



Os primeiros passos no processo de tornar-se psicoterapeuta sob o referencial da Abordagem Centrada na Pessoa^a

*Vera Lucia Pereira Alves**
*Daniela Dantas Lima***

* Psicóloga, doutora em Educação pela Unicamp e coordenadora do Espaço de Estudos e Pesquisas na Abordagem Centrada na Pessoa Dr. John Keith Wood.

** Psicóloga, doutoranda em Ciências Médicas do Departamento de Psicologia Médica e Psiquiatria da Universidade Estadual de Campinas - Unicamp.

Instituição Espaço de Estudos e Pesquisas na Abordagem Centrada na Pessoa Dr. John Keith Wood.

Resumo

O processo de tornar-se psicoterapeuta, segundo os princípios da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), não é algo que ocorra com a aprendizagem da graduação, demanda muito mais prática do que a oferecida durante este curso; é nas clínicas escola que o estudante começa a trilhar seu caminho. O presente trabalho teve como objetivo compreender como se dava o processo de tornar-se psicoterapeuta de alunos do último ano de um curso de psicologia, em uma universidade privada do estado de São Paulo, Brasil, descrevendo parte de sua experiência e seus significados, reconhecendo os sentimentos vivenciados ao longo do processo. O material de estudo foi o registro escrito do sentido de cada uma das sessões realizadas, nomeado por Versões de Sentido (VS). Os textos das VS foram analisados em acordo aos princípios da metodologia fenomenológica. Observou-se que o momento vivido por esses estudantes compreendia quatro fases distintas: angústia, compreensão, retrocesso e separação, sendo cada uma delas repleta de especificidades, e foi fomentado o questionamento de se estas seriam “fases de um psicoterapeuta iniciante” ou “fases com um cliente iniciante”.

^a Partes deste trabalho foram apresentadas no I Encontro de Psicologia Humanista do Interior Paulista em 16/04/99 e no III Fórum Brasileiro da ACP - 10 a 16/10/99.

Palavras-chave: Psicoterapia, Ensino, Prática (Psicologia), Humanismo, Aprendizagem.

Introdução

A atividade de psicoterapia é realizada no Brasil principalmente pelos profissionais de psicologia e medicina. Para os primeiros, o Conselho Federal de Psicologia¹, – autarquia pública que orienta, fiscaliza e disciplina a profissão de psicólogo – especificou e qualificou, somente em 2000², a psicoterapia como prática profissional. Contudo, essa atividade tem sido ensinada nos cursos de graduação em psicologia e nos de especialização e formação para os já graduados mesmo antes dessa resolução.

Os cursos de psicologia contemplavam até a primeira metade da década de 1990, o ensino da atividade de psicoterapia e dos atendimentos clínicos, notadamente, apenas em acordo aos referenciais psicanalítico e comportamental. Desde 1992, com o movimento iniciado pelo Conselho Federal e Conselhos Regionais de Psicologia para a abertura aos sistemas teóricos ausentes até então, das salas de aula³, que resultou na Carta de Serra Negra⁴ e mais especificamente em 1999 com o lançamento de novas propostas para as diretrizes curriculares, evidenciou-se uma mudança de direcionamento. As “três forças” de psicologia passaram a ser igualmente transmitidas nas instituições de ensino superior, priorizando a importância da diversidade teórica e metodológica nos estudos dos fenômenos psicológicos⁵.

A partir destas novas diretrizes, muitos cursos de psicologia começaram a implantar em seus currículos a disciplina de Psicologia Humanista – a terceira força em psicologia³. Via de regra, essa teoria passou a ser ensinada entre os primeiros quatro anos de curso, anteriores à prática clínica exercida no quarto ou quinto e último ano do curso, quando os alunos iniciam a atividade de atendimento, baseando-se nos princípios aprendidos teoricamente. As diferentes escolas a ela pertencentes têm sido apresentadas, tais como Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), Gestalt-terapia, Psicodrama, entre outras. E é em acordo com os princípios de algumas destas escolas que ocorrem as diferentes práticas clínicas do aluno (entre elas a psicoterapia) bem como a supervisão no penúltimo ou último ano do curso³.

