

Experiências vividas de clientes na abordagem centrada na pessoa: Um estudo fenomenológico

Lived experiences of customers in the person-centered approach: A phenomenological study

Experiencias vividas de clientes en el enfoque centrado en la persona: Un estudio fenomenológico

Expériences vécues par les clients dans l'approche centrée sur la personne : Une étude phénoménologique

 10.5020/23590777.rs.v24i1.e13607

Tiago Bastos de Moura  

Psicólogo clínico e pesquisador bolsista do CNPq. Mestrando em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC – Campinas).

Vera Engler Cury  

Psicóloga. Doutora em Saúde Mental pela Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Coordenadora do Programa Stricto Sensu em Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC – Campinas).

Resumo

A psicoterapia se apresenta como uma modalidade de atenção psicológica clínica que representa um espaço de cuidado à saúde mental diante das demandas da contemporaneidade, tendo as relações interpessoais como um fator decisivo para o crescimento psicológico dos clientes. Esta pesquisa fenomenológica objetivou compreender intersubjetivamente vivências de clientes atendidos em psicoterapia centrada no cliente, desenvolvida no contexto da abordagem centrada na pessoa. A partir de encontros dialógicos individuais realizados com nove participantes, foram escritas narrativas compreensivas, contendo elementos significativos da experiência deles, apreendidos pelo pesquisador e, posteriormente, uma narrativa síntese contemplando os elementos essenciais dessas vivências como um todo. Os elementos estruturantes do fenômeno que emergiram foram: 1) A relação com o psicoterapeuta proporciona ao cliente a tomada de consciência de que “eu existo nessa relação”; 2) O reconhecimento de si como uma pessoa autônoma que não precisa ser direcionada, pois é dona do seu próprio caminho e da sua história; 3) A psicoterapia é vivida como uma construção em parceria; 4) Possibilidades que se abrem na relação terapeuta-cliente ressoam para além das sessões de psicoterapia. Os resultados possibilitaram uma compreensão psicológica do fenômeno em foco e demonstraram que as vivências dos participantes se estruturam a partir de um percurso experiencial que se inicia pelo *eu* e vai em direção ao outro (primeiro o psicoterapeuta, depois as outras pessoas), evidenciando o papel ativo do cliente no processo terapêutico e a potencialidade transformadora da relação intersubjetiva, propiciadora de autoconhecimento e crescimento psicológico.

Palavras-chave: psicoterapia centrada no cliente, fenomenologia, abordagem centrada na pessoa, pesquisa fenomenológica, psicologia clínica

Abstract

Psychotherapy presents itself as a modality of clinical psychological care that represents a space for mental health care in the face of contemporary demands, with interpersonal relationships as a decisive factor for the psychological growth of clients. This phenomenological research aimed to intersubjectively understand the experiences of clients treated in Client-Centered Psychotherapy, developed in the context of the Person-Centered Approach. From individual dialogical meetings held with nine participants, Comprehensive Narratives contained significant elements of their experience, learned by the researcher, and later a Synthesis Narrative contemplating the essential elements of these experiences was written. The structuring elements of the phenomenon that emerged were: 1) The relationship with the psychotherapist provides the client with the awareness that “I exist in this relationship”; 2) Recognition of yourself as an autonomous person who does not need to be directed, as you are the owner of your path and history; 3) Psychotherapy is experienced as a construction in partnership;

and 4) Possibilities that open up in the therapist-client relationship resonate beyond psychotherapy sessions. The results enabled a psychological understanding of the phenomenon in focus, and demonstrated that the participants' experiences are structured based on an experiential path that begins with the "self" and goes towards the other (first the psychotherapist, then other people), highlighting the active role of the client in the therapeutic process and the transformative potential of the intersubjective relationship, providing self-knowledge and psychological growth.

Keywords: client-centered psychotherapy, phenomenology, person-centered approach, phenomenological research, clinical psychology

Resumen

La psicoterapia se presenta como una modalidad de atención psicológica clínica que representa un espacio de cuidado a la salud mental ante las demandas de la contemporaneidad, teniendo las relaciones interpersonales como un factor decisivo para el crecimiento psicológico de los clientes. Esta investigación fenomenológica objetivó comprender intersubjetivamente vivencias de clientes atendidos en Psicoterapia Centrada en el Cliente, desarrollada en el contexto del Enfoque Centrado en la Persona. A partir de encuentros dialógicos individuales realizados con nueve participantes, fueron escritas Narrativas Comprensibles conteniendo elementos significativos de la experiencia de ellos, aprehendidos por el investigador y, posteriormente, una Narrativa Síntesis contemplando los elementos esenciales de estas vivencias como un todo. Los elementos estructurantes del fenómeno que emergieron fueron: 1) La relación con el psicoterapeuta proporciona al cliente la toma de consciencia de que "yo existo en esta relación"; 2) El reconocimiento de uno mismo como una persona autónoma que no necesite ser direccionada, pues es dueña de su propio camino y de su historia; 3) La psicoterapia es vivida como una construcción en parceria; 4) Posibilidades que se abren en la relación terapeuta-cliente resuenan para allá de las sesiones de psicoterapia. Los resultados posibilitaron una comprensión psicológica del fenómeno en enfoque y demostraron que las vivencias de los participantes se estructuran a partir de un trayecto experiencial que se inicia por el "yo" y va en dirección al otro (primero el psicoterapeuta, después las otras personas), evidenciando la función activa del cliente en el proceso terapéutico y la potencialidad transformadora de la relación intersubjetiva, propiciadora de autoconocimiento y crecimiento psicológico.

Palabras clave: psicoterapia centrada en el cliente, fenomenología, enfoque centrado en la persona, investigación fenomenológica, psicología clínica

Résumé

La psychothérapie se présente comme une modalité de soins psychologiques cliniques, offrant un espace de soutien en santé mentale face aux demandes contemporaines. Les relations interpersonnelles y jouent un rôle décisif dans la croissance psychologique des clients. Cette recherche phénoménologique visait à comprendre de manière intersubjective les expériences des clients en psychothérapie centrée sur le client, développée dans le cadre de l'Approche Centrée sur la Personne. À partir de rencontres dialogiques individuelles tenues avec neuf participants, des récits complets ont été rédigés par le chercheur, contenant des éléments significatifs de leur expérience appréhendés. Par la suite, un récit de synthèse a été élaboré, contemplant les éléments essentiels de ces expériences dans leur ensemble. Les éléments structurants du phénomène qui ont émergé sont : 1) la relation avec le psychothérapeute procure au client la conscience que « J'existe dans cette relation » ; 2) la reconnaissance de soi en tant que personne autonome qui n'a pas besoin d'être dirigée, étant propriétaire de son propre chemin et de son histoire ; 3) la psychothérapie est vécue comme une construction en partenariat ; 4) les possibilités qui s'ouvrent dans la relation thérapeute-client résonnent au-delà des séances de psychothérapie. Les résultats ont permis une compréhension psychologique du phénomène en question et ont montré que les expériences des participants sont structurées à partir d'un parcours expérientiel qui commence par le « Je » et se dirige vers l'autre (d'abord le psychothérapeute, puis les autres personnes). Cela met en évidence le rôle actif du client dans le processus thérapeutique et le potentiel de transformation de la relation intersubjective, fournissant la connaissance de soi et la croissance psychologique.

Mots-clés : psychothérapie centrée sur le client, phénoménologie, approche centrée sur la personne, recherche phénoménologique, psychologie clinique

A expressiva evolução de estudos sobre psicoterapia no século XX foi desencadeada pelo grande interesse dos pesquisadores por evidências científicas que comprovassem sua eficácia e desvendassem aspectos relevantes do processo (Brum et al., 2012; Leonardi & Meyer, 2015; Souza, 2006; Wampold, 2015). Historicamente, a divisão entre as investigações que priorizavam a eficácia terapêutica e as que enfatizavam a relevância de se compreender os elementos do processo psicoterapêutico, envolve questões epistemológicas e metodológicas que expressam a antiga divisão entre explicação e

compreensão (Souza, 2006). Estabeleceu-se até os dias atuais a divisão entre pesquisas sobre eficácia (ênfase na objetividade, técnica, uso de manuais, categorias diagnósticas e instrumentos de avaliação) e pesquisas sobre o processo (ênfase na compreensão dos aspectos do processo psicoterapêutico, da mudança terapêutica e da relação terapeuta-cliente).

