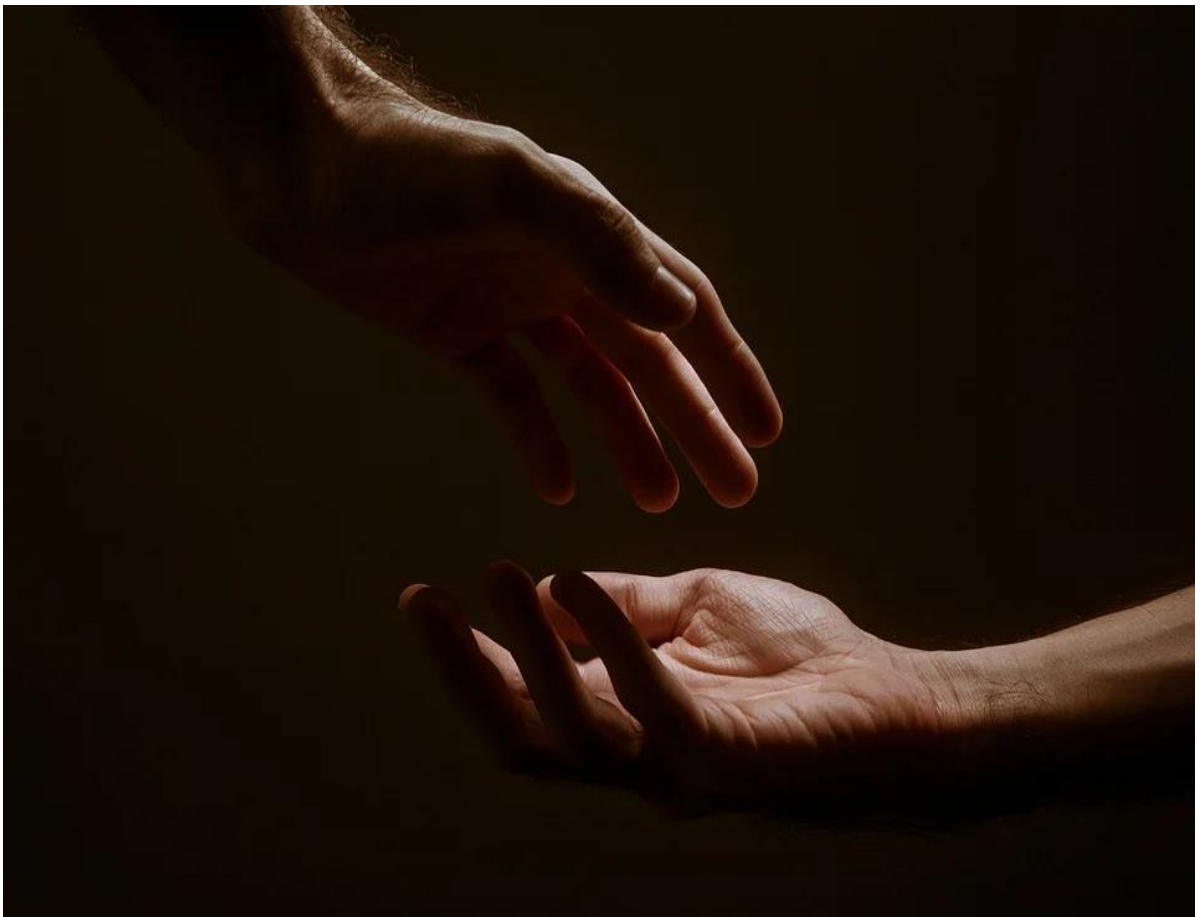


O modelo humanista (Rogers)



Fonte: <https://pixabay.com/pt/photos/m%C3%A3o-m%C3%A3os-ascens%C3%A3o-comunidade-amor-5216581/>



O modelo humanista (ou humanístico) tem como um de seus principais expoentes a figura de Carl Ransom Rogers (1902-1987). A psicologia humanista apresenta uma concepção do ser humano diferente daquela mais fria e fatalista como a proposta pela Psicanálise. E também não se alinha com a visão de uma humanidade automatizada como é a de outra força da psicologia: o Behaviorismo (que estudaremos no próximo tópico).

