012000200007&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672012000200007&lng=pt&tlng=pt).
- Gomes, W. & Holanda, A. & Gauer, G. (2004). Psicologia Humanista no Brasil. Em: Massimi, M. (org.). *História da psicologia no Brasil do século XX*. São Paulo: EPU. <http://www.ufrgs.br/museupsi/brasilpsio.htm>
- Holanda, A. F. (2019). “O que é psicologia?: dilemas epistemológicos e repercussões contemporâneas. *Revista de Psicologia*, 10(1), 8 - 20. <http://www.periodicos.ufc.br/psicologiaufc/article/view/33638>
- Holanda, A. F., Souza, J. C. & Ferrete, Y. A. (2020). *Revista da Abordagem Gestáltica - phenomenological studies: sua produção científica entre 2007 - 2017*. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 26(1), 111-121. <https://dx.doi.org/10.18065/RA-G.2020v26n1.10>
- Hoffman, L., Dias, J. & Soholm, H. C. (2012). *Existential-humanistic therapy as a model for evidence-based practice*. 120th Annual Convention of the American Psychological Association, Orlando, FL, United States. [https://www.academia.edu/1843926/Existential-Humanistic\\_Therapy\\_as\\_a\\_Model\\_for\\_Evidence-Based\\_Practice](https://www.academia.edu/1843926/Existential-Humanistic_Therapy_as_a_Model_for_Evidence-Based_Practice).
- Hoffman, L., Vallejos, L., Cleare-Hoffman, H. P., & Rubin, S. (2015). Emotion, relationship, and meaning as core existential practice: evidence-based foundations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 45(1), 11-20. <https://doi.org/10.1007/s10879-014-9277-9>.
- Leonardi, J.L. & Meyer, S. B. (2015). Prática baseada em evidências em psicologia e a história da busca pelas provas empíricas da eficácia das psicoterapias. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 35(4), 1139-1156. <https://dx.doi.org/10.1590/1982-3703001552014>
- Mariano, R. B. (2019). O movimento do cientista clínico e a psicologia clínica científica. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 15(2), 100-111. <https://dx.doi.org/10.5935/1808-5687.20190015>
- Marks, S. (2017). Psychotherapy in historical perspective. *History of the Human Sciences*, 30(2), 3–16. <https://doi.org/10.1177/0952695117703243>
- Merry, T. & Brodley, B. T. (2002). The Nondirective Attitude in Client-Centered Therapy: A Response to Kahn. *Journal of Humanistic Psychology*, 42(2), 66–77. <https://doi.org/10.1177/0022167802422006>
- Monteleone, T. V. & Witter, C. (2017). Prática Baseada em Evidências em Psicologia e Idosos: Conceitos, Estudos e Perspectivas. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 37(1), 48-61. <https://dx.doi.org/10.1590/1982-3703003962015>
- Moreira, V. (2010). Revisitando as fases da abordagem centrada na pessoa. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 27(4), 537-544. <https://dx.doi.org/10.1590/S0103-166X2010000400011>
- Mota, C. P. (2014). Não diretividade: avaliação, diagnóstico e a terapia centrada no cliente. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 20(2), 198-205. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672014000200007&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672014000200007&lng=pt&tlng=pt)
- Murphy, D. & Joseph, S. (2016). Person-centered therapy: past, present, and future orientations. In Cain, D. J., Keenan, K., & Rubin, S. (Eds.). *Humanistic psychotherapies: handbook of research and practice* (2 ed). *American Psychological Association*, 185-218. <https://doi.org/10.1037/14775-007>.

- Norcross, J. C. & Lambert, M. J. (2018). Psychotherapy relationships that work III. *Psychotherapy*, 55(4), 303-315. <http://dx.doi.org/10.1037/pst0000193>.
- Norcross, J. C. & Wampold, B. E. (2018). A new therapy for each patient: evidence-based relationships and responsiveness. *Journal of Clinical Psychology*, 74(11), 1889-1906. <http://doi.org/10.1002/jclp.22678>.
- Parrow, K., Sommers-Flanagan, J., Cova, J., & Lungu, H. (2019). Evidence-based relationship factors: a new focus for mental health counseling research, practice, and training. *Journal of mental health counseling*, 41, 327-342. <https://doi.org/10.17744/mehc.37.2.g13472044600588r>.
- Peuker, A., Habigzang, L., Koller, S. H. & Araujo, L.B. (2009). Avaliação de processo e resultado em psicoterapias: uma revisão. *Psicologia em Estudo*, 14(3), 439-445. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722009000300004>
- Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21(2), 95-103. <https://doi.org/10.1037/h0045357>
- Rogers, C.R. (1976). *Tornar-se pessoa*. (M.J.C. Ferreira, Trad.)São Paulo: Martins Fontes. (Originalmente publicado em 1961)
- Rogers, C.R. (2005). *Psicoterapia e Consulta Psicológica*. (M.J.C. Ferreira, Trad.)São Paulo: Martins Fontes. (Originalmente publicado em 1942)
- Schmid, P. F. (2005). Facilitative responsiveness: Non-directiveness from anthropological, epistemological and ethical perspectives. Embracing non-directivity: Reassessing person-centered theory and practice in the 21st century, 75-95. <http://www.pfs-online.at/1/papers2/paper-nd.pdf>
- Soares, L. (2011). O Estado da Arte Psicoterapêutica: Evolução Histórica e Bases Epistemológicas da Psicoterapia. *Revista de Psicologia da IMED*. 3. 462-475. 10.18256/2175-5027. <https://seer.imed.edu.br/index.php/revistapsico/article/view/89/82>
- Sousa, D. (2006). Investigação em psicoterapia: contexto, questões e controvérsias Possíveis contributos da perspectiva fenomenológico existencial. *Análise Psicológica*, 24(3), 373-382. [http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0870-82312006000300011&lng=pt&tlng=pt](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82312006000300011&lng=pt&tlng=pt)
- Truijens, F., De Smet, M. M., Desmet, M., & Meganck, R. (2021). Validity of data as precondition for evidence: A methodological analysis of what is taken to count as evidence in psychotherapy research. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, 28(2), 115-127. <https://doi.org/10.1353/ppp.2021.0018>
- Wampold, B. E. (2013). The good, the bad, and the ugly: a 50-year perspective on the outcome problem. *Psychotherapy*, 50(1), 16-24. <https://doi.org/10.1037/a0030570>.
- Wampold, B.E. (2015). How important are the common factors in psychotherapy? An update. *World Psychiatry*, 14(3):270-277. [doi:10.1002/wps.20238](https://doi.org/10.1002/wps.20238)

---

**Lucia Marques Stenzel.** Professora Associada do Departamento de Psicologia da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA). Email: [lstenzel@ufcspa.edu.br](mailto:lstenzel@ufcspa.edu.br)

---

Recebido em 27.06.2020

Primeira Decisão Editorial em 13.06.2021

Aceito em 17.07.2021