O psicólogo norte-americano Carl Ransom Rogers, maior expoente da psicologia humanista no século XX e criador da *abordagem centrada na pessoa* (ACP), foi o pioneiro e principal referência em pesquisas com foco no processo. Suas contribuições, derivadas de pesquisas desenvolvidas por ele e sua equipe nas décadas de 1940, 1950 e 1960 (Rogers, 1951/1992; 1961/1982) foram decisivas para o desenvolvimento e evolução das psicoterapias em geral. A proposta clínica desenvolvida por Carl Rogers no contexto da psicologia humanista (Cury, 2021) constituiu-se em uma abordagem original no campo da psicoterapia e, até certo ponto, revolucionária (Cury, 1993; Telles et al., 2014). A noção de uma tendência atualizante, presente em toda a obra de Rogers (1980/1983) como uma força inerente à existência humana e que impulsiona a pessoa no processo de crescimento psicológico, foi descrita como “vastos recursos internos para a autocompreensão e modificação de seus autoconceitos, de suas atitudes e de seu comportamento autônomo” (Rogers, 1980/1983, p. 38).

Na década de 1940, Rogers desenvolveu o método de *aconselhamento não diretivo* na contramão dos modelos psicanalíticos e comportamentais que preponderavam à época e o termo *não diretivo* significou uma reação em relação a abordagens pautadas por técnicas diretivas, assim como a palavra *paciente* foi substituída por *cliente* para evitar a hierarquização de papéis da relação médico-paciente (Cury, 1993; Moreira, 2010; Shlien, 1976). As atividades clínicas e de pesquisa de Rogers (1951/1992) e sua equipe possibilitaram reformulações sobre a relação terapêutica, dando origem a um modelo de psicoterapia com uma proposta teórico-filosófica própria na década de 1950: a *terapia centrada no cliente*. A mudança de *não diretivo* para *centrado no cliente* foi uma atualização da função do terapeuta, que adquiria um papel mais ativo (Pagès, 1976; Shlien, 1976) e inaugurava uma evolução no modo de se conceber a relação terapêutica (Cury, 1993). A ênfase foi posta nas atitudes do terapeuta, consideradas determinantes para o sucesso da psicoterapia, e que foram definidas posteriormente como compreensão empática, consideração positiva incondicional e congruência (Rogers, 1961/1982).

Entre 1957 e 1965, período conhecido como *fase experiencial*, Rogers e sua equipe questionaram o alcance da *terapia centrada no cliente*, o que os levou a tentar comprovar a validade da teoria no atendimento a pacientes esquizofrênicos em uma pesquisa complexa em um hospital psiquiátrico (Rogers & Stevens, 1967/1976). A ênfase durante esses atendimentos com pacientes não motivados e com dificuldade de contato com a realidade foi colocada na comunicação de calor humano e aceitação incondicional; os psicoterapeutas ofereciam suas presenças ativas àquelas pessoas solitárias e, ao fazê-lo, redescobriram seus próprios sentimentos de solidão e desesperança. Assim, consideraram os próprios sentimentos do terapeuta e sua subjetividade durante o processo como elementos essenciais para a mudança do cliente, de forma que a ênfase não está mais nos aspectos subjetivos do cliente ou do terapeuta separadamente, mas sim na experiência a dois, na relação intersubjetiva e sua função terapêutica (Cury, 1993), fazendo do acontecer clínico “um fenômeno intersubjetivo por definição” (Fadda & Cury, 2021, p. 8).

Desde sua origem, os princípios teóricos de Rogers, embasados na prática clínica da *terapia centrada no cliente*, mantiveram-se essencialmente os mesmos, o que possibilitou sua aplicação em diferentes propósitos e contextos psicossociais como a educação, grupos, *workshops* e comunidades, dando origem à *abordagem centrada na pessoa* – ACP (Cury, 1993; Moreira, 2010; Rogers & Stevens, 1967/1976; Rogers, 1980/1983), um termo mais amplo que significa “uma atitude, uma maneira de abordar (“*approach*”) os problemas humanos, que já estava presente nas primeiras formulações de Rogers sobre psicoterapia” (Cury, 1993, p. 38). As aplicações desses princípios a outros tipos de relações como professor-aluno, membros de um grupo de encontro e facilitadores, psicoterapia com pacientes com graves transtornos mentais etc., alteraram o modo como os psicoterapeutas consideravam a relação terapeuta-cliente e muito contribuíram para as inovações teórico-metodológicas das fases do processo terapêutico que buscavam descrever e compreender a relação terapeuta-cliente, ponto principal dessa *abordagem centrada na pessoa*.

Nas décadas de 1940 e 1950, os pressupostos teóricos de Carl Rogers sobre a psicoterapia e sua proposta clínica desenvolveram-se a partir de diversas pesquisas e de suas experiências com seus clientes, corroborando sua profunda confiança no potencial humano e evidenciando as valiosas contribuições dos clientes para o avanço da teoria e prática da psicoterapia. Naquela época, o campo de investigações das experiências dos clientes sobre o processo psicoterapêutico ainda era pouco explorado e Rogers (1992/1951) considerava-o um solo fértil para o futuro, ressaltando que o conhecimento em psicoterapia avançaria muito se respondesse: “O que significa o cliente experimentar uma relação como terapêutica? Como podemos facilitar para que uma relação seja experimentada como terapêutica?” (Rogers, 1992/1951, p. 79).

Diversas pesquisas sobre as experiências de clientes na psicoterapia têm sido retomadas por pesquisadores contemporâneos do campo da *abordagem centrada na pessoa* e sustentam o papel central e ativo do cliente no processo e nos resultados da psicoterapia, sendo ele criativo, capaz de criar soluções para seus problemas e contribuir ativamente para o processo de psicoterapia (Bohart, 2000; Bohart & Tallman, 1999). Pesquisas mais recentes na perspectiva da ACP em variados contextos têm investigado as experiências de clientes em psicoterapia de grupo (Correia & Moreira, 2016), em uma perspectiva intersubjetiva na ludoterapia humanista (Bezerra & Cury, 2023), sobre a consideração positiva incondicional na psicoterapia

(Suzuki, 2018), em um serviço de atenção psicológica domiciliar (Oliveira & Cury, 2020) e sobre a dinâmica de poder da relação terapêutica com clientes adolescentes atendidos no referencial da ACP (Cook & Monk, 2020).

O presente estudo traz uma contribuição para o campo das psicoterapias e amplia os conhecimentos científicos das pesquisas da psicologia humanista, tão necessárias para o apoio e atualização da clínica humanista. Além disso, pretende-se contribuir para as práticas de atenção psicológica no aprimoramento de relações interpessoais promotoras de crescimento psicológico a partir de uma escuta sensível à experiência humana diante das demandas da contemporaneidade. Dessa forma, o objetivo desta pesquisa foi compreender fenomenologicamente a experiência vivida pelos clientes sobre o processo terapêutico, sob a perspectiva da *abordagem centrada na pessoa*.