A Abordagem Centrada na Pessoa foi instituída pelo psicólogo norte-americano Carl Rogers, tendo sua origem reportada ao início da década de 1940 e partindo de pressupostos contrários aos das abordagens teóricas psicológicas vigentes até então. Ela estabelece a concepção de pessoa como unidade indivisível, que incorpora tudo que a cerca e possui recursos pró-

prios internos para seu desenvolvimento⁶. Dentre seus principais conceitos, alguns se fazem essenciais para a compreensão de sua teoria da personalidade e conseqüente sentido de seu processo terapêutico. Denomina-se *organismo* a totalidade do indivíduo compreendida pela unidade biopsicossocial; *self* e *experiência*, sendo *self* a imagem ou ideia que o indivíduo tem de si, como retrata sua identidade e *experiência*, o momento de contato imediato com qualquer tipo de fenômeno e os sentimentos despertados nesta vivência, antes mesmo de se tornarem conscientes (representados, simbolizados)^{7,8}. A *tendência atualizante*, interna ao desenvolvimento, é central na teoria e diz respeito à tendência inerente que move todos os organismos vivos, inclusive os seres humanos, em direção à totalidade, à realização de suas potencialidades, de maneira a favorecer sua conservação e enriquecimento^{7,9}.

A mobilização que faz o indivíduo procurar a ajuda de um psicoterapeuta é invariavelmente ocasionada pelo estado de incongruência em que se encontra, onde *self* e *experiência* estão em desarmonia. Em suas primeiras relações, em que, com frequência, é condicionalmente avaliado, o indivíduo aprende que nem tudo que é sentido pode ser expresso, o que o faz agir e reagir em determinados momentos em desacordo ao que experimenta⁷. O comportamento neurótico é, por exemplo, uma manifestação desse estado de incongruência¹⁰. Para que um indivíduo funcione de maneira plena, é necessário que haja capacidade de atualizar-se de modo amplo e completo e que seu *self* esteja em harmonia com sua *experiência*, e é isso que se espera que um processo de psicoterapia reconstitua.

O objetivo da psicoterapia nessa abordagem é, assim, criar um ambiente no qual exista um clima favorável ao desenvolvimento do potencial de crescimento interno do indivíduo, o que depende das atitudes do terapeuta em relação ao cliente. Tais atitudes, a saber, *congruência*, *compreensão empática* e *aceitação positiva incondicional*, devem, em conjunto, primar pelo estabelecimento de uma atmosfera onde não haja tensões ameaçadoras ao *self* do cliente e ele possa expressar-se de forma livre, facilitando a exploração de áreas de sua *experiência* que são inaceitáveis à noção tida de si mesmo^{11,12}. É deste modo que o estado de acordo entre *experiência* e *self* passa a ser estabelecido e o cliente passa a funcionar de maneira autêntica, congruente.

Notadamente, tornar-se psicoterapeuta nesta abordagem não é algo que ocorra simplesmente com a aprendizagem da graduação, demanda muito mais prática do que a oferecida nesses cursos, que, por vezes, é realizada em um único ano, atendendo um único cliente. Mas esta é a primeira vez que alunos de psicologia podem desenvolver um trabalho clínico, processual. E é aqui que se entende que ele começa a trilhar o caminho de se tornar um psicoterapeuta.

O presente trabalho foi fruto de um dos momentos de transição curricular da graduação em psicologia que passou então a incluir a ACP como disciplina teórica bem como uma opção de estágio em psicologia clínica, além da consequente supervisão neste referencial. O objetivo foi compreender como se dava o processo de tornar-se psicoterapeuta desses alunos, des-crevendo parte de sua experiência e seus significados, reconhecendo os sentimentos vivenciados ao longo do processo.

Método

O contexto de aprendizagem

Durante a graduação, os alunos realizam atendimentos nas próprias clínicas das universidades. Crianças, adultos e adolescentes são atendidos nesses espaços, em grupo ou individualmente, os atendimentos sendo supervisionados por professores designados para a tarefa, normalmente em aulas semanais com grupos de alunos. A dinâmica da supervisão varia em acordo ao referencial teórico do professor, às condições da universidade e às escolhas dos alunos. Os atendimentos realizados são relatados pelos alunos e são feitos apontamentos pelos colegas e correções pelo supervisor acerca da conduta do aluno/psicoterapeuta e também acerca da compreensão do funcionamento emocional do cliente.

