

**CONSTRUÇÃO DA NOÇÃO DE EXPERIÊNCIA AO LONGO DO  
PENSAMENTO DE CARL ROGERS**

**CONSTRUCTION OF THE CONCEPT OF EXPERIENCE ALONG THE  
THOUGHT OF CARL ROGERS**

**CONSTRUCCIÓN DE LA NOCIÓN DE EXPERIENCIA SOBRE EL  
PENSAMIENTO DE CARL ROGERS**

Anna Karynne da Silva Melo  
Rayanne Pinheiro Lima  
Virginia Moreira

**Resumo:** Este artigo tem como objetivo apresentar a noção de experiência ao longo das obras de Carl Rogers e como essa se constrói, delimitando as nuances dessa construção de acordo com as fases do seu pensamento. Foi realizada uma pesquisa de cunho bibliográfico, que identifica as possíveis concepções do termo experiência nas principais obras do autor, alocadas segundo as fases de seu pensamento, descritas por autores que discutem a literatura de Rogers. Utilizamos alguns dos principais comentadores de sua obra para fundamentar a nossa pesquisa e colaborar com a certificação dos achados. Procuramos apresentar a importância do termo experiência no desenvolvimento do modelo de psicoterapia proposto por Carl Rogers.

**Palavras-Chave:** Carl Rogers; Psicologia Humanista; Psicoterapia.

**Abstract:** This article aims to present the notion of experience over Carl Rogers' works and how it is built, outlining the nuances of this construction according to the stages of his thought. We performed bibliographical research, which identifies possible conceptions of the term experience in the main works of the author, allocated according to the phases of his thought, described by authors who discuss the Rogers literature. We used some of the main commentators on his work to support our research and collaborate with the findings certification. We presented the importance of the term experience in the psychotherapy model development proposed by Carl Rogers.

**Keywords:** Carl Rogers; Humanistic Psychology; Psychotherapy.

**Resumen:** Este artículo tiene como objetivo presentar la noción de experiencia sobre las obras de Carl Rogers y la forma en que se construye, la definición de los matices de acuerdo a las fases de su pensamiento. Se realizó una investigación bibliográfica, que identifica las posibles concepciones de la esfera de la experiencia plazo en las principales obras del autor, asignadas según las fases de su pensamiento, descritas por autores que discuten la literatura Rogers. Utilizamos algunos de los principales comentaristas de su trabajo en apoyo a nuestra investigación para colaborar con la certificación de hallazgos. Buscamos presentar la importancia de la experiencia plazo en el desarrollo del modelo de psicoterapia propuesto por Carl Rogers.

**Palabras clave:** Carl Rogers; Psicología Humanista; Psicoterapia.

## **Introdução**

A noção de experiência é de fundamental importância no desenvolvimento contemporâneo das psicoterapias humanistas, ou as assim chamadas psicoterapias experienciais (baseadas no próprio termo experiência) ou psicoterapias da intersubjetividade: as psicoterapias existenciais, psicoterapias relacionais, psicoterapias dialógicas, (Cooper, 2003, 2005, 2007a, 2007b, 2009; Cox & Ford, 2009; Mearns & Cooper, 2010; Mearns & Thorne, 2010; Mearns & Schmid, 2006, Schmid 2006, 2007; Schmid & Mearns 2006; Spinelli, 2010a, 2010b). Essa noção é também fundamental na construção teórica da psicoterapia humanista-fenomenológica (Moreira, 2007, 2009, 2012), entendida como uma psicoterapia experiencial. Essas teorias procuram desenvolver uma visão mais global do ser humano, dessa forma trazem a vivência das emoções como algo primordial. No desdobramento dessa visão do homem, vê-se uma preocupação focada na experiência, colocando a teorização como secundária (Moreira, 2007, 2009).

Esta pesquisa consiste em uma revisão bibliográfica da obra de Rogers<sup>1</sup>, com o objetivo de fazer um estudo e explanação da noção de Experiência ao longo de seu pensamento. Rogers é um dos autores apontado como iniciador do movimento humanista na psicologia, que surge como uma terceira vertente, em contraponto aos outros movimentos vigentes, sendo considerado um dos mais importantes expoentes desse movimento (Messias & Cury, 2006). A utilização da divisão didática em fases permite facilitar a compreensão e a possibilidade de vislumbra a construção deste conceito no pensamento rogeriano. Este artigo realiza um exercício teórico de revisitar a noção de experiência em cada fase do pensamento de Rogers, apresentado e discutido

---

<sup>1</sup> Este artigo é fruto do projeto de iniciação científica *A noção de experiência no pensamento de Carl Rogers*, desenvolvido por Rayanne Lima, no APHETO – Laboratório de Psicopatologia e Psicoterapia Humanista Fenomenológica Crítica, na Universidade de Fortaleza (UNIFOR), durante o período 2010-2011, com apoio financeiro da FUNCAP – Fundação de Cearense de Amparo à Pesquisa e da disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso do curso de Psicologia da UNIFOR.

em Moreira (2010), buscando possibilitar futuros estudos e desdobramentos no âmbito das psicoterapias experienciais. Moreira (2009) destaca que “a análise da prática clínica rogeriana mostrou que ele caminha em direção à *fenomenologia*, ou seja, da *pessoa como centro* para a *experiência*”. (p.35)

É a partir dessa ideia - da *pessoa como centro* para a *experiência* - que buscamos desenvolver uma pesquisa sobre a construção da noção de experiência ao longo da obra de Rogers.

### **Experiência presente de liberdade como facilitadora do crescimento na fase não-diretiva**

A proposta de psicoterapia não-diretiva, apresentada na obra *Psicoterapia e Consulta Psicológica*, publicada em 1942, coloca em evidência as experiências atuais do indivíduo, focando em seus interesses. Considera a própria relação terapêutica uma experiência de crescimento, já que suas principais características são: ter como foco o indivíduo, e não o problema; atuar mais nos elementos emotivos do que intelectuais e se ater mais ao presente do que ao passado (Rogers, 1973; Moreira, 2010; Rogers et al, 1983).

Rogers (1973) propõe que o terapeuta não se prenda em saber a história do paciente ou participar do estabelecimento da história do caso, colocando sempre em evidência a experiência atual, suas vontades e aspirações. Afirma que:

(...) o problema reside em saber se colocará a busca de informações acima de qualquer outra consideração. Num processo autêntico de consulta psicológica, o indivíduo tem muito mais possibilidades de revelar as forças dinâmicas genuínas na experiência, os padrões essenciais da sua conduta, do que num processo formal de contar história (Rogers, 1973, p.93).