Ao contrário dessas duas correntes, o humanismo encara os seres humanos de maneira mais positiva. Isto é, esta linha encara a humanidade com esperança e otimismo. E mais: o humanismo parte da perspectiva de que as pessoas possuem potencialidades para a “saúde e o crescimento criativo.” Os obstáculos ao desenvolvimento desse processo derivariam, de acordo com este olhar, das falhas nos relacionamentos com os pais, com os professores, além de outras pressões de ordem social. No entanto, a partir desta ótica, estes efeitos podem ser superados “se o indivíduo aceita assumir a responsabilidade pela própria vida.” (HALL e LINDZEY, 1984, p. 57).

Importa, no início de nossas considerações sobre este modelo, observar ser evidente o tributo devido pela psicologia humanista ao humanismo filosófico, e também ao humanismo histórico.

Partindo-se do prisma filosófico, ser humanista é considerar a humanidade um valor, aliás, o valor supremo. O bem-estar, a dignidade e a capacidade de entendimento dos indivíduos são colocados na mais alta relevância (COMTE-SPONVILLE, 2003, p. 285).

E, sob a perspectiva histórica, o humanismo é a corrente intelectual do Renascimento que se voltou ao estudo da literatura, das humanidades grega e romana e que também despertou uma valorização e colocação do humano em central proeminência, coincidindo, inclusive, com perspectivas da teologia da época¹ (BLACKBURN, 1997, p. 209; COMTE-SPONVILLE, 2003, p. 285).

É proveitoso observar, nessa conjunção, que se a psicologia humanista de Rogers sofreu influências de domínios como os da filosofia e de alguns eventos marcantes da História, ela impulsiona, em contrapartida, muitos ramos da atuação humana. Ou seja, não podemos deixar de enfatizar, usando este exemplo particular, as significativas inspirações e retroalimentações que determinadas áreas do conhecimento operam umas sobre as outras. E no caso de Rogers, como se aplica este princípio?

É possível destacar que se Rogers obteve subsídios da filosofia humanista (que recebia ingerências da teologia da época), passou similarmente, como um

¹ O humanismo renascentista se coadunava com a ideia de que Deus tinha colocado a humanidade na Terra para uma vida de dignidade, bem-estar, prazer e harmonia (BLACKBURN, 1997, p. 209).



humanista de nossos dias, a desempenhar certa influência sobre os estudiosos de Teologia e de Filosofia da contemporaneidade.

Entretanto, há outras áreas sobre as quais existem significativas contribuições: o trabalho de Rogers, na verdade, não se circunscreveu a determinar os rumos da Psicologia; é amplamente reconhecida sua importância para as áreas educacional, da liderança organizacional e militar, do serviço social, da enfermagem e da assistência religiosa, além de apresentar subsídios para a teoria da dinâmica de grupo (ROGERS, 1974, p 30; ROGERS, 1970a apud FADIMAN e FRAGER, 1986, p. 222). Vamos ver em que consiste esta teoria que exerceu todas estas influências?

O campo da experiência

Um princípio básico da teoria de Rogers “é o pressuposto de que as pessoas usam sua experiência para se definir.” Cada pessoa terá um campo de experiência único, um mundo privado que inclui eventos, percepções, sensações, e que podem ou não corresponder à realidade objetiva (FADIMAN e FRAGER, 1986, p. 226).

Interessante um comentário sobre este ponto (ainda que não tenhamos espaço para o aprofundamento deste aspecto neste curso): Rogers sublinha que os

elementos que compõem a experiência (vivências, percepções, sensações) podem ser experimentados como realidades objetivas sendo que, no entanto, estas podem ser impressões equivocadas por se tratarem apenas de experiências próprias da subjetividade daquela pessoa. Isto é, a pessoa pode imaginar estar diante de fatos quando, na verdade, está lidando com elementos meramente subjetivos. Será que isso pode acontecer com todas as pessoas? É possível que isso possa ocorrer até mesmo com você?