Método

Este estudo empírico desenvolveu-se como pesquisa qualitativa de natureza exploratória, metodologicamente inspirada na fenomenologia desenvolvida por Edmund Husserl e Edith Stein: ele um matemático e filósofo alemão com atuação acadêmica marcante no final do século XIX, ela, sua discípula, que além da filosofia aprofundou-se nos estudos da Psicologia. Husserl (1913/2006) explicitou a impossibilidade da aplicação do paradigma hegemônico das ciências naturais para a compreensão dos fenômenos humanos. Denunciou a coisificação do homem como a raiz da crise das ciências ocidentais, ao eliminar o sujeito da experiência e reduzir o psiquismo (Mahfoud & Massimi, 2008), inviabilizando a psicologia científica como uma ciência da pessoa. Assim, ele buscou construir um método rigoroso como via de acesso ao conhecimento sobre o ser humano a partir de um retorno às coisas mesmas e que superasse tais reducionismos. Para Husserl (1907/2020, p. 79), a fenomenologia constitui-se em “um método e uma atitude do pensar” que se diferencia das ciências apriorísticas objetivas pelo seu método e finalidade: “ela é ciência em um sentido totalmente diferente e com tarefas totalmente diferentes e métodos totalmente diferentes” (Husserl, 1907/2020, p. 114).

O método fenomenológico husserliano aplicado à pesquisa qualitativa em psicologia clínica distingue-se por buscar compreender intersubjetivamente o sentido das vivências que emergem a partir de experiências subjetivas. Faz-se o percurso de um retorno às coisas mesmas por meio de duas etapas: a *epoché* ou redução fenomenológica que prevê alcançar a essência do fenômeno através do esforço em suspender a atitude natural, ou seja, colocar entre parênteses os juízos, teorias e explicações acerca da existência de um mundo circunstante e a redução transcendental que consiste numa reflexão sobre quem somos e como é o sujeito que busca o sentido (Ales-Bello, 2004; Husserl, 1913/2006; Mahfoud & Massimi 2008).

Essas reduções constituem o percurso fundamental do pesquisador ao voltar-se para a subjetividade do participante e, simultaneamente, a sua própria subjetividade, implicando uma compreensão sobre o que Husserl e Edith Stein investigaram: a estrutura universal do sujeito. Edith Stein parte da obra husserliana e elabora uma análise fenomenológica da estrutura da pessoa, constituída por três dimensões universais, corporal, psíquica e espiritual (Ales-Bello, 2015; Guimarães & Mahfoud, 2013; Husserl, 1913/2006; Stein, 1932-3/2013), que estão interligadas entre si com um dinamismo próprio (Stein, 1932-3/2013). Essa estrutura integra os atos corpóreos (os instintos em geral), os atos psíquicos (reações emocionais) e os atos espirituais (reflexão, tomada de decisão, avaliação e controle) (Ales-Bello, 2015).

Nesse tipo de pesquisa, a intenção do pesquisador não é colocar hipóteses à prova. Elas emergem ao final da pesquisa, em um movimento inverso ao que acontece em outros tipos de pesquisas nas quais coloca-se à prova hipóteses anteriormente formuladas (Brisola et al., 2017; Cury, 2021). Para Amatuzzi (2009), as pesquisas fenomenológicas de orientação humanista descrevem vivências subjetivas para explicitar seus significados potenciais sobre um contexto, não como acúmulo de dados quantitativos, mas como compreensão abrangente dos significados envolvidos e dos contextos.

A participação do pesquisador no processo de uma pesquisa qualitativa fenomenológica é marcada pelo envolvimento intencional da sua subjetividade de forma ativa e constante durante toda a investigação, sendo que o processo de descoberta do fenômeno é pessoal (como me afeta, como percebo), criativo (abre-se espaço para novas ideias) e de autodescoberta (é assim que me afeta) (Brisola & Cury, 2016). O pesquisador “se mistura” com o processo de pesquisa e é afetado por ele, o que exige abertura do pesquisador para se lançar ao desconhecido que habita cada passo desse percurso. Investigar a experiência vivida como uma possibilidade de acesso aos significados que buscamos é uma abordagem compreensiva em pesquisa psicológica que ocorre a partir de uma relação intersubjetiva, na qual pesquisador e participante são coautores desse processo, o oposto de uma postura na qual o pesquisador investiga objetivamente, “de fora”, os aspectos do participante.

Os participantes da pesquisa

Este estudo contou com nove participantes, homens e mulheres, a partir de 21 anos de idade, que estavam em processo terapêutico, presencial ou on-line, por no mínimo seis meses com os mesmos psicoterapeutas que os atendiam sob a perspectiva da *abordagem centrada na pessoa* (ver descrição dos participantes na Tabela 1). Foram excluídos possíveis participantes considerados por seus psicoterapeutas como clientes com transtornos mentais graves e que se encontravam fragilizados, desestabilizados emocionalmente ou que não aderiram ao processo terapêutico. Buscou-se uma diversidade

de participantes de diferentes faixas etárias, localidades e tempo em psicoterapia, não sendo este um critério em si, mas, visando contemplar as experiências de pessoas com diferentes perfis e idades. Uma vez obtido o parecer favorável do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, a pesquisa foi divulgada entre psicoterapeutas brasileiros. Foram selecionados clientes de psicoterapeutas que exerciam a prática clínica como atuação principal; tivessem experiência clínica de pelo menos cinco anos atendendo sob o referencial da *abordagem centrada na pessoa*; tivessem especialização ou curso de formação nesta perspectiva. O pesquisador solicitou aos psicoterapeutas o encaminhamento de clientes que poderiam se interessar em participar e fez contato com eles via *WhatsApp*, convidando-os e agendando um encontro individual com os que se interessaram. A opção por encontros on-line se deu em função da pandemia da COVID-19, mas, abriu a possibilidade de incluir participantes de diferentes regiões e de outro país. Foi realizado um encontro dialógico com cada participante entre julho e novembro de 2021.

Tabela 1

Caracterização dos participantes da pesquisa

Participantes*	Dados dos participantes	Tempo de terapia
Bisky	45 anos, casada, tem filhos, é funcionária pública, professora e mora em Belo Horizonte/MG.	4 anos
Chrollo	26 anos, solteiro, sem filhos, pós-graduado, mora em Bragança/Portugal, doutorando / pesquisador.	1 ano e 3 meses
Ging	30 anos, solteiro, sem filhos, ensino médio, mora em Belo Horizonte/MG e é autônomo (lojista).	8 meses
Killua	29 anos, solteiro, sem filhos, tem ensino superior, é advogado e mora em Belo Horizonte/MG.	4 anos e meio
Leorio	21 anos, solteiro, sem filhos, cursa ensino superior, mora em Belo Horizonte/MG e faz estágio.	6 meses
Neferpitou	34 anos, solteira, sem filhos, tem ensino superior, mora em Bangu/RJ e atua como enfermeira.	1 ano
Pakunoda	27 anos, solteira, sem filhos, tem ensino médio, autônoma (manicure) e mora em Paulínia/SP.	1 ano
Palm	22 anos, solteira, sem filhos, estudante (cursando ensino superior) e mora em Taubaté/SP.	4 anos
Shizuku	21 anos, solteira, sem filhos, possui o ensino médio, é estudante e mora em Belo Horizonte/MG.	6 meses

(*) Os nomes usados para cada participante são de personagens fictícios e não têm nenhuma relação com o jeito de ser ou aparência dos participantes. No texto os nomes serão grafados em itálicos.

Percurso da pesquisa: dos encontros dialógicos às narrativas compreensivas como estratégia metodológica

A partir de uma perspectiva centrada na pessoa e na fenomenologia, buscou-se uma compreensão ampla da experiência vivida dos participantes, tendo como via de acesso a intersubjetividade, que constitui essencialmente o encontro entre participante e pesquisador. O encontro dialógico consiste numa relação intersubjetiva na qual o pesquisador se dispõe a conversar com o participante sobre um tema que ele deseja compreender a partir da experiência vivida do participante. Os encontros dialógicos foram iniciados como um convite ao participante para se aprofundar em sua experiência a partir da seguinte questão norteadora: “Gostaria que me contasse como tem sido sua experiência em fazer psicoterapia”. No entanto, não foi definida previamente a duração de cada um dos encontros, que duraram em média uma hora.