Um dos aspectos fundamentais de uma boa relação terapêutica é que o paciente perceba a consulta psicológica como uma experiência única que o impulsiona ao crescimento. Essa experiência deve ser sempre vista como um lugar de liberdade para o paciente<sup>2</sup>, em que ele expõe todos os seus sentimentos (Rogers, 1973). Em suas palavras:

Nesta experiência única de liberdade emocional perfeita dentro de um quadro de referência bem definido, o paciente é livre para reconhecer e compreender seus impulsos e modelos de conduta, quer positivos quer negativos, o que não se verifica em qualquer outra relação (Rogers, 1973, p.124).

A relação terapêutica, na prática da psicoterapia não-diretiva, é caracterizada como uma relação sem autoridades e com total liberdade de sentimentos, sendo por isso distinta das demais relações cotidianas. A maior característica dessa proposta é a atenção focada no indivíduo e não no problema, garantindo ao indivíduo o direito de ser psicologicamente livre e independente e de escolher seus “próprios fins na vida, mesmo que estes sejam divergentes daqueles que o conselheiro teria escolhido para ele” (Rogers, 1973, p.139). Procura auxiliar o cliente na compreensão de si mesmo e de seus problemas, pois assim ele fará melhores escolhas em seu destino. Acentua-se que

Se o paciente conseguir através da experiência terapêutica uma compreensão suficiente para esclarecer a sua relação com a situação real, poderá então escolher o método de se adaptar à realidade que maior valor tiver para ele. Estará nesse momento capacitado para enfrentar os problemas que surjam no futuro, devido à sua maior compreensão e à sua maior experiência na solução independente dos seus problemas (Rogers, 1973, p.139).

---

<sup>2</sup> Nesse período Rogers utilizava, ainda, o termo paciente em seus escritos.

Para Rogers (1973), as experiências passadas têm seu lugar na terapia, na medida em que ajudam ao paciente a entender e elaborar suas experiências atuais, ou presentes. A psicoterapia é um espaço de relato das experiências que levaram o paciente a se sentir ‘desadaptado’, tanto do ponto de vista social como pessoal. Muitas vezes, quando o paciente reconhece seus sentimentos, revelam-se também as experiências que o provocaram. Dessa forma, na maioria das vezes, a experiência terapêutica o leva a uma melhor compreensão de si e das outras pessoas.

As experiências atuais da livre expressão causam no indivíduo a modificação da percepção de si, que vão além do sentimento de libertação, conseguindo com o tempo orientar-se a si mesmo. O paciente passa a ter *insight*, compreendendo novos sentidos na sua experiência individual e realizando experiências de descoberta de novas relações para consigo e com os outros e assim a experiência terapêutica pode causar grande transformação na vida do indivíduo. Vale ressaltar que essa “compreensão é uma experiência a realizar e não uma experiência imposta” (Rogers, 1973, p. 210). A experiência de compreensão de si deve, portanto, ser vivida pelo indivíduo sem ser fruto de uma imposição externa e sim partindo de sua própria realização.

Rogers (1973) assinala que a experiência de crescimento na psicoterapia é acompanhada do sentido de ambivalência em relação ao conselheiro e a própria psicoterapia, sendo também acompanhada de ansiedade para se atingir a maturidade. Essa ambivalência também se dá pelo fato dessa experiência ter um grande significado para o paciente e, por isso, ser difícil lidar com ela.

Na fase não-diretiva são colocadas em evidência as experiências presentes do indivíduo, entendendo que estas incluem o passado. O paciente é incentivado a vivenciar o presente sem que o psicoterapeuta dirija esta vivência, sendo esta experiência de liberdade que o levará a ter uma melhor compreensão de si e se mostrar

livre para o crescimento, ideia que, já nesta fase inicial do pensamento rogeriano, aparece como uma tendência inerente ao indivíduo.

### **Experiência vivencial e consciência do self na fase reflexiva**

Para Rogers (1992, p.51), no livro *Terapia Centrada no Cliente*, considerada a obra de referência desta fase, a psicoterapia trabalha com a “organização e o funcionamento do *self*, porém a experiência nem sempre pode ser enfrentada e organizada pelo *self*, algumas vezes os elementos da experiência são negados, pois poderiam causar ameaças para a forma de organização atual do *self*” (Wood, 1995, p.61), ao fazer um apanhado geral sobre as teorizações da Abordagem Centrada na Pessoa, coloca que o *self* resiste em assimilar algumas experiências, pois essas não consistem com o seu funcionamento.

A terapia proporciona uma experiência em que o indivíduo sente que o outro, no caso o terapeuta, está ali na tentativa de compreendê-lo. Essa experiência é bastante positiva para o indivíduo, tendo em vista que

Na experiência terapêutica, ver as próprias atitudes, confusões, ambivalências, sentimentos e percepções tão bem expressas por uma outra pessoa, despojadas contudo das complicações emocionais, é ver a si próprio objetivamente, e isso prepara o caminho para a aceitação, dentro do *self*, de todos esses elementos que, agora, são percebidos mais claramente (Wood, 1995, p.51).

O que o terapeuta traz de melhor para a experiência, na qual ele funciona como um *self* acolhedor para o cliente é a qualidade de perceber o *self* do cliente do mesmo modo como ele o experimenta, além de perceber e aceitar os aspectos da experiência que foram negados pelo próprio cliente, possibilitando que ele, “experimentando em outra pessoa a aceitação de aspectos que são dele” (Rogers, 1992, p.52), possa também

vir a assumir a mesma atitude em relação a si mesmo. No entanto, existem casos em que as pessoas se encontram em um ‘desajustamento’ tão grande que, mesmo sob o ponto de vista de outra pessoa, são incapazes de perceber suas próprias experiências. Quando a terapia é bem sucedida o sujeito “aproxima-se da percepção de que não precisa mais temer o que as experiências poderiam envolver, mas pode recebê-las livremente como parte do seu *self* mutável e em desenvolvimento” (Wood, 1995, p.75).

Na terapia, o cliente descreve sua experiência e as evidências que vieram desta, cabendo ao psicoterapeuta “penetrar seu campo perceptivo e ver a experiência nos termos dele” (Rogers, 1992, p.55). A terapia é considerada satisfatória quando o terapeuta consegue penetrar nessa experiência do indivíduo. Segundo Rogers (1992), isso ocorre quando

(...) o orientador (aqui colocado com o psicoterapeuta ou conselheiro) percebe e aceita o cliente tal como é, quando abandona todas as avaliações e penetra a estrutura de referência perceptiva do cliente, deixa-o livre para explorar sua vida e sua experiência de uma nova maneira, livre para perceber naquela experiência novos significados e objetivos (p.60).