Os dados apresentados aqui foram produzidos por oito alunos do quinto ano do curso de psicologia de uma universidade privada do estado de São Paulo, Brasil. Alunos que, nas séries iniciais do curso, tinham conhecido os referenciais psicanalítico e comportamental e que ao chegar ao quinto ano puderam, com um novo currículo, aprender a teoria da Psicologia Humanista e iniciar a aprendizagem prática da atividade psicoterápica embaçados nela.

Face à mudança curricular apontada, as primeiras aulas de supervisão – anterior ao início do atendimento dos clientes – centraram-se em amplas discussões sobre a forma de atendimento, contrato e outras questões específicas relacionadas a esse contexto. Os conhecimentos e as posturas que tinham e a postura que faria parte de um atendimento sob o referencial da ACP foram amplamente debatidos. As informações sobre a teoria e a prática desta abordagem recém haviam sido descobertas por eles, pois os conceitos eram ministrados em uma disciplina de três horas/aula semanais em paralelo à supervisão.

Desta preparação inicial em supervisão, ressaltou-se uma grande diferença entre o que os alunos haviam feito em atendimentos anteriores e o que seria solicitado neste novo estágio de psicologia clínica: eles haviam se volta-

do muito mais para uma compreensão do caso, o funcionamento do cliente, do que para o estabelecimento de uma relação com o mesmo, como seria necessário a partir desse momento. A experiência de atendimento destes alunos, à época, resumia-se à realização de triagens, executadas em sua maioria em apenas uma sessão com o mesmo cliente e ao atendimento em grupo no quarto ano, com coterapeuta (um colega de turma), segundo um referencial psicanalítico. Todavia, para o quinto ano, estes alunos fizeram a opção pelo atendimento e supervisão dentro de um referencial Humanista, a ACP, para “conhecê-lo”, como diziam.

O material do estudo

Neste estudo foi utilizado um instrumento de pesquisa fenomenológica, nomeado Versões de Sentido (VS)^{13,14}. Este não foi inserido, a princípio, como instrumento de pesquisa, mas como mais uma forma de registro das sessões conduzidas pelos alunos. A VS teve seu nascimento dentro de um grupo de psicólogos, que, ao estudar seus atendimentos, deparou-se com o fato de que os relatórios de sessão não mais lhes faziam sentido como forma de estudo e que ao se questionarem sobre o que então lhes faria sentido escrever, concluíram que seria aquilo que lhes viesse à mente logo após a saída do cliente, como algo expressivo da experiência imediata¹³.

A descrição desta experiência pode ser entendida aqui como o caminho para a articulação entre a teoria e a prática da psicoterapia na supervisão¹⁵. A partir do entendimento de que a essência encontra-se na existência¹⁶, o objetivo da descrição é o retorno às coisas mesmas, ponto de partida do processo de dar-se conta e responsabilizar-se existencialmente¹⁷.

Deste modo, o significado das VS para as práticas da ACP está relacionado a uma das condições para a mudança terapêutica da personalidade, já citada na introdução deste trabalho, sugeridas por Rogers¹²: a congruência, ou autenticidade, do terapeuta em sua relação com o cliente. É importante, neste caso, que o terapeuta esteja sendo ele mesmo na relação, com sua experiência precisamente representada em seu *self*. Para os princípios da ACP, a expressão de sentimentos em si já apresenta potencial de cura: para o cliente, que utiliza o *setting* terapêutico com esta finalidade; e também para o terapeuta, que, não negando à consciência os sentimentos realmente despertados na relação, é capaz de exercer seu potencial profissional com maior eficácia. A importância da expressão do que é sentido pelo psicoterapeuta não é necessariamente comunicada ao seu cliente, mas seu registro pode ser utilizado como precioso material a ser trabalhado nas supervisões ou como objeto de pesquisa.

As VS que se constituem, portanto, em um relato livre e espontâneo, expressivo da experiência imediata vivenciada, foram redigidas pelos alunos,

depois lidas e discutidas na supervisão. Eles as escreviam às vezes remetendo-se a si e à relação com o cliente, e às vezes remetendo-se ao cliente, “para a compreensão do caso” (em acordo com a diferença já apontada). Ao final de cada um dos dois semestres, eles entregaram as redações de todas suas VS, que, ao serem lidas no seu conjunto, revelaram-se um interessante material de estudo acerca da aprendizagem da prática psicoterápica. Com o consentimento de todos, passaram então a constituir o material deste estudo^b.