O encontro dialógico não é uma entrevista. Também não se trata de coletar depoimentos, dados e informações dos participantes, como ocorre em outros tipos de pesquisa qualitativa. Por isso, define-se como encontro, para destacar a importância de *estar com* os participantes e, ao invés de somente buscar informações coletando dados objetivos sobre eles, fazer acontecer um relacionamento intersubjetivo a partir de uma escuta interessada (Brisola et al., 2017). Prioriza-se o *falar a partir de* e não o *falar sobre*. Nesse sentido, o pesquisador não fez registros por escrito ou gravações durante os encontros porque não se propôs a desenvolver uma análise dos conteúdos extraídos de depoimentos literais dos participantes. Afinal, o uso de gravadores ou outros meios de registro distanciariam o pesquisador da experiência imediata daquele encontro (Fadda, 2020).

O propósito dos encontros foi interagir com cada participante de modo a ser capaz de apreender, em um sentido fenomenológico, as ideias, sentimentos, gestos, expressões verbais e emoções a partir de uma relação intersubjetiva. O pesquisador recebeu os participantes de modo acolhedor, aberto e disponível, buscando proporcionar um clima de calor e aceitação, pautado nas atitudes facilitadoras de empatia, consideração positiva e autenticidade propostas por Rogers (1961/1982), para que os participantes pudessem sentir-se à vontade para discorrer sobre suas vivências. O pesquisador, intencionalmente, permitiu-se ser afetado pela experiência vivida no encontro intersubjetivo com o participante, de forma a apreender a experiência do participante. A seguir, registrou cada encontro sob a forma de uma narrativa compreensiva. Pode-se dizer que o pesquisador sai de cada encontro “encharcado” pelo fluxo de experiências que vivenciou ao estar com o participante e que agora ressoa nele.

A *narrativa compreensiva* é uma estratégia metodológica que tem sido utilizada em estudos qualitativos na área de psicologia clínica, sob uma perspectiva humanista e fenomenológica (Bezerra & Cury, 2023; Brisola et al., 2017; Cury,

2021; Fadda, 2020; Oliveira & Cury, 2020). Ela encontra inspiração nas proposições de Walter Benjamin (1994), que considera este um modo de expressar a experiência no qual “o narrador retira da experiência o que ele conta: sua própria experiência ou a relatada pelos outros” (Benjamin, 1994, p. 201).

As narrativas servem tanto para contextualizar e descrever o acontecer dos encontros dialógicos como para inserir a experiência do pesquisador como objeto de análise e interpretação do fenômeno estudado em uma perspectiva intersubjetiva (Cury, 2021). As narrativas contam as histórias vividas não como algo pronto e estático, mas, preservam a dinâmica própria da experiência e se atualizam ao serem reescritas ou narradas, enriquecendo o registro da experiência vivida. “Metade da arte da narrativa está em evitar explicações” (Benjamin, 1994, p. 203), pois, atentamo-nos em compreender o significado e estrutura a partir da perspectiva do sujeito como é vivida por ele (Davidson, 2003). Assim, a escrita e reescrita das narrativas se assemelha ao processo criativo de um artista que cria sua arte, deixando-a tomar forma, sendo enriquecida e lapidada aos poucos.

Após cada encontro dialógico, foi escrita uma primeira versão da narrativa na qual buscou-se registrar a compreensão do pesquisador sobre a experiência do participante a partir do que foi vivido no encontro. Cada narrativa foi reescrita algumas vezes, tendo em vista o enriquecimento do registro da experiência e apresentar maior fidedignidade às impressões do pesquisador sobre o encontro vivido; preservou-se a ordem cronológica dos encontros na escrita das narrativas por tratar-se de um processo de análise no qual tem importância o elemento temporal, como se fosse uma *contação* de histórias com uma sucessão de momentos de intersubjetividade em um acontecer entre pessoas. Quando as nove narrativas compreensivas foram concluídas, o pesquisador realizou uma leitura cuidadosa de todas elas e redigiu uma primeira versão da narrativa síntese. Assim como as narrativas compreensivas, a narrativa síntese foi reescrita até se chegar a uma versão final que contemplasse os elementos estruturantes da experiência de um modo abrangente. A narrativa síntese contemplou os principais elementos significativos que emergiram a partir de todos os encontros intersubjetivos com os participantes, compondo uma totalidade da experiência em foco.

Resultados e Discussões

Ao apreender intersubjetivamente as experiências vividas dos participantes a partir de encontros dialógicos e registrá-las sob a forma de narrativas compreensivas e de uma narrativa síntese, o pesquisador efetivou a etapa mais interpretativa da análise fenomenológica, ou seja, descreveu os elementos significativos que constituem a estrutura do fenômeno estudado. A seguir, serão apresentados esses elementos estruturantes que se interpenetram, compondo uma unidade da experiência humana.

A relação com o psicoterapeuta proporciona ao cliente a tomada de consciência de que “eu existo nessa relação”

A partir do que foi apreendido intersubjetivamente pelo pesquisador nos encontros dialógicos, o reconhecimento do eu no contexto da relação terapêutica é vivido pelos participantes como “sentir que eu existo e sou importante”. O psicoterapeuta, por meio de suas atitudes, demonstra ao cliente que o considera como a si mesmo, que não o vê como um objeto ou um mero campo de reações. O cliente é reconhecido como uma pessoa digna de ser valorizada e suas vivências são acolhidas e tratadas com profundo respeito pelo psicoterapeuta. Uma relação terapêutica de tal ordem é confirmadora do cliente, ou seja, o cliente sente que o psicoterapeuta legitima suas vivências, não trazendo julgamentos de valor ou tentando direcioná-las ou “consertá-las”, mas, acolhendo-as com abertura e valorizando-as independente do modo como se apresentam.

Os participantes sentiam que seus psicoterapeutas se importavam com eles de forma genuína, de modo que a presença do psicoterapeuta e seu envolvimento genuíno na relação foram decisivos para o crescimento pessoal e autonomia dos participantes. Evidenciou-se que a qualidade da relação intersubjetiva é central na proposta clínica da ACP (Amatuzzi, 2009; Fadda, 2020; Moreira, 2010; Oliveira & Cury, 2020; Rogers, 1980/1983). Na relação com seus psicoterapeutas, os participantes sentiam-se vistos, compreendidos e estimados, em sintonia com as atitudes facilitadoras propostas por Rogers (1961/1982). Dentre os significados atribuídos pelos participantes às suas relações com seus psicoterapeutas, *Bisky* falou de “uma relação de muita intimidade” na qual “o olhar dele já diz muito para mim”; para *Chrollo*, trata-se de “uma relação muito confidente” em que “começamos juntos e fomos”; *Neferpitou* enfatizou a presença da psicoterapeuta: “Ela sempre ali. comigo”.

Como esse tipo de relação interpessoal possibilitou aos participantes a confirmação do próprio existir em sua singularidade vivencial? Ao estimular no cliente uma tomada de consciência sobre si mesmo, o psicoterapeuta o confirma como tal. Quando é legitimado pelo psicoterapeuta enquanto pessoa e digno de valor, o cliente se dá conta desta atitude e seu olhar pode se voltar a si mesmo, podendo se reconhecer como um sujeito. O cliente atualiza sua experiência sobre *eu sou, eu existo*. Não sou qualquer um. Eu existo e tenho valor. Sou importante de algum modo. Isto é ilustrado no estudo de Bezerra e Cury (2023), em que a presença subjetivamente implicada do terapeuta no acontecer clínico é fundamental para o envolvimento e motivação da criança na relação intersubjetiva, possibilitando a ela superar a invisibilidade que vive em outras relações, passando a ser vista e considerada.