O terapeuta deve deixar o cliente livre para que ele organize e dirija sua vida, que ele decida o que é moral e que tipos de relações sociais ele quer, pois é dessa forma que a terapia torna-se uma “experiência profunda para o cliente” (Rogers, 1992, p.60).

Rogers (1992, p.61) afirma que

(...) quando o orientador adota genuinamente a função que ele compreende ser característica de um orientador centrado no cliente, o cliente tende a ter uma experiência vital e liberadora, que apresenta muitas semelhanças de um cliente para o outro.

O psicoterapeuta busca desenvolver uma atmosfera de aceitação, que é caracterizada como uma nova experiência para o indivíduo, “uma vez que o orientador não alimenta o reforço de rejeição que outros contatos sociais ocasionaram” (Rogers, 1992, p.62). Nessa atmosfera de aceitação, o indivíduo é capaz de escolher que valor atribuir à sua própria experiência. Nesse sentido, Moreira (2007) aponta que “o papel do terapeuta é estar junto ao cliente, trabalhando este campo de interação, onde tem lugar a experiência” (p.212).

Em muitos casos o cliente revela uma diferença entre a expectativa que faz sobre a terapia e a própria experiência da terapia, pois muitos esperam que o terapeuta lhe dê conselhos e não possibilidades para fazer suas próprias escolhas. Segundo Rogers (1992) “parece que, na experiência do cliente, particularmente se os problemas estiverem muito arraigados, a única porção estável da experiência é a hora infalível da aceitação pelo terapeuta” (p.85).

A terapia centrada no cliente visa desenvolver alguns tipos de experiências para o indivíduo, como as experiências de responsabilidade e de exploração. A primeira implica na descoberta do cliente de que é responsável por si mesmo na relação terapêutica, ocorrendo “a transição entre a expectativa errônea e a experiência real de assumir responsabilidade” (Rogers, 1992, p.87). A segunda é aquela em que o indivíduo começa a explorar suas atitudes e os seus sentimentos. É um período de busca dos significados das suas atitudes, e a experiência de incoerência do *self* faz parte desse momento. Aqui o indivíduo começa a perceber as mudanças que estão ocorrendo e que, em alguns momentos, parecem ser desestruturadoras, levando o cliente a resistir ao processo de psicoterapia. Nesse contexto, “talvez seja essa qualidade, a constatação de que algum processo novo em sua experiência está trabalhando dentro dele, que dê ao



cliente a surpreendente persistência de continuar com as entrevistas mesmo quando defrontado com uma dor intensa” (Rogers, 1992, p.90).

Alguns outros elementos são trazidos nesse tipo de terapia, como as experiências negadas, “atitudes e emoções atuais que foram visceral e fisiologicamente experimentadas, mas nunca reconhecidas na consciência” (Rogers, 1992, p.92), que são descobertas e significadas pelo indivíduo, apresentando um dos momentos mais importantes na terapia. Outra experiência significativa da terapia é a de reorganização do *self*. Esta ocorre quando os elementos que foram negados são trazidos para a consciência e o *self* precisa se reorganizar para aceitar esses elementos. Importante ressaltar que, “a consciência da capacidade de perceber a experiência acompanha esse processo de reorganização” (Wood, 1995, p.52). As novas percepções da experiência devem ser abrangidas pelo *self*, e as mudanças que ocorrem estão ligadas ao grau de congruência entre as experiências negadas e a organização vigente do *self*. Desse modo,

A imagem que o cliente tinha do *self* deve ser alterada para abranger essas novas percepções da experiência. Isso pode envolver uma mudança muito pequena quando as experiências negadas são apenas ligeiramente incongruentes com o *self*; ou pode envolver uma reorganização das mais drásticas, na qual o *self*, e o *self* em sua relação com a realidade, sofre tantas alterações, que poucos aspectos permanecem intocados (Rogers, 1992, p.93).

O processo vivido na terapia é caracterizado como uma “experiência de desorganização e reorganização dolorosa” (Rogers, 1992, p.96). A experiência de progresso começa a ser vivenciada pela diminuição da dor e da ansiedade, o que encoraja o cliente a prosseguir. Para que a terapia caminhe nesse sentido de progresso é necessário que o cliente desenvolva confiança no terapeuta e no processo em si, e esta é mais facilmente alcançada quando o cliente tem “o reconhecimento de que os problemas

estão sendo resolvidos e as experiências assimiladas” (Rogers, 1992, p.102).

Para Rogers, nos relatos dos clientes fica claro como a aceitação das suas experiências por parte do terapeuta e a credibilidade que este lhe dá é positiva para obter maiores resultados de progresso. Essa aceitação serve para o cliente se aceitar e perceber que as experiências negadas são realmente suas. Ele salienta que “(...) a experiência do verdadeiro ajustamento interior, no qual o *self* não luta para distorcer a experiência, mas aceita-a, move-se com a experiência básica em vez de contra ela e, abandonando o ‘controle’, ganha controle” (Rogers, 1992, p.115).

O conceito do *self* organizado é congruente “com as experiências sensoriais e viscerais do organismo” (Rogers, 1992, p.115). Esse *self* organizado é caracterizado pelo momento em que o *self* percebe uma experiência, porém não sente “necessidade de negá-la ou distorcê-la”; assim o *self* sente liberdade e ao mesmo tempo integração das experiências (Rogers, 1992, p.115).

É preciso deixar que a própria experiência revele seu significado, sem que tentemos modificá-la para encaixar nos conceitos já formados por nós, como afirma Rogers (1992):

Se pudéssemos deixar a experiência nos contar seu próprio significado – se pudéssemos reconhecer ódio como ódio, amor como amor, medo como medo – e assimilar esses significados básicos em nossa própria estrutura de *self*, então não existiria a tensão interior tão comum em todos nós (p.116).

A terapia é uma experiência do *self*, uma experiência que vem antes do interesse intelectualizante sobre o *self* (Rogers, 1992). Nesse sentido, busca a simbolização das experiências na consciência; quando essas experiências são simbolizadas livremente na consciência ficam mais sujeitas ao controle. Nesse contexto, ocorre a reorganização do

*self* que abrange todas as novas percepções, além das experiências que anteriormente eram consideradas satisfatórias.

Com a terapia “o *self* funciona tranquilamente na experiência, em vez de ser um objeto de introspecção” (Rogers, 1992, p.151). Isso quer dizer que a terapia faz com que o indivíduo se foque menos na consciência do *self* e mais no *self* em si, no *self* em experiência. Quando o processo terapêutico é bem-sucedido, o cliente passa a ser o avaliador de suas próprias experiências, tornando-se mais consciente delas. Wood et al (1995) aponta que a confiança básica do sujeito se fortifica quando o seu campo de percepção é organizado pelo próprio *self*. O indivíduo desenvolve a autopercepção. Rogers (1992) aponta que “a autopercepção consiste, entre outras coisas, em permitir que mais dados da experiência entrem na consciência e, assim, alcança uma apreciação mais realista de si mesmo, de seus relacionamentos e de seu ambiente” (p.162).