O campo de experiência vai envolver tudo o que é vivenciado e que pode ser acessado pelo sujeito.

Esta noção se refere a tudo que se passa no organismo em qualquer momento e que está potencialmente disponível à consciência; em outras palavras, tudo o que é suscetível de ser apreendido pela consciência. A noção de experiência engloba, pois, tanto os acontecimentos de que o indivíduo é consciente quanto os fenômenos de que é inconsciente (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 161).

Nesse ponto é possível dizer que, em certa medida, Rogers foi um dissidente de Freud. Ele aprendeu muito com o “mestre”, mas seu espírito livre, autônomo, se desgarrou e proporcionou outras concepções relativas ao psiquismo, como já esboçado. Sinais da herança psicanalítica são vistos quando Rogers afirma que a experiência pode estar disponível à consciência, ainda que não seja

necessariamente consciente ou plenamente consciente (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 165).

Tendência à autoatualização

Dentre os aspectos principais da teoria da personalidade de Rogers podemos destacar uma *tendência atualizante*. E o que que viria a ser isso?

Esta noção indica que todo organismo “é movido por uma tendência inerente para desenvolver todas as suas potencialidades e para desenvolvê-las de maneira a favorecer sua conservação e seu enriquecimento.” (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 159). Podemos tentar entender mais a respeito do que isso quer dizer?

A tendência atualizante irá dirigir o desenvolvimento do organismo “no sentido da autonomia e da unidade; isto é, num sentido oposto ao da heteronomia resultante da submissão às vicissitudes da ação das forças exteriores.” (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 160).

Quer dizer, como acentuamos no início do módulo corrente, a visão de Rogers sobre o psiquismo, a respeito do funcionamento humano e da dinâmica da personalidade, difere radicalmente da perspectiva psicanalítica. Enquanto



Freud era um determinista² e pessimista³, Rogers tece uma visão do indivíduo como possuindo em seu ser uma força que o motiva, que o impulsiona para o avanço, para o progresso, para a expansão, para o amadurecimento, o crescimento e pleno desenvolvimento dos seus potenciais. Esta é a tendência autoatualizante, o “postulado fundamental” da teoria de Rogers (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 160).

É este impulso que é evidente em toda vida humana e orgânica - expandir-se, estender-se, tornar-se autônomo, desenvolver-se, amadurecer - a tendência a expressar e ativar todas as capacidades do organismo na medida em que tal ativação valoriza o organismo ou o *self* (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 35 apud FADIMAN e FRAGER, 1986, p. 229).⁴

Noção do Eu / Ideia ou Imagem de Si

No modelo anteriormente estudado, foram apresentadas certas concepções relacionadas ao *Eu*, ao centro da consciência. Apesar da importância

² O determinismo é uma concepção segundo a qual tudo é determinado, nada escapa das causas e seus efeitos. “Tudo o que acontece tem uma causa.” Pode ser entendido também como sinônimo do acaso, ainda que não exclua a possibilidade da ação sobre ele. Podemos agir, por exemplo, sobre o “acaso” da chuva por meio das previsões meteorológicas e do uso do guarda-chuva, mas, ainda assim, não escaparemos ao “acaso” da chuva que cairá amanhã ou em seis meses (BLACKBURN, 1997, p. 108; COMTE-SPONVILLE, 2003, p. 157, 158).

³ Pessimismo é ver as coisas pelo pior ângulo, é considerar que há mais males do que bens (COMTE-SPONVILLE, 2003, p. 453).

⁴ Esta citação foi traduzida da edição americana por não ter sido encontrada na edição brasileira (nota do tradutor da obra referida).

fundamental daqueles entendimentos, eles não são os únicos. O que será que Rogers tem a nos dizer sobre sua percepção do que vem a ser o *Eu*?