O procedimento de análise

A análise dos textos de cada uma das VS foi realizada de acordo com os passos de análise fenomenológica sugeridos tanto pelo criador do instrumento^{13,14,18} como por autores que trabalham com análise de depoimentos¹⁹.

1. As VS foram agrupadas por aluno, na sequência em que foram escritas, isto é, da primeira à última sessão.
2. Foram lidas todas as VS de cada aluno para a captação da vivência global do processo vivido pelo aluno em questão, na relação com seu cliente.
3. Ao lado do texto de cada VS foram anotados os significados compreendidos a partir do que foi expresso pelo aluno.
4. Foi realizada a leitura desses significados (3º passo), buscando-se compreender qual o processo vivido por este aluno com seu cliente.

Os passos de 1 a 4 foram repetidos com as VS dos oito alunos e de posse da compreensão dos processos de todos procedeu-se a:

5. Descrição de quatro fases que foram compreendidas como constituintes do processo de se tornar psicoterapeuta destes alunos.

Resultados

As VS de cada um dos alunos registraram um processo com sequência de início, meio e fim. A percepção do mesmo foi mais clara nas VS cujos textos expressavam mais significados do aluno e da sua relação com o cliente do que naquelas que expressavam o “caso”, embora também se pudesse perceber nestas o processo vivido. Quatro fases são aqui apontadas, acompanhadas de trechos das VS (identificados por VS seguido do número da sessão a

^b A autorização de cada um foi firmada por escrito e devidamente assinada.

que pertencem, e a letra T seguida do número que indica de qual terapeuta é a VS) a fim de que possam ilustrar a compreensão do processo vivido pelos alunos nesta atividade de primeiro atendimento psicoterápico.

PRIMEIRA FASE – Esta é uma fase de **angústia** para o psicoterapeuta em que se presentificam os sentimentos de impotência frente à queixa, à solicitação do cliente: *Senti-me impotente. Ela me transmite ao mesmo tempo muito ódio, e muito sofrimento... Enquanto ela falava, eu pensava: o que eu poderei fazer por ela?* (VS1/T1). Além do sentimento de confusão e da esperança de que a mesma fosse resolvida durante a supervisão: *Ao final desta sessão estou me sentindo totalmente confusa, não consegui nem fazer o contrato com a cliente. Não tenho nem palavras, só que estou muito assustada, espero que na supervisão eu possa ser consolada, que eu tenha uma direção a seguir* (VS1/T2).

Angústia e ansiedade se misturam à autopercepção de uma disponibilidade para estar com o cliente, apesar de certo receio frente a ele: [...] *Senti uma angústia com a sua história e uma necessidade de poder ajudá-lo* (VS1/T3) e *Estou muito ansiosa e o atraso de meu cliente me deixa mais ansiosa e inquieta. Apesar da ansiedade estou apostando muito neste caso* (VS1/T8).

SEGUNDA FASE – É uma fase de construção da **compreensão** do psicoterapeuta em que se faz presente um sentimento de alívio pelo entendimento obtido: *Percebo um caminho de compreensão que me alivia, sinto a dificuldade do cliente, mas não me sinto incapaz; pelo contrário, isto me motiva a ajudá-lo* (VS6/T3) e *Sinto-me inteiramente aliviada em ser capaz de compreender o que o cliente trouxe e o significado que isto tem em sua vida* (VS8/T3). O alívio provoca no psicoterapeuta um bem-estar, tornando-o mais disponível: *Estava muito disposta nesta sessão, compreendendo o cliente, o que me fez sentir bem* (VS7/T3).

Pela tranquilidade e bem-estar alcançados é possível a este psicoterapeuta que “receba” ou aprenda algo com seu cliente: [...] *Um sentimento que me fez refletir, que todos nós temos as nossas próprias respostas e que muitas vezes precisamos de alguém (terapeuta) para percebê-las* (VS2/T4 – 2º cliente).