O processo de diferenciação individual aumenta, e o cliente passa a perceber “suas experiências, seus sentimentos, seu *self*, outras pessoas e seu ambiente” de uma forma diferente, que o encaminha para um a diferenciação maior (Rogers, 1992, p.165). Outro fator importante que ocorre é que o indivíduo passa a se basear mais nas suas experiências diretas, na medida em que se torna consciente destas. Uma das mudanças mais características e mais importantes da psicoterapia centrada no cliente é a de trazer para a consciência experiências que antes não eram conscientes. O indivíduo percebe que pode pensar e julgar suas próprias experiências e então se sente capaz de mudar seu julgamento sempre que uma nova experiência forneça – novas e alteradas – evidências ao *self*.

Fica evidente a relação emocional nesta proposta de terapia, tendo em vista que muitas “das mudanças verbais, perspectivas e de atitude são simplesmente subprodutos de uma experiência emocional básica numa relação entre dois seres humanos” (Rogers,

1992, p.183). A relação do cliente com o terapeuta serve como impulso para que o cliente possa se reorganizar, a partir da conscientização de suas experiências pelo self. Ou seja, aqui, ele aponta para elementos relacionais da relação intersubjetiva entre cliente e terapeuta, que serão aprofundados e ampliados adiante, na sua fase experiencial.

Está claro que a ênfase é colocada numa experiência direta na relação. O processo aqui não se baseia na lembrança que o cliente tem de seu passado, nem na exploração do problema que está enfrentando, nem nas percepções que ele tem de si mesmo, nem nas experiências que ele teme admitir à consciência. O processo terapêutico, de acordo com essas hipóteses, é visto como sinônimo da relação de experiência entre cliente e terapeuta (Rogers, 1992, p.198).

A terapia busca passar ao cliente uma atmosfera de “segurança, proteção e aceitação” (Rogers, 1992, p.222), deixando o indivíduo mais solto para explorar seus limites, na mesma linha da sua proposta inicial, na fase não-diretiva, que buscava facilitar a experiência de liberdade do cliente, sem dirigi-lo. Mas agora essa experiência de liberdade é compreendida através de uma nova organização do self, que é resultado da psicoterapia quando esta facilita que a experiência seja simbolizada de forma adequada na consciência, fazendo com que o indivíduo tenha um comportamento mais estável.

Para o cliente o novo *self* é mais confortável, ele se sente mais seguro com essa nova organização que “é um padrão percebido e retirado da experiência e não um padrão imposto sobre a experiência” (Rogers, 1992, p.224). Na terapia, então, ocorrem as adequações das formas antigas de perceber o mundo, além da experiência de formas mais atuais e congruentes de percepção, e ainda a possibilidade de reconhecer as relações entre as percepções antigas e atuais.

No livro *Terapia Centrada no Cliente* é desenvolvida, de forma resumida, uma teoria da personalidade e do comportamento, na qual são colocadas algumas proposições. A primeira aponta que “todo indivíduo existe num mundo de experiências em constante mutação, do qual ele é o centro (...)”, esse mundo do qual se fala é todo o “(...) campo de experiência” do indivíduo que abrange as experiências conscientes ou não, pois boa parte desse campo de experiências do indivíduo não é percebido por ele (Rogers, 1992, p.549).

É válido ressaltar que muitas experiências são o plano de fundo do campo perceptual do indivíduo, porém são facilmente transformados na figura central do campo perceptual. Potencialmente o indivíduo pode ter contato direto e completo com o campo total da experiência, o que não ocorre no funcionamento geral. Só ele pode conhecer completamente sua própria experiência.

O comportamento é causado pelo que ocorre no presente, porém as experiências passadas modificam de alguma forma o significado das experiências presentes, ideia que se mantém da proposta da psicoterapia não-diretiva na fase anterior. Para se compreender o comportamento é preciso ver o mundo da experiência do indivíduo. Assim, é complicado para o terapeuta compreender o comportamento, pois só “de maneira vaga podemos ver o mundo da experiência da forma como ele parece ser para o indivíduo” (Rogers, 1992, p.563). Quanto mais as experiências estão disponíveis à consciência, mais fácil para o indivíduo comunicar o seu quadro geral das experiências.

A consciência do *self* ocorre quando o indivíduo se dá conta de sua autonomia sobre as experiências. Sendo que o conceito de *self* utilizado é o de “consciência de ser, de funcionar” (Rogers, 1992, p.566). Os valores que compõe o *self* e os valores ligados às experiências individuais são, em alguns casos, os que foram diretamente experimentados pelo organismo e, em outros, os que foram introjetados dos outros

indivíduos. Esses valores introjetados, em alguns casos, são aceitos como se fossem resultado de uma experiência direta do indivíduo.

Segundo Rogers (1992), as experiências podem ser divididas em três grupos em relação ao *self*: podem ser simbolizadas, percebidas e organizadas; podem ser ignoradas, por não haver relação com o *self*; podem ser negadas ou distorcidas, por ser incoerente com a estrutura do *self*. A experiência pode ser negada à consciência sem nunca ter estado consciente. Quando experiências significativas, tanto sensoriais como viscerais, são negadas à consciência ocorre uma tensão psicológica, caracterizando um desajustamento psicológico. Quando as experiências sensoriais e viscerais são ou podem ser assimiladas simbolicamente pelo *self* caracteriza-se um ajustamento psicológico.

Nessa obra, o conceito de experiência ganha destaque em relação à fase anterior, da psicoterapia não-diretiva, pois a Terapia Centrada no Cliente busca pela qualidade vivencial da experiência do indivíduo, proporcionando espaço para que o próprio sujeito se conscientize de suas experiências, através da sua capacidade de simbolizar e se auto-organizar. Mantém-se aqui, tal como na fase anterior, o foco na relação do terapeuta com as experiências do cliente, que nesta fase é entendido como o centro da relação. Evidencia-se marcadamente a necessidade de se ter as experiências reconhecidas pela consciência como parte do processo de crescimento a ser buscado no processo terapêutico, permitindo que as atitudes e emoções decorrentes destas possam ser experimentadas de forma visceral e fisiológica pelo cliente (Rogers, 1992, Wood et all, 1995).