De saída, importa estabelecer que Rogers chega a confessar que levou um certo tempo para entender que as pessoas não parecem ter outro fim que não seja tornar-se o seu “verdadeiro eu” (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 166).

Rogers configura a experiência a partir de percepções relacionadas ao *Eu*, às relações com o outro, com o meio, com a vida de maneira geral “assim como os valores que o indivíduo atribui a estas diversas percepções.” E, em seu entendimento, esta configuração “se encontra num estado de fluxo contínuo, isto é, muda constantemente, ainda que seja sempre organizada e coerente.” (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 165). Este *Eu*, portanto, seria uma espécie de centro que teria como uma de suas principais características a tendência autoatualizante.

Contudo, o *Eu* não é simplesmente o somatório de todos estes elementos acima citados. Essencialmente, o *Eu* seria uma *Gestalt*⁵, ou seja, uma configuração psíquica que envolve todos os aspectos que podem ser experienciados pelo indivíduo e cuja significação “pode mudar sensivelmente e até mesmo sofrer

⁵ Gestalt é uma palavra de origem germânica, com uma tradução aproximada de “**forma**” ou “**figura**”. Disponível em: <https://www.significados.com.br/gestalt/>. Acesso em: 10 out. 2020. *Gestalt* também pode ser entendida como “*todos*”, “*inteiros*”, “*uma unidade de experiência fundamental*”. (PERLS, 1977, p. 32). Quer dizer, *gestalt* é um conceito relativo aos fenômenos, incluindo os psicológicos, vistos como formas, configurações, totalidades organizadas e bem articuladas percebidas na experiência.

uma reviravolta, em consequência da mudança de qualquer um destes elementos.” (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 167).

Para uma melhor compreensão do que vem a ser esse processo que Rogers encara como uma *Gestalt*, imagine um time de futebol. Cada jogador possui talentos específicos e exerce uma função dentro de campo. No entanto, a totalidade daquilo que podem realizar, todas as suas interações possíveis se constituem em algo bem maior que a simples soma dos jogadores em campo. O todo (o *time* com sua dinâmica de realizações no gramado) é algo bem maior que a mera soma das partes (os jogadores participantes da partida).

E, também, se um jogador é substituído ou expulso, isso pode, evidentemente, impactar de forma decisiva em toda a equipe. Da mesma forma, o *Eu* pode ser afetado de modo importante caso um dos fatores que o compõem ou o influenciam sofram algum tipo de alteração significativa.

A visão de Rogers é muito interessante, pois, como estamos acompanhando, enxerga o humano como um ser fluido, sempre tendendo à evolução e ao ajustamento. Dessa forma, em razão de algum acontecimento, às vezes mesmo insignificante, a atitude do sujeito em face de si mesmo se modifica. Como consequência, ocorre “uma mudança considerável na ideia que faz de si mesmo.” Com isso, o *Eu* se revela, então, como uma unidade, uma totalidade (uma



Gestalt) que se modifica por meio da busca de novas organizações e de outras reorganizações (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 167). Ainda outra vez, é possível dizer, portanto, que o ponto central aqui é a possibilidade de fluidez e evolução.

Eu-ideal

Quando estudamos Freud, nos deparamos com algumas conceituações básicas a partir das quais passamos a ter algum entendimento de como concebeu o psiquismo. O *Eu* apareceu como um mediador entre demandas internas e externas. E uma outra instância muito marcante também foi observada: ela surgiu como um elemento introjetado no psiquismo a partir das relações de autoridade da criança com os pais, com os professores etc.: o *Superego* ou *Ideal do Eu*.

O *Ideal do Eu*, para Freud, consiste, assim, em um “instrumento de cobrança” permanente. Para Rogers, por sua vez, a noção de *Eu* pode se contrapor, da mesma forma, à noção de *Eu Ideal*. Então, vamos verificar primeiro a definição dessa noção em Rogers para depois entender em que medida poderia se dar este conflito: esta noção de *Eu-ideal* refere-se ao conjunto das características

que o indivíduo desejaria poder reclamar como descritivas de si mesmo (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 165).