O respeito pelo cliente também parece aumentar como fruto desta mesma tranquilidade e disponibilidade: *Senti-me muito bem com a sessão de hoje, pelo simples fato de saber que é difícil falar, mas que ele quer conseguir* (VS4/T6). E o papel do psicoterapeuta também se mostra mais claro, sendo menos difícil ao aluno ser um facilitador: *Me senti muito tranquila durante a sessão, podendo escutar a cliente* (VS4/T7) e *Apesar de estar difícil, me sinto bem com o caso, será um desafio muito interessante...* (VS3/T2)

TERCEIRA FASE – Esta é uma fase em que o psicoterapeuta tem a sensação de **retrocesso**. O psicoterapeuta parece decepcionado que o cliente não “evolua linearmente” e vários sentimentos a cada um dos obstáculos vividos se fazem presentes. Diante das faltas do cliente, há um entristecimento do psicoterapeuta: *Fiquei muito triste, pois o paciente não veio, queria muito atendê-lo e saber como está e como passou sem as sessões* (VS7/T8), surge na sequência o medo de que o cliente interrompa o processo: *Espero não ser abandonada novamente, agora que estava ficando legal* (VS7/T1).

Os sentimentos de confusão e angústia voltam a assolar o psicoterapeuta face ao receio de que o cliente “regrida ao invés de progredir” e de que o retrocesso seja dos dois: *No início da sessão estava me sentindo muito bem. Depois que a cliente começou a falar, me senti confusa, pois tinha achado que progredimos na sessão anterior [...] nessa sessão ela trouxe a queixa inicial, e isso me fez pensar que ao invés de progredir, regredimos* (VS3/T7).

Faz-se imperativo neste momento um desejo em compreender o cliente: *O cliente não está bem e isso me preocupa, queria poder entendê-lo melhor neste momento* (VS12/T3) e *Estou angustiada não sei o que dizer ao cliente e sinto que ele me pede algo* (VS13/T3) e *Não consegui entender. Hoje [o cliente] manteve-se muito calado, já fazia muito tempo que isso não ocorria...* (VS8/T6). Desejo este seguido de novo receio: a avaliação do cliente quanto à sua capacidade em ajudá-lo: [...] *Senti-me também cobrada, quanto a minha competência...* (VS4/T1) e *Hoje a sessão me deixou cansada, mas preocupada, pois senti que tinha muito que falar, mas não conseguia* (VS10/T6).

QUARTA FASE – É a fase da **separação**. Há, no caso dos psicoterapeutas/alunos, o desligamento iminente. O final do processo de ambos é dado pelo término do curso. Há um sentimento de felicidade, alegria por se constatarem melhoras, pelo crescimento do cliente: *Me senti muito tranquila e segura. A cliente não consegue me tirar o equilíbrio, consegui compreender e respeitar seus sentimentos sem perder a tranquilidade* (VS5/T7). Há também a tristeza pela separação que se faz acompanhar da constatação de sua própria evolução na aprendizagem: *Nesta sessão me senti tranquila e segura, mas um pouco triste por ser a penúltima* (VS8/T7) e *Estou me sentindo angustiada, não queria despedida, mas consegui ficar bem no decorrer da sessão* (VS9/T7) e *Foi uma sessão de início espontânea, como sempre foi, até que me dei conta, isso foi difícil, fiquei muito emocionada, ao mesmo tempo em que senti minha importância. Vivi minha impotência da separação, ainda estou abalada* (VS20/T3).

O psicoterapeuta também se dá conta daquilo que o cliente conquistou: *Fiquei feliz em ver que ele tomou consciência de certas atitudes suas para fugir das demais pessoas, é um progresso* (VS15/T6) e teme pelo

que lhe aguarda: *Essa sessão me tocou profundamente, fico ansiosa pelas possibilidades que possam estar surgindo sobre a maneira de pensar do cliente (VS16/T3).*

É uma fase marcada pela avaliação do processo com o cliente e do próprio processo de vida: *A cliente está sentindo que vai ficar sozinha, sem a psicóloga, talvez seja por isso que [o tema da] “morte” esteja tão intenso. Eu finalmente senti que fui importante para ela. Ela também foi importante para mim, a separação é mútua, em todos os sentidos eu também vou me separar de todos os colegas, professores, da angústia das provas, das notas, alegrias, tristezas. Vou iniciar um novo momento, em meio à correria não paramos para pensar, pensar nessa separação. Espero que a cliente seja atendida no ano que vem, espero que alguém se interesse por ela (VS18/T2) e marcada pelo crescimento: [...] sei que cumpri minha parte no crescimento dele e ele no meu crescimento profissional. Foi uma grande lição... Hoje entendo muito bem seus silêncios (VS16/T6)*