Stein (1932-3/1999) afirma que o *eu* se manifesta como um ponto que se move e, onde ele se detém e se posiciona, a luz da consciência ilumina aquele âmbito. Essa luz significa que a consciência ilumina um novo campo que foi aberto pelo sujeito e aponta para sua interioridade e para o mundo, no mesmo movimento. Isso possibilita a elaboração da experiência. Não se trata de um *eu* estático ou mutante, mas de um *eu* que se detém em diferentes níveis da experiência e que se manifesta através desse movimento próprio, que constitui a pessoa humana. Um exemplo desse movimento do *eu* pode ser pensado no contexto clínico, especificamente na *psicoterapia centrada no cliente*, quando um cliente, em um determinado momento, se debruça sobre um problema que vive e que é importante para si; ele se posiciona sobre aquele problema. É exatamente naquele ponto que a sua consciência ilumina naquele instante e lhe atribui sentido (Stein, 1932-3/1999). É sobre aquele específico problema vivido que o seu *eu* se detém naquele momento. O psicoterapeuta, que também é um *eu*, é afetado e solicitado a participar desse movimento que brota diante de si. Dessa forma, o psicoterapeuta acompanha esse movimento do *eu* do cliente e o legitima, enquanto algo existente, que está acontecendo e que é digno de valor e importância.

De acordo com Fadda (2020), o *eu* diante de um *tu* é estruturante para a pessoa humana, que faz emergir sua personalidade nas mais variadas tomadas de posição na vida, espontâneas ou não. Para Guimarães e Mahfoud (2013), os valores que a pessoa apreende ressoam em si sustentando o modo como ela se posiciona, de modo que, quando uma pessoa se posiciona em relação a algo, ela coloca algo novo no mundo: “Colocar algo de si no mundo de forma cuidadosa constitui, de fato, a própria pessoa” (Guimarães & Mahfoud, 2013, p. 211). Quando um aspecto da experiência do cliente é iluminado por sua consciência e ele se posiciona a respeito desse aspecto, emerge a personalidade do cliente. Ao se posicionar, o cliente abre um novo campo onde o encontro com o psicoterapeuta pode se dar por meio desse caminho que ele abriu, emergindo uma dimensão mais ampla: trata-se da dimensão do *nós*.

O psicoterapeuta aceita o cliente como ele se apresenta, numa atitude que Pagès (1976) denominou de recusa a propor mudanças, isto é, o cliente procura ajuda terapêutica para mudar padrões de comportamento que o estão prejudicando, mas, o psicoterapeuta faz o inverso: confirma-o como alguém digno de apreço e estima, exatamente por ser como é. Isso decorre da noção de que somente se o cliente for capaz de aceitar a si mesmo e compreender suas próprias motivações, será capaz de mudar suas percepções e atitudes. Nesse sentido, o psicoterapeuta atua como um aliado do cliente em relação a seu potencial para desenvolver autoconhecimento, mas não em relação a seu desejo de ser modificado de fora para dentro. Um exemplo disso é demonstrado no estudo com pessoas adultas autistas realizado por Fadda (2020), no qual facilitar a experiência dos participantes de se manifestarem como são diante da pesquisadora mostrou-se uma possibilidade para que emergissem como pessoas, transcendendo assim os seus limites e dificuldades como pessoas com diagnóstico de autismo: “Eis o ponto de partida que eles reconheceram, e tiveram a coragem de cruzar a porta do verdadeiro encontro: a validação de quem eles já eram” (Fadda, 2020, p. 119).

Os participantes viviam uma experiência de pertencimento no encontro com seus psicoterapeutas, sentindo-se de fato ouvidos e estimados, e não tratados como se fossem apenas mais um número ou que o psicoterapeuta estivesse somente cumprindo o seu papel como profissional. Uma das participantes descreveu essa experiência:

Ali eu não sou mais um número, não sou só mais uma paciente dentre muitos outros pacientes que são atendidos, que têm seus problemas, e que a psicóloga está ali somente para cumprir sua jornada de trabalho. Sinto a importância de estar ali, me faz sentir que eu sou importante. (Pakunoda, 27 anos)

Essa vivência de pertencimento na relação terapêutica se aproxima da concepção de comunidade proposta por Edith Stein. De acordo com Ales-Bello (2015), a comunidade se caracteriza pelo pertencimento, onde a singularidade do indivíduo é levada em conta e valorizada, sendo decisiva. Nesse ponto, a noção de comunidade difere da noção de sociedade, pois esta sacrificaria o indivíduo em prol da coletividade, enquanto a comunidade considera também a pessoa em sua subjetividade.

O reconhecimento de si como uma pessoa autônoma que não precisa ser direcionada, pois é dona do seu próprio caminho e da sua história

A retomada da autonomia constituiu-se como um elemento estruturante das vivências dos participantes na *terapia centrada no cliente* e emergiu de forma significativa nos encontros dialógicos, mostrando-se como descoberta experiencial de que é possível fazer escolhas de forma ativa e ser o protagonista de sua própria existência. Isso foi compartilhado pela participante *Bisky*, ao reafirmar seu poder de tomada de decisão. Para ela, ser autêntica é escolher como agir em uma situação. Não se trata de simplesmente reagir aos acontecimentos, mas, assumir um papel ativo diante deles e poder se posicionar em diferentes âmbitos de sua vida. É um dar-se conta de si mesmo como autor de sua história e responsável por dar direção à sua própria existência enquanto protagonista. Isso ilustra que a elaboração das dimensões (corpo, psíquico e espírito) permite ao sujeito fazer escolhas de modo voluntário, autônomo e livre sobre como agir (Stein, 1932-3/2013), como expressou uma das participantes:

Sou responsável por todo esse caminho! Não há como responsabilizar minha terapeuta, fui eu quem levou tudo aquilo para a sessão. (...) Me permitir olhar para todas essas situações sem me julgar. Olhei para mim e para o meu caminho e pensei: se

eu não melhorar por mim e pelos outros, qual será o desfecho? Terei vivido como protagonista ou serei só uma personagem narrada nesta história? (*Pakunoda*, 27 anos)

A autonomia dos clientes, que se evidenciou neste estudo, corrobora os resultados de outras pesquisas, em sua maioria realizadas por pesquisadores do Grupo de Pesquisa Institucional Atenção Psicológica em Instituições: Prevenção e Intervenção, como Bezerra e Cury (2023); Oliveira e Cury (2020) e Fadda e Cury (2021). Para as duas últimas autoras, a psicoterapia rogeriana visa estimular subjetivamente o cliente a atualizar suas vivências para tomar decisões com autonomia, o que implica a capacidade da pessoa em assumir sua singularidade e conviver com as pessoas de maneira autêntica e congruente com seus valores. Para AmatuZZi (2009), no pressuposto da autonomia a pessoa não é resultado de múltiplas influências, mas, iniciador de coisas novas, tendo algum poder sobre as determinações que o afetam; desse modo, a função do psicoterapeuta é promover a liberação desse poder através de uma relação autêntica. O estudo de Telles et al., (2014) com psicoterapeutas humanistas brasileiros apontou uma articulação entre a tendência atualizante e a autonomia.