Assim como o *Eu*, o *Eu-ideal* “é uma estrutura móvel e variável, que passa por redefinição constante.” A extensão da diferença entre o *Eu* e o *Eu-ideal* “é um indicador de desconforto, insatisfação e dificuldades neuróticas.” Por isso, **aceitar-se como se é na realidade, e não como se quer ser, é um sinal de saúde mental.** Mas Rogers aprofunda esta temática ainda mais nos termos seguintes:

“Aceitar-se não é resignar-se ou abdicar de si mesmo; é uma forma de estar mais perto da realidade de seu estado atual.” (FADIMAN e FRAGER, 1986, p. 227).
Muito interessante não é mesmo?

Na verdade, quando não assumimos o que somos, quando não aceitamos nosso *Eu* como ele é na realidade, podem ocorrer consequências adversas ao indivíduo tais como as que seguem:

Há desajustamento psíquico quando o organismo deforma ou intercepta elementos importantes da experiência. Considerando-se que estes elementos não são representados, ou o são incorretamente, na estrutura do eu, resulta que o eu e a experiência total não correspondem — o que dá lugar a conflitos, tensões e confusões (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 170).

Rogers usa exemplos de personalidades de nossa cultura que entraram no processo de ser o que efetivamente eram e, como consequência, trouxeram contribuições de grande magnitude para a humanidade.

Diz ele que Ernest Hemingway estava certamente consciente de que os bons escritores não escreviam como ele estava se propondo a escrever. “Felizmente, porém, resolveu ser Hemingway, ser ele próprio, de preferência a tornar-se qualquer outra concepção de bom escritor.” (ROGERS, 1997, p. 199).

E Einstein parecia nunca pensar no fato de que os bons físicos não pensavam como ele. “Mais do que a renunciar devido à sua inadequada preparação acadêmica em física, preferiu simplesmente ser Einstein, com os seus pensamentos próprios, ser ele mesmo de uma maneira tão verdadeira e tão profunda quanto possível.” (ROGERS, 1997, p. 199).

E o que mais importa é que este não é “um fenômeno que ocorra apenas com o artista ou com o gênio.” Rogers menciona que viu repetidas vezes pessoas simples “adquirirem uma importância e uma criatividade na sua esfera própria, à medida que ganhavam maior confiança no processo que neles se desenvolvia.” Considerando isso, “ousavam ter os seus próprios sentimentos, viver com valores que descobriram dentro de si e exprimi-los na sua forma pessoal e única.” (ROGERS, 1997, p. 199).

E Rogers procura indicar o que mais está implicado neste movimento de autodesenvolvimento. “Segundo sua percepção, o indivíduo se move em direção a ser, com conhecimento de causa e numa atitude de aceitação, o processo que ele é de fato em profundidade.” (ROGERS, 1997, p. 201).

Por conta disso, “afasta-se do que não é, de ser uma fachada. Não procura ser mais do que é, com todos os sentimentos de insegurança e os mecanismos de defesa que isso implica.” E mais: “não tenta ser menos do que é, com os sentimentos implícitos de culpabilidade ou depreciação de si.” Com isso, o sujeito está “cada vez mais atento ao que se passa nas profundezas do seu ser fisiológico e emocional e descobre-se cada vez mais inclinado a ser, com uma precisão e uma profundidade maiores, aquilo que é da maneira mais verdadeira.” (ROGERS, 1997, p. 201).

Congruência

Outra noção central na concepção de Rogers sobre o ser humano é a de **congruência**.⁶ Ele também faz referência a este fenômeno como “estado de acordo” ou “acordo entre o eu e a experiência.” (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 172). Observe a sua importância:

⁶ Coerência: concordância, conformidade, consonância, correspondência, harmonia, identidade (HOUAISS, 2011, p. 177).