Discussão

As reações de medo e impotência que permeiam a primeira fase constituem-se num clima de ameaça gerador de angústia, uma vez que apontam para a “incerteza de satisfação no encontro com o desconhecido” (p. 14)²⁰. Estes sentimentos podem, igualmente, estar ligados também à perda de um ideal presente na imaginação do psicoterapeuta, sob a forma de um encontro entre um paciente sofrido que busca ajuda e de um psicólogo que saberá ajudá-lo e acompanhá-lo neste sofrimento²¹ um encontro de sucesso, que então não se confirmaria nessas primeiras sessões, fazendo com que o psicoterapeuta tivesse que se confrontar com a experiência real vivenciada, diferente da imaginada. É um momento em que esse psicoterapeuta desalojado de um lugar seguro e expondo-se agora a frustrações ao mesmo tempo se mostra disponível para o novo²⁰, porque conta com a segurança de uma supervisão (supervisor e colegas).

Simultaneamente, essas reações podem estar ligadas à crença de que a teoria obtida até então seria a habilitação suprema, e de que existiria nele, psicoterapeuta, um saber teórico para ser passado ao cliente, o que, quando acontece, acaba por se concretizar numa fala da teoria para um ainda suposto cliente²¹.

A segunda fase parece caracterizar o desenvolvimento da empatia. Ocorre quando o aluno começa a escutar o cliente, o que lhe possibilita se colocar no lugar dele, “como se fosse” o cliente, como ressaltado por Rogers²². O psicoterapeuta pode então voltar-se ao mundo do cliente. Não que isto

aconteça integralmente, mas é o início, pois há um envolvimento maior do psicoterapeuta com o cliente, de vital importância para seu crescimento, como diz Rogers (p.186)¹⁰: “quanto mais o terapeuta percebe o cliente como uma pessoa, tanto mais o cliente se apreende a si mesmo como uma pessoa e não como um objeto”.

Pode-se aventar aqui a possibilidade de que a compreensão que o psicoterapeuta percebe construir na relação com seu cliente também passe os conhecimentos intelectuais, isto é, talvez seja este um momento de integração dos aspectos teóricos por ele aprendidos no decorrer do curso e agora imbricados numa compreensão vivencial do funcionamento dessa pessoa, vivência única que a atividade psicoterápica propicia²³.

Na terceira fase, marcada pela sensação de retrocesso, ocorre uma quebra da ilusão de um progresso linear. É como se o psicoterapeuta tivesse considerado que, por entender melhor seu cliente (segunda fase), tudo caminharia de modo mais efetivo, e a falta do cliente ou a constatação de que a queixa ainda permanece, não tendo se acabado como em um passe de mágica, é vista pelo psicoterapeuta como um retrocesso. Ele se decepciona ou consigo ou com o cliente ou com ambos. O psicoterapeuta passa da “*crença da total possibilidade à dúvida de qualquer possibilidade*” (p.114)²¹.

O retrocesso percebido aqui pode ser entendido também em relação ao constatado na segunda fase. A aprendizagem foi vista lá como circular: interligando teoria e vivência. Mas, esta aprendizagem ainda muito recente, frente à tristeza, ao medo de perder o cliente, retrocede e retorna assim ao pensamento linear, tão presente nos anos anteriores do curso: a segurança do lugar conhecido que, novamente pela disponibilidade deste psicoterapeuta, cede espaço e o permite caminhar mais um pouco.

A quarta fase é caracterizada não apenas pela **separação** que de fato está ocorrendo entre psicoterapeuta e cliente, mas também pela separação – diferenciação – entre os dois. O mal-estar do cliente não é mais percebido como “falha” do psicoterapeuta, não o deixa mais tão angustiado, “*não lhe tira o equilíbrio*”, embora o mobilize a continuar disponível para o cliente. Há uma percepção de duas pessoas em envolvimento, sendo que elas não são mais indiferenciadas, o que lhes possibilita ver melhoras no cliente que poderiam até ter ocorrido na terceira fase, mas que não eram percebidas pelo psicoterapeuta. Ele mostra ter superado ou minimizado sua insegurança, parece tê-la aceito como o “fator real embora doloroso” (p.13)²³. É nesta fase que o aluno percebe seu trabalho, seu crescimento. Esta vivência o contempla com a experiência de um processo terapêutico como o fluxo experiencial que de fato é¹⁰.