## **Experiência processual consciente intersubjetiva na fase experiencial**

O livro *Tornar-se pessoa*, de 1961, é representativo da fase chamada de Experiencial do pensamento rogeriano, ocorrendo entre 1957 e 1970. Agora o foco passa nitidamente do cliente para a experiência, tanto as da sua vivência como a própria experiência terapêutica (Cury, 1988; Moreira, 2010). Sendo que neste momento ganha mais espaço, de tal forma que neste período o pensamento rogeriano foi denominado de experiencial.

Para Rogers (1987) a noção de experiência adquire aqui, de forma mais explícita que nas fases anteriores, um caráter processual. Afirma que “estas experiências não estão cristalizadas. Alteram-se permanentemente. Algumas parecem ganhar alcance maior, outras são talvez menos importantes do que eram em outra época, mas todas têm para mim um significado” (p.28).

As experiências reais não são estáticas e, por isso, é preciso que se aceite as alterações que ocorrem no cliente e em si como terapeuta, durante o processo de terapia. Messias e Cury (2006) apontam que a obra de Rogers propõe uma constante revisão e atualização da experiência. Rogers reconhece ainda que a experiência é a melhor potencialidade da vida humana e que cada pessoa pode utilizá-la como quiser.

Ao problematizar mais amplamente a noção de experiência nesta fase, Rogers defende a sua prioridade afirmando que a totalidade das experiências é mais importante do que o intelecto, e que a aprendizagem passa pela confiança na própria experiência, que deve ser levada em consideração mais do que as opiniões de outras pessoas ou do que as próprias ideias. Ele identifica uma ordem interna no processo de acumulação da experiência. Quando nos deixamos levar pela própria experiência nos encaminhamos para uma satisfação; assim a vida é orientada pela compreensão das experiências, adquirindo uma liberdade para desenvolvê-las.

A psicoterapia é um processo que provoca certa mudança na organização das experiências, facilitando sempre com que o sujeito alcance uma maior flexibilidade. Retirando-o de um estado de fixidez, o encaminha para a mudança que o aproxima de uma integração do funcionamento. Segundo Rogers (1987),

Este processo implica uma certa maleabilidade na capacidade de apreensão dos mapas cognitivos da experiência. Partindo de um ponto em que a experiência é construída em quadros rígidos, captados como fatos exteriores, o cliente caminha para um desenvolvimento que o modifica, para a construção maleável de significações da experiência, construções que cada nova experiência modifica. No processo da psicoterapia, o cliente vai se tornando mais aberto a suas experiências e à dos outros (p.68).

As experiências vão tornando-se fluidas nesse processo e isso só é possível porque ele é recebido pelo terapeuta com um sentimento de empatia e de aceitação, que colabora para uma mobilização do sujeito, que se afasta do funcionamento fixo e estático. Esse processo só se desenvolve dessa forma quando o cliente sente que o terapeuta compreende as experiências relatadas e, além de compreendê-las, aponta que o sujeito é capaz de enfrentar suas experiências mesmo que elas sejam dolorosas (Rogers, 1987). A Psicoterapia Centrada na Pessoa é uma experiência única para cada indivíduo, sendo característica nesta proposta de terapia a “incorporação de experiências previamente negadas na estrutura do eu” (Rogers, 1987, p.76).

Na terapia o cliente tem a possibilidade de analisar sua experiência sob vários pontos de vista e da maneira que a sente, estando seguro para isso devido à estabilidade da relação terapêutica. Nas palavras de Rogers (1987):

Na segurança da relação com um terapeuta centrado no cliente, na ausência de qualquer ameaça presente ou possível contra si, o cliente pode permitir-se



examinar os diversos aspectos da sua experiência exatamente da mesma maneira que os sente, tal como os apreende através do seu sistema sensorial e visceral, sem os distorcer para os adaptar ao conceito que faz de si mesmo (p. 78).

Pode-se observar que, nessa fase, se amplia a ideia de que é a experiência da relação cliente-terapeuta que possibilita que o cliente vivencie suas experiências sem receio. “O que realmente altera a experiência do cliente de estar sendo compreendido é o fato de que quem o compreende é outra pessoa” (Cury, 1988, p. 3). A direção da terapia se encaminha para a possibilidade do sujeito de relacionar suas experiências sensoriais e viscerais com o eu, o sujeito aceita e considera suas experiências, que antes eram negadas, como suas. Rogers (1987) aponta que

O ponto final do processo é o momento em que o cliente descobre que pode *ser* a sua experiência, com toda a sua variedade e contradição superficial; que ele se pode definir a partir da sua própria experiência, em vez de tentar impor uma definição do seu eu à sua experiência negando-se a tomar consciência dos elementos que não entram nessa definição (p.82).

O processo terapêutico “opera de modo a permitir à pessoa uma experiência integral, e plenamente consciente, de todas as suas reações, incluindo os seus sentimentos e as suas emoções” (Rogers, 1992, p. 91-92).

Sendo a terapia considerada uma “experiência visceral” (Rogers, 1992, p.103) e, é nesse contexto que o indivíduo toma consciência de sua experiência, se apropriando de fato, desta. Ou seja, a ideia de experiência consciente, da fase pré-reflexiva centrada no cliente, permanece e é expandida nesta fase. Nessa fase coloca-se que a terapia busca auxiliar o indivíduo no processo de se apropriar das suas experiências de forma consciente, permitindo que o cliente aceite suas experiências como parte dele, sem negá-las, e assim se coloque de forma congruente.

Rogers (1987) ressalta a importância da consciência acerca da experiência, apontando que os comportamentos, do homem que não se apodera de sua experiência são receáveis. Uma pessoa congruente “atualiza suas experiências” (Messias & Cury, 2006, p.357). Rogers (1987) afirma ainda, acerca do indivíduo, que “(...) quando ele é plenamente homem, quando ele é um organismo integral, quando a consciência da sua experiência, esse atributo especificamente humano, funciona plenamente, pode-se ter então confiança nele, o seu comportamento é então construtivo” (p. 106).

Em Rogers (1987), o processo de mudança é dividido em sete fases que vão da fixidez para a fluidez da experiência que acontece na terapia. Na primeira fase, a experiência se apresenta de uma forma tão rígida que o cliente se recusa ou dificulta o comparecimento à terapia. Na segunda, o cliente já está mais disposto a expor as experiências, porém as trata como se estas fossem externas e não fizessem parte dele.

Na terceira, começa o fluir mais livre das experiências, porém estas ainda são objetos, descritas sempre como passado ou como algo muito distante do eu. Na quarta, começa a ocorrer uma aceitação da experiência como algo mais próximo, mas essa aceitação não é de todo consciente, ainda há uma forte incongruência entre a experiência e o eu. Na quinta, o indivíduo está mais disposto a aceitar de forma consciente as contradições e incongruências da experiência.