Os participantes vivenciavam uma experiência de apropriar-se de sua própria vida, assumindo um papel central e ativo em operarem mudanças construtivas em si mesmos e em suas vidas. O reconhecimento das próprias capacidades mostrou-se um elemento de crescimento, como uma participante descreveu seus momentos na psicoterapia:

Ah, eu sinto que eu posso conquistar o mundo, sabe? (...) Acabo percebendo que não é o fim do mundo, sabe? Que não preciso me desesperar. Que sou capaz de lidar, de entender quem sou eu e os meus sentimentos (...). Hoje consigo entender que sou capaz. (*Shizuku*, 21 anos)

Ao mesmo tempo em que as potencialidades dos participantes se evidenciaram nos encontros com o pesquisador, aspectos significativos da relação terapeuta-cliente e do papel do psicoterapeuta centrado no cliente foram iluminados. Os participantes se mostraram ativos em seus processos terapêuticos, apoiando-se em seus próprios referenciais e não em um referencial externo, como o psicoterapeuta. Encontravam espaço e liberdade para se conduzirem sem serem direcionados, e o psicoterapeuta, por sua vez, confiava nesse potencial, facilitando para que ele ocorresse livremente. Essa autonomia foi assim expressa pelo participante *Leorio*, ao enfatizar que não quer que alguém lhe diga o que fazer, pois, não reconhece como verdadeiro quando não partiu dele. Para o participante *Killua*, de nada adianta se ele não tiver compreendido, pois, sente que não consegue agir como os outros querem. Rogers (1977/1986) ressaltou que o terapeuta deve renunciar conscientemente a qualquer tentativa de controle sobre o cliente ou suas decisões, facilitando sua posse de si mesmo, assumindo que o *locus* da tomada de decisão e responsabilidade pelos efeitos dessas decisões cabem exclusivamente ao cliente. Os participantes percebiam que esse envolvimento consigo mesmos partia de uma abertura às mudanças e da decisão de se comprometerem com suas questões pessoais, não esperando que os psicoterapeutas fossem resolver seus problemas.

A partir do que foi vivido pelo pesquisador nos encontros, o paradigma das intervenções específicas em psicoterapia (Bohart & Tallman, 1999; Souza, 2006; Leonardi & Meyer, 2015) mostrou-se contrário às vivências dos participantes, que reconhecem que quem deve conduzi-los são eles mesmos e não um profissional especialista com suas técnicas. Foram críticos a psicoterapeutas diretivos, rejeitando a hipótese de um especialista saber mais sobre eles do que eles mesmos. Por outro lado, o *veredito do pássaro dodô* (Brum et al., 2012; Souza, 2006; Trancas et al., 2008; Wampold, 2015) – uma alusão a uma passagem de *Alice no País das Maravilhas* – foi apoiado pelos resultados deste estudo, que, a partir da vivência dos participantes, demonstrou que a fonte da mudança terapêutica está associada às capacidades do cliente que emergem no contexto de uma relação terapêutica significativa e não a técnicas ou intervenções do psicoterapeuta. Para Bohart e Tallman (1999) e Bohart (2000), o veredito de dodô pode ser resolvido pelo fato de os clientes usarem diferentes abordagens terapêuticas e suas “ferramentas” em seu benefício, demonstrando que as capacidades do cliente são mais decisivas nos resultados da psicoterapia do que a expertise técnica do psicoterapeuta. Bohart (2000) propõe uma mudança na compreensão sobre a eficácia da psicoterapia: ao invés de discutirmos se “a terapia funciona ou não”, poderíamos considerar “se o cliente funciona ou não”.

A psicoterapia é vivida como uma construção em parceria

O processo terapêutico é experienciado pelos participantes como um processo gradativo que é construído a partir de uma parceria com o psicoterapeuta. Não há qualquer espécie de barreiras ou hierarquia; trata-se de uma parceria de pessoa para pessoa caracterizada por uma via de mão dupla entre terapeuta e cliente. O espaço terapêutico é vivido pelos participantes como um trabalho em equipe, onde o cliente é o protagonista e o psicoterapeuta é visto como um parceiro acolhedor que contribui ativamente para envolver e motivar o cliente em seu caminhar na psicoterapia. Os participantes descreveram isso como algo construído a dois, de modo que, o uso de recursos ou ferramentas são decorrentes de um consenso ou partem do que o participante percebe que poderia usar a seu favor, na psicoterapia, e se beneficiar deles. Um participante narrou que, nas sessões, seu psicoterapeuta o auxilia a fazer *links* e organizar seus pensamentos, que ele

descreve como um abecedário: “Juntos, vamos organizando assim: aqui está a questão A, aqui está a B, aqui está a C e assim por diante” (*Killua*, 29 anos). O’ Hara (1983, p. 99) se refere a essa parceria colaborativa:

Ao invés de ser um *expert*, o terapeuta se transforma num colaborador, um companheiro na exploração do mundo imediato do cliente. O terapeuta tem de renunciar ao poder e controle sobre a situação que desabrocha e estar preparado para entrar plenamente na dança de possibilidades que os dois juntos criarão. Renunciar ao controle significa que devemos estar preparados para aceitar que o mundo de cada um é único.

A psicoterapia era percebida pelos participantes como uma oportunidade de aprendizado oferecida na relação terapeuta-cliente, em harmonia com a afirmação de Rogers (1951/1992, p. 154) de que a psicoterapia é “um processo de aprendizagem”. Bohart (2000) ressalta que a concepção de psicoterapia como um tratamento obscurece a essência da psicoterapia como aprendizagem e colaboração, afinal, dizer que o cliente veio para “ser tratado devido a um transtorno de ansiedade” é muito diferente de dizer que o cliente veio para “aprender como lidar com sua ansiedade”. Os participantes se referiram a uma parceria no processo terapêutico; o participante *Killua* citou que leituras e filmes representavam para ele bons recursos na psicoterapia, mas não eram propostos por seu psicoterapeuta: eram pensados e construídos em parceria. A participante *Pakunoda* faz uma analogia de uma construção feita com sua psicoterapeuta, na qual sente que está montando seu quebra-cabeça. O participante *Leorio* percebia que sua psicoterapeuta respeitava seu tempo e o que faziam nas sessões era sempre “dialogado”. Por sua vez, um participante foi crítico ao descrever que, em sua experiência anterior em psicoterapia, não era ele quem chegava nas conclusões: “A psicoterapeuta apenas jogava na minha cara tudo aquilo” (...) “Só aceito se eu chegar ou se chegarmos juntos a algo, a uma conclusão, seja o que for” (*Chrollo*, 26 anos).

A relevância da vivência de uma parceria na psicoterapia tem sido apontada em pesquisas, como a de Fernandes (2012), que traz um exemplo do desenvolvimento da colaboração terapêutica em um caso clínico de sucesso na *terapia centrada no cliente*, e a de Florêncio (2014), cujos participantes manifestaram uma visão da psicoterapia como um processo coconstruído, pois não se viam como meros “recipientes” de intervenções vindas do psicoterapeuta. Bohart e Tallman (1999) e Bohart (2000) propõem um modelo colaborativo no qual o cliente é genuinamente um parceiro em posição de igualdade com o psicoterapeuta e, desse modo, ao invés de aplicar técnicas, é mais importante que o psicoterapeuta dê ferramentas aos clientes, envolva-os no processo terapêutico, mobilize seus esforços ativos frente aos problemas, estimule o foco nas possibilidades e encoraje uma atitude de aprendizagem.

Pesquisadores têm investigado a mutualidade entre terapeuta e cliente, que se refere a uma experiência bidirecional e não hierárquica de empatia, consideração positiva e congruência, vivida por cada pessoa que compõe a relação (Murphy & Cramer, 2014). A mutualidade entre terapeuta e cliente configura uma psicoterapia centrada não só no cliente, mas na relação intersubjetiva entre ambos (Cury, 1993). A teoria contemporânea sustenta uma estruturação bidirecional das condições facilitadoras propostas por Rogers (1961/1982; 1980/1983), pois há evidências de que essa experiência mútua na relação terapeuta-cliente está significativamente associada ao resultado da psicoterapia (Murphy & Cramer, 2014).