Considerações finais

A primeira fase, de confusão e impotência, recheada dos sentimentos habituais ao enfrentamento de coisas novas na vida cotidiana²⁴, no caso do psicoterapeuta iniciante, parece torná-lo centrado muito mais em sua pessoa, em suas necessidades do que nas do cliente, como se o cliente não existisse ainda para ele como pessoa, só como enigma. Assim, não há, de início, a instalação de uma verdadeira relação terapêutica, fato este que pode levar ao questionamento acerca dos prejuízos que esta reação poderia causar ao processo do cliente. No entanto, é suposto para a atividade de psicoterapeuta em qualquer referencial, e também na ACP, que isto não será prejudicial se for percebido, conscientizado e elaborado pelo psicoterapeuta e, portanto, corrigido, o que, por sua vez, lhe possibilitará tomar consciência de si como pessoa e profissional com seus medos e angústias^{8,23,25}. O que poderá então facilitar-lhe perceber melhor a pessoa do outro, também com medos e angústias²³. Neste estudo, essas reações parecem não ter comprometido a escuta dos psicoterapeutas, pois eles caminharam para as fases seguintes. Tampouco parece ter ocorrido com estes psicoterapeutas a dificuldade de lidar com problemas apresentados por seus clientes que se assemelhassem aos dos próprios terapeutas, algo que é referido no ambiente de formação do psicoterapeuta como merecedor de atenção²³.

O estudo permite ainda outros questionamentos quanto às fases por que passa um psicoterapeuta. Em virtude do tempo de atendimento dos alunos (um ano), a quarta fase marcou também o final do processo. Todavia, em processos mais longos, porventura mais fases se façam presentes. Outras pesquisas poderiam contribuir para uma compreensão mais ampla desta questão, bem como para responder se as fases aqui registradas são exclusivamente de psicoterapeutas iniciantes ou se não seriam fases de todos os psicoterapeutas quando entram em contato com um novo cliente, não sendo, então, “fases de um psicoterapeuta iniciante”, mas sim “fases com um cliente iniciante”.

Por fim, cabe ressaltar ainda a importância dos conhecimentos teóricos e as implicações da própria pessoa do psicoterapeuta para esta atividade. A aprendizagem das teorias de cada um dos três grandes referenciais de psicologia propiciada pela abertura advinda dos movimentos de professores, coordenadores de curso e psicólogos em geral nestes quase cinquenta anos da profissão de psicologia no Brasil, deveria servir aos alunos para algo além da obtenção de mais um instrumento para lidar com os clientes. As teorias ensinadas deveriam possibilitar aos alunos reconhecer sua própria concepção de ser humano e a compreendê-la de acordo com as “cor-

rentes” de psicologia de forma a fazer, posteriormente, uma escolha de referencial teórico a seguir congruente com sua própria concepção de ser humano. O psicoterapeuta e psicólogo construiria, desta forma, seu jeito pessoal de viver esta profissão para a qual se faz necessária, igualmente, a própria psicoterapia, de absoluta importância na construção do tripé formador do psicoterapeuta: conhecimento teórico, manejo da técnica e supervisão e autoconhecimento²⁶. Afinal, ser psicólogo é ter o livre arbítrio sustentado nos próprios sentimentos, na interioridade, é constituir-se como pessoa ao mesmo tempo em que se constitui como profissional: “é uma proposta de estilo de vida, de modos de ser” (p.163)²⁷.