Na sexta, a experiência deixa efetivamente de ser vista como um objeto, sendo levado em consideração o seu caráter imediato e torna-se plenamente consciente. Na sétima, o cliente reconstrói alguns aspectos fundamentais da experiência, ocorrendo experiências de novas maneiras de ser, e se percebe todos os elementos das experiências disponíveis. Esse processo vai da rigidez do fluxo experiencial paralisado e impessoal para a “expressão livre do fluxo experiencial, fluido, sensível e de maleabilidade existencial” (Messias & Cury, 2006, p.257).

Como se pode observar, tornar a experiência plenamente consciente é objetivo da terapia, onde, gradativamente o indivíduo vai conseguindo aceitar a experiência dos seus sentimentos que foram negados, aceitando-os como parte de si. Ele passa a perceber suas experiências como um ‘recurso amigável’, ocorrendo uma abertura tanto ao que ocorre no interior como no exterior (Rogers, 1987, p.153).

Através da Psicoterapia Centrada na Pessoa, o indivíduo desenvolve a capacidade de trazer, à consciência as experiências que em sua vida cotidiana são negadas, sendo estas experiências incorporadas ao eu. Na terapia as mudanças mais significativas ocorrem com as experiências subjetivas e delicadas (Rogers, 1987).

Na obra *Tornar-se Pessoa*, Rogers (1987, p.183) faz referência à expressão “*ser o que se é*”. Seguindo o desenvolvimento deste termo, ele afirma que “*ser o que se é*” “abre simplesmente um novo caminho de vida no qual se faz a experiência dos seus sentimentos de modo mais profundo e elevado, num campo mais extenso e dilatado.”. Ele propõe, ainda, que se dê mais importância às experiências imediatas, que caracterizam o eu num processo de devir. Quando o indivíduo se fecha para a consciência de suas experiências fica mais provável que faça escolhas destrutivas em sua dimensão social. As pessoas que se abrem para sua própria experiência são “suscetíveis de serem socialmente construtivas” (Rogers, 1987, p.201).

Nessa obra, Rogers (1987) reflete ainda sobre o ensino e a aprendizagem. Em suas reflexões se refere ao conhecimento autodescoberto, que é a “verdade assimilada à experiência de um modo pessoal”. Afirma que o ensino pode ser prejudicial, pois pode levar “o indivíduo a desconfiar da sua própria experiência e isso destrói uma aquisição de conhecimentos que seja significativa” (Rogers, 1987, p.254). Lista, ainda, as ‘*Condições da Aprendizagem em Psicoterapia*’, afirmando que a congruência quer indicar o “afrontamento adequado da experiência” (Rogers, 1987, p.260). Nesse

processo de aprendizagem o sujeito passa a estar mais aberto às suas experiências, passando a *ser* essas experiências de forma integral.

O conceito de congruência é utilizado para “desenvolver um grupo de fenômenos que se revelam importantes em terapia e em todas as interações subjetivas” (Rogers, 1987, p.298). A congruência é utilizada para relacionar a experiência e a consciência, sendo relacionado ainda com a comunicação. Quando ocorre uma incongruência entre a experiência e a consciência aponta-se para uma atitude de defesa, que se caracteriza enquanto recusa da consciência. Quando o indivíduo é inteiramente congruente “a sua experiência fisiológica pode ser adequadamente representada na consciência e a comunicação será conforme a essa consciência” (Rogers, 1987, p.300).

Quanto maior for a congruência da experiência, da consciência e da comunicação por parte de um indivíduo, mais a relação originada implicará: uma tendência para uma comunicação recíproca caracterizada por uma crescente congruência; uma tendência para uma compreensão mútua mais adequada da comunicação; uma melhoria da adaptação psicológica e do funcionamento de ambas as partes; satisfação recíproca na relação (Rogers, 1987, p.304).

A abertura à experiência é oposta às defesas psicológicas que tentam proteger a organização do eu e assim, as experiências são impedidas de chegar à consciência. Esta abertura caracteriza uma flexibilidade dos conceitos e opiniões do sujeito. O indivíduo tem tendência a se expandir, quando está aberto a todo campo da sua experiência (Rogers, 1987).

Nessa fase destaca-se a importância que o terapeuta dá às experiências e ao processo de conscientização destas, sendo a totalidade das experiências um dos aspectos mais importantes do homem. Podemos também observar que a dimensão intersubjetiva da experiência se amplia e se explicita (Gobbi & Missel, 1998; Holanda, 1998; Moreira,

2010). As alterações da e na experiência ocorrem tanto no cliente como no terapeuta, pois as experiências do mundo do cliente são recebidas pelo terapeuta de uma forma autêntica, chegando a modificá-lo. Nessa fase “Rogers centrava-se mais na vivência das duas pessoas ao interagirem na relação terapêutica do que no conteúdo verbal discutido” (Messias & Cury, 2006, p.259). Nesse sentido, a focalização da terapia começa a se mover do *cliente como centro* para as *experiências intersubjetivas* entre terapeuta e cliente (Moreira, 2007, 2010).

### **Experiência de crescimento interno na fase coletiva ou inter-humana**

O livro *Sobre o Poder Pessoal*, lançado em 1977, formaliza em seu contexto a Abordagem Centrada na Pessoa, que deixa de ser somente uma teoria da psicoterapia e se alarga a segmentos mais amplos, passando a ser entendida como um modo de vida e uma forma de ver o mundo, que está inserida no contexto familiar, do trabalho e na vida social de quem a vivencia.

Rogers (1986, p.37) afirma que a Abordagem Centrada na Pessoa se propõe a tratar cada pessoa de uma forma “única, digna de respeito,” assim cada pessoa, sendo ela criança ou adulto, é capaz de avaliar suas experiências, tendo desta forma um poder de escolha mais autônomo. Segundo Wood et all (1995), “Rogers considerou a Abordagem Centrada na Pessoa como uma forma singular de abordagem, organizadora da experiência bem sucedida em várias atividades” (p.2).

Para Rogers (1986) a experiência é composta por dois conteúdos inseparáveis, que são a emoção e a razão. Na Abordagem Centrada na Pessoa o indivíduo é um ser total e por isso não separa a razão e a emoção, expressando sempre as experiências e não uma representação delas. A experiência centrada na pessoa faz surgir uma pessoa que escolhe sua forma de se comportar, assim que a pessoa se sente livre para não

assumir os papéis impostos pela sociedade, podendo fazer suas escolhas livremente, sendo sua própria experiência.