“A noção de acordo é uma noção teórica central, elaborada a partir de nossa experiência prática.” Esta nos mostra que a pessoa se encontra empenhada “num processo constante de revisão e de modificação de imagem que faz de si mesmo, e que este processo procura estabelecer um estado de acordo entre esta imagem e sua experiência.” (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 172).

Isto representaria a congruência, isto é, esta coerência e harmonia entre a imagem que o sujeito faz de si e o que ocorre de maneira efetiva na realidade, na experiência. Dessa forma, no decorrer deste percurso, o indivíduo pode “descobrir que, se simbolizasse corretamente certas experiências, deveria se confessar, por exemplo, que odeia seu pai ou que tem desejos homossexuais, etc.” (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 172).

Assim, na medida em que seu desenvolvimento avança, “a imagem que ele faz de si mesmo se reorganiza de modo a incluir estas características, que eram anteriormente incompatíveis com esta imagem e que, por isso, não podiam ser nela integradas.” (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 172).

Além disso, a congruência vai envolver também uma concordância entre o que o sujeito percebe em sua experiência e o que comunica a respeito dela, de tal forma que se outra pessoa está observando o que está se passando com este indivíduo e o seu relato sobre a mesma experiência, vai perceber coerência no

que está sendo dito. Então, para clarear um pouco mais nosso entendimento a este respeito:

Congruência é definida como o grau de exatidão entre a experiência da comunicação e a tomada de consciência (...). Um alto grau de congruência significa que a comunicação (o que você está expressando), a experiência (o que está ocorrendo em seu campo) e a tomada de consciência (o que você está percebendo) são todas semelhantes. Suas observações e as de um observador externo seriam consistentes (FADIMAN e FRAGER, 1986, p. 227).

A congruência se relaciona, pois, com a abertura total e à integração da totalidade da experiência. Um funcionamento psíquico saudável caminha nessa direção.

Dizemos que há funcionamento ótimo quando a estrutura do eu é de um modo tal que permite a integração simbólica da totalidade da experiência. A noção de funcionamento ótimo equivale, pois, à noção de receptividade ou de abertura perfeita à experiência. No plano prático, toda a melhoria do funcionamento psíquico representa, assim, um passo na direção deste ótimo (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 173).

Muito bem! Quem sabe possamos acrescentar algo à nossa compreensão sobre toda essa temática se considerarmos o que vem a ser o seu contrário. Quer dizer, se congruência equivale à coerência, consonância, correspondência, integração, quais os resultados da desarmonia, da falta de conformidade, da incoerência entre o que se sente, o que se percebe, o que se experiencia e a comunicação

desses elementos? O que é incongruência e quais os seus impactos na vida do indivíduo?

A incongruência ocorre quando há diferenças entre a tomada de consciência, a experiência e a comunicação desta. As pessoas que parecem estar com raiva (punhos cerrados, tom de voz elevado, praguejando) e que (se interpeladas) replicam que de forma alguma estão com raiva, ou as pessoas que dizem estar passando por um período maravilhoso mas que se mostram entediadas, isoladas ou facilmente doentes, estão revelando incongruência. É definida não só como inabilidade de perceber com precisão mas também como inabilidade ou incapacidade de comunicação precisa (FADIMAN e FRAGER, 1986, p. 228).

Na prática, se a incongruência é uma discrepância entre a tomada de consciência e a comunicação, a pessoa não vai expressar o que está realmente sentindo, pensando ou experienciando. Sendo assim, sabe qual uma das coisas que podem ser recorrentes nestas situações?

Primeiramente, o sujeito que é vítima desse processo pode sentir a incongruência como tensão, ansiedade e mesmo como confusão interna. Em segundo lugar, a incongruência pode ser percebida como falta de autenticidade, e mesmo como mentira ou desonestidade por parte dos que se relacionam com a pessoa com tal funcionamento (FADIMAN e FRAGER, 1986, p. 228).