Referências

1. Conselho Federal de Psicologia. Histórico. Acessível em http://www.pol.org.br/pol/cms/pol/sistema_conselhos/historico.html
2. Conselho Federal de Psicologia. Resolução CFP nº 010/2000. Acessível em <http://www.pol.org.br/pol/cms/pol/legislacao/resolucao/>
3. Faria NJ. O ensino da Gestalt-terapia em cursos de graduação em psicologia. Trabalho apresentado no Encontro Nacional de Gestalt-terapia e X Congresso Brasileiro da Abordagem Gestáltica. 2011; set 7-10; São Pedro, SP.
4. Associação Brasileira de Ensino de Psicologia. Formação. Acessível em <http://www.abepsi.org.br/portal/wp-content/uploads/2011/07/1992-cartadeserranegra.pdf>
5. Associação Brasileira de Ensino de Psicologia. Formação. Acessível em <http://www.abepsi.org.br/portal/wp-content/uploads/2011/07/1999-diretrizescurricularesparaoscursosdepsicologia2versao.pdf>
6. Moreira V. Psicoterapia centrada na pessoa e fenomenologia. *Psicologia Teoria e Pesquisa*. 1993; 9(1):157-72.
7. Rogers CR. *Psicoterapia e relações humanas*. Belo Horizonte: Interlivros; 1977. Vol.1.
8. Rogers CR. *Terapia centrada no cliente*. São Paulo: Martins Fontes; 1992.
9. Rogers CR. *Um jeito de ser*. São Paulo: EPU; 1983.
10. Rogers, CR. *Tornar-se Pessoa*. São Paulo: Martins Fontes; 1985.
11. Porto PJL. Tendência atualizante, funcionamento ótimo e filosofia da vontade. Trabalho apresentado no 1º Fórum Brasileiro da ACP; 1996; 28 de abril a 05 de maio; Rio de Janeiro – RJ.

12. Wood JK. Abordagem centrada na pessoa. Vitória: EDUFES; 1997.
13. Amatuzzi MM. et al. O Sentido que faz Sentido: Uma Pesquisa Fenomenológica no Processo Terapêutico. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. 1991;7(1):1-12.
14. Amatuzzi MM. O uso da Versão de Sentido na Formação e Pesquisa em Psicologia. In Carvalho, RM. *Repensando a Formação do Psicólogo: Da Informação à Descoberta*. Coletâneas da ANPEPP; 1996a;1(9):11-24.
15. Moreira V. Supervisión en psicoterapia: un enfoque fenomenológico existencial. *Revista Terapia Psicológica*. 1997;6(4):93-9.
16. Merleau-Ponty M. *Phénoménologie de la perception*. Paris: Gallimard; 1945.
17. Moreira V, Sabóia A, Beco L, Soares S. Psicoterapia fenomenológico-existencial: aspectos de la práctica clínica con base en las competencias. *Psykhé*. 1995;(4):121-9.
18. Amatuzzi MM. Apontamentos Acerca da Pesquisa Fenomenológica. *Estudos de Psicologia, Campinas*. 1996b;13(1):5-10.
19. Forghieri Y C. *Psicologia Fenomenológica. Fundamentos, método e Pesquisas*. São Paulo: Pioneira; 1993.
20. Trigo SN. Características psicológicas do professor de psicologia e a formação de psicólogos [dissertação] São Paulo, Universidade Paulista; 1997.
21. Taralli I. O baile da angústia [Dissertação]. São Paulo, Universidade Paulista; 1997.
22. Rogers CR, Rosemberg R. *A pessoa como centro*. São Paulo: EPU; 1977.
23. Cardoso ER. *A Formação Profissional do Psicoterapeuta*. São Paulo: Summus; 1985.
24. Oliveira MH. Mobilização emocional em supervisionandos de psicoterapia no curso de graduação em Psicologia [dissertação]. São Paulo; Universidade de São Paulo; 1986.
25. Calligaris C. *Cartas a um jovem terapeuta*. Rio de Janeiro: Alegro; 2004.
26. Aguirre AM, et al. A formação da atitude clínica no estagiário de psicologia. *Psicologia USP*. 2000;11(1):49-62
27. Vilela AM. *Formar-se psicólogo: como ser “livre como um pássaro”* [Tese]. São Paulo; Universidade de São Paulo; 1996.

Agradecimentos

Gostaríamos de agradecer ao Prof. Dr. Nilton Julio de Faria pelas generosas informações sobre a precisão dos dados de diferentes diretrizes curriculares nos cursos de psicologia.

Colaboradores

VL Alves foi responsável pela concepção, planejamento, análise de dados e delineamento do artigo. DD Lima foi responsável pelo delineamento e pela revisão crítica do artigo.

Correspondência

Vera Lucia Pereira Alves

Av. Julio Mesquita 536 ap. 32 Cambuí.

Campinas, SP, Brasil - CEP 13025-061

Fones (19) 3029 3520 fax (19) 3368 3520 celular (19) 9611 1370

E-mail: vera@alves.com.br