Nos grupos centrados na pessoa “os sentimentos baseados em experiências comuns ao grupo são esclarecidos e reforçados” (Rogers, 1986, p.114). A experiência dos grupos centrados na pessoa proporciona uma maior possibilidade de aprendizagem sobre si e sobre os outros membros. A experiência da abordagem centrada na pessoa torna o indivíduo mais receptivo, compreensivo, e mais suscetível ao não-julgamento, permitindo que este desenvolva da melhor forma suas potencialidades. A vivência dessa abordagem permite que o indivíduo se aproprie de experiências por ele reprimidas. Quando o indivíduo está aberto é capaz de aprender com as experiências dos outros, se vendo nessas próprias experiências. Estas experiências que são compartilhadas nos torna mais capazes de conviver uns com os outros.

Rogers (1986, p.149) descreve os *workshops* facilitados por ele e sua equipe, ressaltando que estes instigam “os comportamentos de autocompreensão e autodireção,” assim essa experiência leva ao desenvolvimento pessoal além do entendimento das responsabilidades que cada pessoa tem do mundo. Nesse contexto, as experiências são livremente discutidas, com a intenção de que possam contribuir para o crescimento de cada indivíduo.

O contato com a Abordagem Centrada na Pessoa, através de grupos, ou da experiência de ensino e aprendizagem, possibilita ao indivíduo apreciar as suas próprias experiências e confiar inteiramente nelas, sentindo-se a vontade por ser quem é, tal como já havia sido enfatizado no âmbito da psicoterapia, no período anterior de seu pensamento, na fase experiencial. Mas aqui, trabalhando prioritariamente com grupos e não mais com psicoterapia individual, Rogers (1986) coloca mais ênfase na experiência da liberdade, colocada em foco no início de sua obra, na fala não diretiva. Esta

experiência de liberdade passa nesta fase a ser entendida como responsável e irrevogável.

Para Rogers (1986) são as experiências interiores que guiam a tendência realizadora que ocorre livremente em cada indivíduo. O indivíduo mais digno de confiança é aquele aberto aos “dados da experiência interior e os dados da experiência do mundo externo” (p.236). Assim, as pessoas mais próximas de se tornarem completas são também as mais dignas de confiança, pois estas estão indo no caminho do conhecimento de suas experiências internas e permanecem em constante harmonia com estas. Para ele, “a descoberta de uma nova política para a nossa cultura depende da vivência, experiência e descoberta de uma ‘nova política’ dentro de mim” (p.253).

Ainda nessa fase coletiva ou inter-humana, outra obra – *Um jeito de ser* – marca as mudanças ocorridas na vida de Carl Rogers na década de setenta, reunindo artigos pessoais, relatos de alguns pensamentos e atividades profissionais, relatos sobre Educação e as transformações ocorridas na cultura daquela época. Rogers (1983) novamente enfatiza a importância de o indivíduo entrar em contato com a sua experiência individual: é importante para o sujeito que ele se familiarize com o que esteja se passando em seu interior. Porém esta não é uma tarefa fácil. Rogers (1983) afirma:

Estou convencido, no entanto, de que esta é uma tarefa para toda a vida e que nenhum de nós jamais está totalmente apto a entrar em contato, sem dificuldades, com o que está acontecendo no cerne de nossa própria experiência (p.9).

O estímulo externo dá impulso para que o indivíduo se abra para as experiências que vão além da vida diária e esse estímulo também impulsiona para que se aproprie de suas experiências. O indivíduo é quem deve avaliar sua própria experiência e confiar

nela. A confiança que Rogers sempre depositou no autodesenvolvimento das pessoas reaparece neste livro, quando ele aponta as características das pessoas do futuro. Nesse contexto, Rogers (1986) assinala que “estas pessoas possuem uma abertura para o mundo – tanto interior quanto exterior. São abertas à experiência, a novas maneiras de ver, a novas maneiras de ser, a novas ideias e conceitos” (p.130).

Para ele, essas pessoas serão integradas às suas experiências e a totalidade de suas vidas. Essa totalidade de vida significa uma junção dos pensamentos, sentimentos e energias, todas integradas à experiência. São pessoas que confiam plenamente em sua própria experiência, desconfiando da autoridade externa.

Nessa obra, a noção de experiência, que havia sido muito enfatizada na fase anterior, é menos mencionada, ainda que se mantenha presente. Aqui, mais que a ideia de fluxo e de processo, Rogers ressalta a importância de o indivíduo entrar em contato com a sua experiência individual e interior, que levará ao seu crescimento enquanto ser integrado e possibilitará que ele acredite na liberdade como proporcionadora de uma vida ‘plena’ (Wood et al, 1995).

### **Considerações finais**

No decorrer desta pesquisa teórica foi possível perceber que a noção de experiência está presente desde o início no pensamento de Carl Rogers e vai sendo aprofundada, modificada ou ampliada ao longo do percurso.

Gradativamente a noção de experiência vai se construindo, no sentido de focalizar as experiências presentes que trazem em sua análise uma melhor compreensão de si para o indivíduo, buscando a experiência vivida de liberdade através de uma psicoterapia não-diretiva, que não direciona o cliente, deixando-o livre. Já neste início



de sua proposta a própria relação terapeuta-cliente, enquanto uma relação não-diretiva é considerada uma experiência de crescimento.

Na fase reflexiva, a noção de experiência se expande e isso ocorre junto ao surgimento de um novo modelo de terapia que é intitulado como Centrada no Cliente. A noção de experiência ganha um novo foco - a aceitação e a vivência autêntica. Nesta fase Rogers se dedica a pensar a questão do self e o objetivo da psicoterapia se coloca como a busca pela experiência vivencial que propicie a conscientização do *self*.

Ainda que a experiência seja foco do pensamento rogeriano desde os seus primórdios, é na fase experiencial que Rogers a considera como um dos aspectos mais importantes do homem, pois quando esta é consciente e integrada dá autonomia para que o indivíduo confie mais em si mesmo e se sinta livre para isso. Podemos também destacar a mudança ocorrida na noção de experiência no que se refere à alteração na postura terapêutica que Rogers assume, não se restringindo a focalizar a experiência do cliente, mas pensa e problematiza a experiência cliente-terapeuta. Entendemos que, a noção de experiência se expande no sentido da intersubjetividade.

Finalmente, na fase coletiva ou inter-humana a experiência para Rogers está atrelada à ideia de um ser integrado e global, pois o homem só chega a essa condição de ser global se estiver apropriado de suas experiências. A ênfase maior nesta fase final de seu pensamento passa a ser a de crescimento interior, ou ao poder pessoal, que é, no seu entender, revolucionário.