Possibilidades que se abrem na relação terapeuta-cliente ressoam para além das sessões de psicoterapia

Os participantes encontram nas sessões de psicoterapia um espaço acolhedor e de crescimento que facilita a eles desenvolverem-se como pessoas. Ao longo desse processo, logo se dão conta de que seus progressos não se restringem à psicoterapia e a transcendem: é a tomada de consciência de que “eu posso fazer para além”. Os participantes tornavam-se conscientes de suas possibilidades em expandir diversos aspectos que brotaram a partir da relação com seus psicoterapeutas para seu cotidiano e suas relações. Uma participante percebia sua psicoterapia como um espaço de crescimento que vai além das sessões, pois os benefícios repercutem no trabalho, na vida pessoal, nas relações e em sua vida como um todo:

Já aconteceu várias vezes de eu não estar em sessão, mas alguma intervenção do meu psicoterapeuta me vem à cabeça em momentos aleatórios do cotidiano e sempre me trazem reflexões. Como se eu colocasse um combustível. Levo essas intervenções das sessões para a vida, para poder ser ativa, poder escolher. (*Bisky*, 45 anos)

Os participantes descreveram uma experiência de liberdade na relação terapeuta-cliente que os auxilia a se reconhecerem como pessoas ativas em suas vidas e capazes de operarem mudanças significativas que extrapolam as sessões. Sabem, de antemão, que podem expressar-se livremente e ser eles mesmos, sem ameaças, julgamentos ou críticas. Essa liberdade possibilita aos participantes evoluírem em seus processos pessoais e ressoa para além da psicoterapia, mantendo-se presentes no cotidiano e em suas relações. Para Shlien (1976), esse é o campo mais amplo de escolha, de abertura à experiência e com maior probabilidade de uma resposta adaptativa do cliente, pois o anseio de liberdade parece ser um anseio de saúde. Para o autor, a *terapia centrada no cliente* pressupõe que o homem deve ser livre e, para isso, torna a liberdade um meio importante na experiência terapêutica.

A participante *Bisky* sentia que seu psicoterapeuta lhe dava “asas para voar”, que decorre da confiança inabalável do psicoterapeuta na capacidade do cliente para reintegrar-se psicologicamente, encontrando maneiras socialmente construtivas e

criativas de promover mudanças em seu modo de pensar e sentir, se estiver numa relação interpessoal dotada de consideração positiva, empatia e congruência. Essas “asas” a permitiam integrar suas vivências para além do consultório e trazê-las para sua vida como uma totalidade. Deve-se ressaltar que essas “asas” não são dadas pelo psicoterapeuta. São “asas” que ela já possuía e o psicoterapeuta apenas facilitou para que elas emergissem. Como Rogers (1977/1986) destacou, o psicoterapeuta não confere poder ao cliente: ele apenas não o retira do cliente.

Estudos têm apoiado as capacidades do cliente em expandirem suas evoluções da psicoterapia para o dia a dia. O estudo de Florêncio (2014) sistematizou competências e capacidades adquiridas pelos clientes e generalizadas em seu cotidiano e os resultados demonstraram que a maioria dos participantes conseguia ter um papel ativo nas sessões e fora delas, aplicando em seu cotidiano competências e estratégias não específicas de orientações teóricas. A pesquisa de Correia e Moreira (2016) revelou que o fortalecimento dos vínculos pelos participantes em psicoterapia de grupo possibilitou a fluidez das intervenções e o crescimento dos clientes, das psicoterapeutas e do grupo, bem como o cuidado mútuo e uma solicitude, transbordando para além do grupo. O estudo de Bezerra e Cury (2023) demonstrou que a experiência intersubjetiva de psicoterapeutas e crianças suscita processos e resultados que podem ser vividos pela criança para além das sessões de ludoterapia, reverberando após o encerramento do contrato terapêutico. Quando se sente legitimada pelo psicoterapeuta, a criança pode ampliar os atributos dessa experiência para seus relacionamentos interpessoais.

Considerações finais

Este estudo buscou compreender intersubjetivamente o sentido das vivências de pessoas em processo terapêutico na *abordagem centrada na pessoa*. Os encontros com os participantes trouxeram à luz elementos fundamentais sobre a relação terapeuta-cliente, de modo que a centralidade desse tipo específico de relação intersubjetiva foi evidenciada a partir das experiências que foram compartilhadas pelos participantes, confirmando o potencial transformador da relação terapêutica na proposta clínica da *abordagem centrada na pessoa*.

Os elementos estruturantes das vivências dos participantes evidenciaram um percurso experiencial que se inicia quando o cliente se sente legitimado pelo psicoterapeuta e percebe que existe e tem valor. Esse movimento faz com que o cliente tome consciência de si mesmo. Em seguida, há uma percepção de seu potencial para exercer a própria autonomia; que pode ser dono de si e conduzir seu próprio caminho, sem precisar que outra pessoa interfira ou aponte caminhos a seguir. Abrem-se possibilidades para que se aproprie de sua vida. O próximo movimento é um dar-se conta de que há uma parceria na relação com o psicoterapeuta, um trabalho em conjunto que é desenvolvido em benefício do cliente. Por fim, abrem-se possibilidades de que os progressos obtidos no processo terapêutico sejam expandidos para a vida como uma totalidade, estendendo-se ao cotidiano e para todas as demais relações. Esses elementos estruturantes, portanto, iniciam-se a partir do *eu* e vão em direção ao outro, primeiro o psicoterapeuta, depois as demais pessoas.

Dentre as limitações deste estudo, destaca-se o fato de ter tido como foco a experiência de clientes apenas sob a perspectiva da ACP. Sugerem-se novos estudos que contemplem as experiências subjetivas e as relações interpessoais promotoras de crescimento psicológico em outras perspectivas teóricas e outras modalidades de atenção psicológica clínica. Espera-se que esse modo de pesquisar, entrelaçando a pessoalidade à função de pesquisador, possa ser inspirador para aqueles que comungam nosso interesse por compreender melhor o surpreendente campo da psicoterapia centrada nas pessoas e não em técnicas. Assim, o método fenomenológico numa perspectiva dialógica tem possibilitado desenvolver criativamente estratégias para nos aproximarmos do acontecer clínico, objetivando contribuir com novos conhecimentos à área da psicologia clínica. Eticamente, estamos comprometidos com a missão de contribuir com novos conhecimentos para aprimorar os processos psicoterapêuticos que possam fortalecer a autonomia pessoal e os potenciais de crescimento psicológico de clientes que buscam uma alternativa para sobreviverem a um momento histórico tão turbulento marcado por sofrimentos e incertezas.

Referências

- Ales-Bello, A. (2004). *Fenomenologia e ciências humanas: Psicologia, história e religião*. EDUSC.
- Ales-Bello, A. (2015). *Pessoa e comunidade comentários: Psicologia e ciências do espírito de Edith Stein*. Artesã.
- Amatuzzi, M. M. (2009). Psicologia fenomenológica: Uma aproximação teórica humanista. *Estudos de Psicologia*, 26(1), 93-100. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2009000100010>
- Benjamin, W. (1994). *Obras escolhidas. Magia e técnica, arte e política* (3a ed.). Brasiliense.

