LUTO E A ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA: O PAPEL DO TERAPEUTA COMO FACILITADOR DA REORGANIZAÇÃO DO *SELF*

Felipe de Oliveira Frederico
Discente de Psicologia – Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG)
felipefrederico00@gmail.com

Paulo Ricardo B. M. Florio
Discente de Psicologia – Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG)
pauloboldorini33@gmail.com

Rafael Rodrigues da Costa Bedin
Discente de Psicologia – Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG)
rafaelrcb10@gmail.com

Profª Ms. Juliana Batista Fitaroni
Supervisora do Estágio Específico I e II – Políticas de Saúde
juliana.fitaroni@univag.edu.br

Profª Aline Mercedes Fonseca Ramminger
Supervisora de Campo e Coordenadora Clínica do Serviço Integrado de Psicologia
aline.ramminger@univag.edu.br

A Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) compreende o luto não como um fenômeno patológico, mas como um processo natural e singular de reorganização diante da perda. Nessa perspectiva, o enlutado é visto como alguém que busca se integrar à nova realidade. Considerando que essa vivência é subjetiva, cabe ao terapeuta atuar como facilitador, oferecendo um ambiente seguro e acolhedor que permita ao cliente tomar consciência de seus sentimentos e significações (Haugh, 2012, citado em Santos; Rocha, 2021). Fundamental a essa prática é o conceito de tendência atualizante (Rogers, 1992), a força intrínseca que impulsiona o organismo ao desenvolvimento frente às suas necessidades. No contexto do luto, a ACP reconhece que o *self*, ou o autoconceito, é constituído por valores enraizados e influências culturais que moldam as reações do indivíduo. Portanto, o papel do facilitador consiste em identificar como a perda está sendo simbolizada pelo cliente, respeitando seus valores e necessidades. Ao promover essa compreensão empática, o terapeuta colabora para que o processo de reorganização do autoconceito ocorra de maneira saudável, construtiva e congruente (Rogers; Kinget, 1977).

ISBN: 978-85-88900-14-1

O presente trabalho tem como objetivo analisar e aprofundar a compreensão sobre o processo de luto sob a ótica da ACP, estabelecendo um diálogo crítico entre as teorias de Carl Rogers e a prática clínica do estágio supervisionado. Pretende-se investigar como as condições necessárias e suficientes para a mudança terapêutica — empatia, consideração positiva incondicional e congruência — facilitam a tendência atualizante do cliente diante da perda, observando de que maneira a teoria fundamenta e orienta as intervenções e o manejo clínico durante os atendimentos.

Os dados para fundamentação deste trabalho decorreram da análise detalhada de registros documentais de atendimentos em psicoterapia individual, bem como da literatura sobre ACP. Nesse viés, entende-se o cliente como um elo ativo da relação terapêutica, enquanto o terapeuta facilitador representa amparo à crença nas formas naturais do indivíduo de sentir, refletir e percorrer sua própria jornada (Pinto, 2010). Esse entendimento orienta uma postura que facilite a autodireção do indivíduo em prol de saídas mais saudáveis para lidar com as incongruências do *self* provenientes do luto.

Parte desse processo exige a criação de um *setting* terapêutico capaz de fomentar as tendências de crescimento e atualização, algo que se constrói sob condições em que o cliente se sente aceito em suas crenças e valores e compreendido em suas vivências (Tambara e Freire, 1999). A estruturação desse modelo de relação não-diretiva se consolida também por atitudes não-verbais, estimulando a autonomia do cliente durante as sessões. Nesse contexto, as atitudes facilitadoras se apresentam como ferramentas que promovem um espaço de escuta acolhedor, permitindo que o cliente organize sua experiência em relação à perda.

A análise dos atendimentos mostrou que as incongruências do *self* estão intimamente relacionadas a valores enraizados e influências culturais, podendo resultar em decisões distintas daquelas idealizadas pelo próprio cliente na busca por atualização. Observou-se que a morte de um ente querido frequentemente se acompanha de expectativas e responsabilidades direcionadas à pessoa enlutada, e que experiências antes prazerosas podem passar a ser evitadas, desorganizando vivências e relações. Em crianças, esse efeito se evidencia ainda mais, dada a menor compreensão sobre o luto, sendo a mudança repentina na rotina capaz de potencializar a desorganização do *self*, que precisará ser

ISBN: 978-85-88900-14-1

posteriormente ressignificada e reorganizada.

Acompanhar o movimento do enlutado implica uma postura aberta à experiência, sensível e comprometida com o cliente, confiando em sua tendência atualizante e em sua autonomia (Tambara e Freire, 1999). Um *setting* terapêutico não-diretivo e isento de julgamentos possibilita que o cliente explore seu luto de forma autônoma, sentindo-se acompanhado e compreendido.

Observa-se que o luto não se origina necessariamente da morte; perdas como divórcios também representam reorganizações significativas do *self.* Assim, compreender o luto como processo natural e singular permite que o terapeuta assuma o papel de facilitador, criando um ambiente seguro que incentive a tendência atualizante do cliente, promovendo a reorganização do *self* de forma construtiva e congruente com suas necessidades.

Durante a experiência prática do estágio clínico de Psicologia, foi possível compreender como o acolhimento e as atitudes facilitadoras podem, por si só, ser instrumentos de promoção do crescimento psicológico, permitindo que o cliente se sinta seguro para explorar a dor da perda. Durante os atendimentos, a postura de consideração positiva incondicional favoreceu a formação de vínculos. Uma das dificuldades experienciadas foi manejar a própria urgência em oferecer alívio imediato, estimulando a tendência atualizante do cliente para que ele busque novos sentidos e reorganize suas experiências com o *self*. Essa vivência evidenciou que o processo terapêutico não se restringe a intervenções técnicas, mas se constrói a partir da presença, da escuta e do respeito à singularidade de cada cliente, permitindo que o desenvolvimento psicológico ocorra de forma autêntica, gradual e alinhada com suas necessidades e valores.

Palavras-chave: Luto; Carl Rogers; Psicoterapia.

ISBN: 978-85-88900-14-1

REFERÊNCIAS

PINTO, M. A. S A Abordagem Centrada na Pessoa e seus princípios. In: CARRENHO, E., TASSINARI, M., PINTO, M. A. S. **Praticando a Abordagem Centrada na Pessoa**: dúvidas e perguntas mais frequentes. Carrenho Editorial: São Paulo, 2010.

ROGERS, C. R. **Terapia centrada no cliente.** Martins Fontes, 1992. ROGERS, C. R.; KINGET, G. M. **Psicoterapia e relações humanas**. vol. 2: Teoria e prática da terapia não-diretiva. Interlivros, 1977.

SANTOS, G. S.; ROCHA, M. Elaboração do luto no processo terapêutico centrado na pessoa: Estudo de caso. **Revista de Abordagem Gestáltica**, Goiânia, v. 27, n. 1, 2021. TAMBARA, N.; FREIRE, E. (orgs.). **Terapia centrada no cliente**: teoria e prática: um caminho sem volta. Porto Alegre: Delphos, 1999.

ISBN: 978-85-88900-14-1