Através deste estudo foi possível identificar a construção do conceito de experiência ao longo de todo o pensamento de Carl Rogers, sem dúvida um conceito fundamental. E a noção de experiência, buscada por Rogers, enquanto crescimento é a de experiência consciente e, neste sentido, o objetivo da psicoterapia é alcançar a experiência consciente. Nessa construção pode-se observar que durante todas as fases

Rogers se preocupa com a liberdade, com a relação presente, com a consciência, com o self e com o crescimento interior, ainda que em diferentes momentos de seu pensamento ele dê maior ou menor ênfase a diferentes aspectos desta experiência. Isto mostra, por um lado, que ainda que possamos nos utilizar da divisão das fases para efeitos didáticos e de pesquisa, que facilitem uma melhor compreensão do pensamento rogeriano, não podemos esquecer que a facilitação da experiência da relação presente e livre, no sentido de torná-la uma experiência consciente, se mantém como fio condutor de seu pensamento, seja na busca da transformação do self na psicoterapia, seja nas experiências centradas na pessoa de crescimento interno nos grupos, na escola, na família.

## Referências

- Cooper, M. (2003). *Existential therapies*. London: Thousand Oaks, CA: Sage.
- Cooper, M. (2005). The inter-experiential field: Perceptions and metaperceptions in person-centered and experiential psychotherapy. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 4, 54–68.
- Cooper, M. (2007a). Experiential and phenomenological foundations. Em M. Cooper., M. O’Hara., P. F. M, Schmid., & G. Wyatt (Eds.). *The handbook of person-centred psychotherapy and counseling* (pp. 64–76). Houndmills, UK: Palgrave Macmillan.
- Cooper, M. (2007b) Developmental and personality theory. Em M. Cooper., M. O’Hara., P. F. M, Schmid., & G. Wyatt (Eds.). *The handbook of person-centred psychotherapy and counseling* (pp. 77-92). Houndmills, UK: Palgrave Macmillan.
- Cooper, M. (2009). *Essential research findings in counseling and psychotherapy*. London/Thousand Oaks, CA: Sage.
- Cox, S., & Ford, C. (2009). Relational depth: Its relevance to a contemporary understanding of person-centered therapy. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 8, 208–223.

- Cury, V.E. (1988). ACP: encruzilhada de perspectivas. *Boletim da Abordagem Centrada na Pessoa*. (Edição Especial). Recuperado em 14 de abril, 2013, de <http://www.apacp.org.br/index.php/diversos/artigos>.
- Gobbi, S., & Missel, S. (1998). *Abordagem centrada na pessoa: vocabulário e noções básicas*. Tubarão: Universitária.
- Holanda, A. (1998). *Diálogo e psicoterapia: correlações entre Carl Rogers e Martin Buber*. São Paulo: Lemos.
- Mearns, D., & Cooper, M. (2010). *Working at relational depth in counselling and psychotherapy*. London: Sage.
- Mearns, D., & Schmid, P. F. (2006). Being-with and being-counter: Relational depth: The challenge of fully meeting the client. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 5, 255–265.
- Mearns, D., & Thorne, B. (2010). *Person-centred therapy today: New frontiers in theory and practice*. London: Sage.
- Messias, J. C. & Cury, V. E. (2006). Psicoterapia centrada na pessoa e o impacto do conceito de experiencição. *Psicol. Reflex. Crit.* [online]. 19(3), 355-361.
- Moreira, V. (2007). *De Carl Rogers a Merleau-Ponty: a pessoa mundana em psicoterapia*. São Paulo: Annablume.
- Moreira, V. (2009). *Clínica humanista-fenomenológica: estudos em psicoterapia e psicopatologia crítica*. São Paulo: Annablume.
- Moreira, V. (2010). Revisitando as fases da abordagem centrada na pessoa. *Estudos de Psicologia*, 27 (4), 537-544.
- Moreira, V. (2012). From person-centered to humanistic-phenomenological psychotherapy: the contribution of Merleau-Ponty to Carl Rogers' thought. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies*, 11, 48-63.
- Rogers, C. (1973). *Psicoterapia e Consulta psicológica*. Santos: Moraes.
- Rogers, C. (1983). *Um Jeito de Ser*. São Paulo: EPU.
- Rogers, C. (1986). *Sobre o Poder Pessoal*. São Paulo: Martins Fontes.
- Rogers, C. (1987). *Tornar-se Pessoa*. São Paulo: Martins Fontes.
- Rogers, C. (1992). *Terapia Centrada no Cliente*. São Paulo: Martins Fontes.
- Rogers, C., Wood, J. K., O'Hara, M., & Fonseca, A. H. L. (1983). *Em busca de vida: da terapia centrada no cliente à abordagem centrada na pessoa*. São Paulo: Summus.

Schmid, P. F. (2006). The challenge of the Other: Towards dialogical person-centered psychotherapy and counseling. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 5, 241–254.

Schmid, P. F. (2007). The anthropological and ethical foundations of person-centered therapy. Em M. Cooper., M. O'Hara., P. F. M, Schmid., & G. Wyatt (Eds.). *The handbook of person-centred psychotherapy and counseling* (pp. 30–46). Houndmills, UK: Palgrave Macmillan.

Schmid, P. F., & Mearns, D. (2006). Being-with and being-counter: Person-centered psychotherapy as an in-depth co-creative process of personalization. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 5, 174–190.

Spinelli, E. (2010a). *The interpreted world: An introduction to phenomenological psychology*. London: Sage.

Spinelli, E. (2010b). *Practising existential psychotherapy: The relational world*. London: Sage.

Wood, J. K. et all (1995). *Abordagem Centrada na Pessoa*. Vitória: Fundação Ceciliano Abel de Almeida.

#### **Nota sobre as autoras**

**Anna Karynne da Silva Melo.** Universidade de Fortaleza. Doutora em Saúde Coletiva. Professora adjunto do curso de graduação em Psicologia. Endereço correspondência: Universidade de Fortaleza - UNIFOR. Av. Washington Soares, 1321 - Edson Queiroz, Fortaleza, CE, CEP 60811-905. Telefone: 85 34773000. Email: karynnemelo@unifor.br

**Rayanne Pinheiro Lima.** Universidade de Fortaleza. Psicóloga. Endereço correspondência: Universidade de Fortaleza - UNIFOR. Av. Washington Soares, 1321 - Edson Queiroz, Fortaleza, CE, CEP 60811-905. Telefone: 85 34773000. Email: rayannepl@hotmail.br

**Virginia Moreira.** Universidade de Fortaleza. Doutora em Psicologia. Professora Titular da Pós-graduação em Psicologia. Endereço correspondência: Universidade de Fortaleza - UNIFOR. Av. Washington Soares, 1321 - Edson Queiroz, Fortaleza, CE, CEP 60811-905. Telefone: 85 34773000. Email: virginiamoreira@unifor.br

Recebido em 12 de janeiro de 2014  
Aprovado em 10 de janeiro de 2015