- Bezerra, M. C. S. & Cury, V. E. (2023). A experiência intersubjetiva na ludoterapia humanista: Uma perspectiva fenomenológica. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 43, e250265. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003250265>
- Bohart, A. C. (2000). The client is the most important common factor: Clients' self-healing capacities and psychotherapy. *Journal of Psychotherapy Integration*, 10(2), 127-149. <https://doi.org/10.1023/A:1009444132104>
- Bohart, A. C., & Tallman, K. (1999). *How clients make therapy work: The process of active self-healing*. American Psychological Association.
- Brisola, E. B. V. & Cury, V. E. (2016). Researcher experience as an instrument of investigation of a phenomenon: An example of heuristic research. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 33(1), 95-105. <https://doi.org/10.1590/1982-027520160001000010>
- Brisola, E. B. V., Cury, V. E. & Davidson, L. (2017). Building comprehensive narratives from dialogical encounters: A path in search of meanings. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 34(4), 467-475. <https://doi.org/10.1590/1982-02752017000400003>
- Brum, E. H. M., Frizzo, G. B., Gomes, A. G., Silva, M. R., Souza, D. D. & Piccinini, C. A. (2012). Evolução dos modelos de pesquisa em psicoterapia. *Estudos de Psicologia*, 29(2), 259-269. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2012000200012>
- Cook, D. & Monk, L. (2020). 'Being able to take that mask off': Adolescent clients' experiences of power in person-centered therapy relationships. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies*, 19(2), 95-111. <https://doi.org/10.1080/14779757.2020.1717982>
- Correia, K. C. R., & Moreira, V. (2016). A experiência vivida por psicoterapeutas e clientes em psicoterapia de grupo na clínica humanista-fenomenológica: Uma pesquisa fenomenológica. *Psicologia USP*, 27(3), 531-541. <https://doi.org/10.1590/0103-656420140052>
- Cury, V. E. (1993). *Abordagem centrada na pessoa: Um estudo sobre as implicações dos trabalhos com grupos intensivos para a Terapia Centrada no Cliente*. Tese de Doutorado, Faculdade de Ciências Médicas, UNICAMP. <https://doi.org/10.47749/T/UNICAMP.1993.71838>
- Cury, V. E. (2021). Intervenções psicológicas e processos intersubjetivos: Pesquisas em psicologia clínica sob uma perspectiva humanista e fenomenológica. In E. Dutra & V. E. Cury (Orgs.), *Pesquisas fenomenológicas em psicologia* (pp. 93-107). Editora CRV.
- Davidson, L. (2003). *Living outside mental illness: Qualitative studies of recovery in schizophrenia*. New York University Press.
- Fadda, G. M. (2020). *A experiência vivida por pessoas diagnosticadas como autistas, a partir de encontros dialógicos*. Tese de Doutorado, Psicologia, Pontifícia Universidade Católica de Campinas. https://repositorio.sis.puc-campinas.edu.br/bitstream/handle/123456789/15743/ccv_ppgpsico_dr_Gisella_MF.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Fadda, G. M., & Cury, V. E. (2021). O fenômeno da intersubjetividade na relação psicoterapêutica. *Revista Subjetividades*, 21(Esp 1), e9445. <https://doi.org/10.5020/23590777.rs.v21iEsp1.e9445>
- Fernandes, C. I. G. B. R. (2012). *O desenvolvimento da colaboração terapêutica num caso de sucesso seguido em Terapia Centrada no Cliente*. Dissertação de Mestrado, Psicologia, Universidade do Minho. <https://hdl.handle.net/1822/23101>
- Florêncio, J. F. B. (2014). *A perspectiva do paciente sobre processos e mecanismos de mudança em psicoterapia, em contexto naturalístico*. Dissertação de Mestrado, Psicologia, Universidade de Lisboa. https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/18140/1/ulfpic047197_tm.pdf
- Guimarães, A. C. B. & Mahfoud, M. (2013). Tornar-se si mesmo: Elaboraões a partir de Luigi Giussani e Edith Stein. In M. Mahfoud & M. Massimi (Orgs.), *Edith Stein e a psicologia: Teoria e pesquisa* (pp. 195-216). Artesã.

- Husserl, E. (2006). *Ideias para uma fenomenologia pura e para uma filosofia fenomenológica: Introdução geral à fenomenologia pura*. Ideias & Letras. (Originalmente publicado em 1913).
- Husserl, E. (2020). *A ideia da fenomenologia: Cinco lições*. Editora Vozes. (Originalmente publicado em 1907).
- 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://doi.org/10.1590/1982-3703001552014>
- Mahfoud, M., & Massimi, M. (2008). A pessoa como sujeito da experiência: Contribuições da fenomenologia. *Memorandum: Memória e História em Psicologia*, 14, 52–61. <https://periodicos.ufmg.br/index.php/memorandum/article/view/6692>
- Moreira, V. (2010). Revisitando as fases da abordagem centrada na pessoa. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 27(4), 537–544. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2010000400011>
- Murphy, D. & Cramer, D. (2014). Mutuality of Rogers's therapeutic conditions and treatment progress in the first three psychotherapy sessions. *Psychotherapy Research*, 24(6), 651–661. <https://doi.org/10.1080/10503307.2013.874051>
- O' Hara, M. M. (1983). A consciência do terapeuta. In C. Rogers, J. K. Wood, M. M. O' Hara & A. H. L. Fonseca (Orgs.), *Em busca de vida: Da terapia centrada no cliente à abordagem centrada na pessoa* (pp. 97-102). Summus.
- Oliveira, A. E. G. & Cury, V. E. (2020). A experiência de pacientes assistidos por um serviço de atenção domiciliar (SAD). *Psicologia em Estudo*, 25, e44108. <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v25i0.44108>
- Pagès, M. (1976). *Orientação não diretiva em psicoterapia e em psicologia social*. Editora da Universidade de São Paulo.
- Rogers, C. R. (1982). *Tornar-se pessoa*. Martins Fontes. (Originalmente publicado em 1961).
- Rogers, C. R. (1983). *Um jeito de ser*. EPU. (Originalmente publicado em 1980).
- Rogers, C. R. (1986) *Sobre o poder pessoal* (2ª ed.). Martins Fontes. (Originalmente publicado em 1977).
- Rogers, C. R. (1992). *Terapia centrada no cliente*. Martins Fontes. (Originalmente publicado em 1951).
- Rogers, C. R. & Stevens, B. (1976). *De pessoa para pessoa: O problema de ser humano*. Pioneira. (Originalmente publicado em 1967).
- Shlien, J. M. (1976). O estudo da esquizofrenia pela terapia centralizada no cliente: Primeira aproximação. In C. R. Rogers & B. Stevens (Orgs.), *De pessoa para pessoa: O problema de ser humano* (pp. 173-190). Pioneira.
- Souza, D. (2006). Investigação em psicoterapia: Contexto, questões e controvérsias - Possíveis contributos da perspectiva fenomenológico existencial. *Análise Psicológica*, 3(24), 373–382. <https://doi.org/10.14417/ap.177>
- Stein, E. (1999). Il castello interiore. In E. Stein, *Natura, persona, mistica: Per una ricerca cristiana della verità* (2ª ed., pp. 115-147). Città Nuova. (Originalmente publicado em 1932-3).
- Stein, E. (2013). *La struttura della persona umana: Corso di antropologia filosofica*. Città Nuova. (Originalmente publicado em 1932-3)
- Suzuki, J. Y. (2018). *A qualitative investigation of psychotherapy clients' perceptions of positive regard*. Tese de Doutorado, Columbia University. <https://www.proquest.com/openview/48eb3de686b5bda2a36f32cd1c5a4d3e/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750>
- Telles, T. C. B., Boris, G. D. J. B., & Moreira, V. (2014). O conceito de tendência atualizante na prática clínica contemporânea de psicoterapeutas humanistas. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 20(1), 13–20. <https://doi.org/10.18065/RAG.2014v20n1.2>

Trancas, B. V., Melo, J. C., & Santos, N. B. (2008). O pássaro de Dodó e os factores comuns em psicoterapia. *Revista do Serviço de Psiquiatria do Hospital Fernando Fonseca*, 4(2), 75–87. <https://doi.org/10.25752/psi.4087>

Wampold, B. E. (2015). How important are the common factors in psychotherapy? An update. *World Psychiatry*, 14(3), 270–277. <https://doi.org/10.1002/wps.20238>

Como Citar:

Moura, T. B., & Cury, V. E. (2024). Experiências vividas de clientes na abordagem centrada na pessoa: Um estudo fenomenológico. *Revista Subjetividades*, 24(1), e13543. <https://doi.org/10.5020/23590777.rs.v24i1.e13607>

Endereço para correspondência

Tiago Bastos de Moura
E-mail: tiagobastospsicologia@gmail.com

Vera Engler Cury
E-mail: vency2985@gmail.com



Recebido: 15/03/2022

Revisado: 15/05/2023

Aceito: 15/05/2023

Publicado: 20/04/2024