Você quer conhecer um último aspecto de grande relevância relativo ao quadro da congruência? Hall e Lindzey (1984, p. 59) destacam que “se apenas uma das

“pessoas envolvidas em um relacionamento sentir congruência, isto bastará para que aconteçam mudanças na outra pessoa.”

Rogers está convencido de que estas tendências em direção à saúde são facilitadas por qualquer relação interpessoal na qual um dos membros esteja livre o bastante da incongruência para estar em contato com o seu próprio centro de autocorreção (...). Aceitar-se a si mesmo é um pré-requisito para uma aceitação mais fácil e genuína dos outros. Em compensação, ser aceito por outro conduz à uma vontade cada vez maior de aceitar-se a si próprio. Este ciclo de autocorreção e auto incentivo é a forma principal pela qual se minimiza os obstáculos ao crescimento psicológico (FADIMAN e FRAGER, 1986, p. 230).

Em outros termos, seja em que tipo de relacionamento for, afetivo, terapêutico, familiar, organizacional, se apenas um dos indivíduos envolvidos na relação tiver tendências congruentes, o encontro relacional produzirá efeitos positivos nos demais na direção do processo de integração de sua experiência. Isto trará diminuição de conflitos, de ansiedade, o favorecimento de sentimentos de maior integração, harmonia e unificação interna, tranquilidade e segurança para o enfrentamento da realidade.

A pessoa psicologicamente madura manifesta uma confiança nas direções de seus processos orgânicos internos, os quais, com a consciência participando de uma forma mais coordenada do que competitiva, levam-na à frente, num encontro total, unificado, integrado, adaptável e dinâmico, encontro esse com a vida e seus desafios (ROGERS, 1986 p. 235).

Mesmo que já tenhamos visto alguns sinais acima, Rogers pode apresentar caminhos mais específicos que podem conduzir e facilitar a mais consistente constituição desse processo. Você quer conhecê-los?

Consideração positiva incondicional

Outro aspecto central da concepção de Rogers sobre o ser humano intimamente relacionado aos conceitos já aqui tratados se refere à consideração positiva incondicional.

Antes de desbravarmos esta ferramenta, vamos acentuar um pressuposto anterior e, para tanto, apontar para o que vem a ser saúde psíquica, um alvo tão importante a ser focado pelas pessoas que almejam realização pessoal e desempenho social, não?

Para Rogers, há maturidade psíquica quando o indivíduo percebe sua experiência de maneira diferenciada e realista. Ou seja, a pessoa não precisa se utilizar de subterfúgios para justificar as suas lacunas de atuação. Não recorre a defesas psíquicas. Primeiro, assume a responsabilidade sobre seus atos, reconhece sua individualidade e se posiciona com coragem a partir de suas convicções. E tal autenticidade acaba por pavimentar relações sociais positivas pelo favorecimento também do outro.

Este indivíduo assume a responsabilidade de sua individualidade (reconhece que é diferente dos outros e se comporta de acordo com isso); tem coragem para suas convicções; avalia de modo autônomo, baseando-se nos dados de sua própria observação e somente modifica suas concepções em presença de novos dados; trata seus semelhantes como seres individuais, diferentes dele próprio; e experimenta um sentimento positivo tanto em face de si mesmo quanto em face do outro (esta descrição talvez pareça muito acadêmica, mas observemos que, se o indivíduo é caracterizado pelos atributos que acabamos de enumerar, manifestará na vida cotidiana o tipo de comportamento que se designa comumente como maturidade) (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 173, 174).

Com todos estes pressupostos estabelecidos, podemos esclarecer de modo mais específico, então, o que vem a ser a ferramenta da consideração positiva incondicional.

Para Rogers, este é mais instrumento que “representa uma das noções-chave” de seu sistema. E como a ferramenta funciona?

Se as experiências de uma outra pessoa, relativas a ela própria, me afetam (todas elas) como igualmente dignas de consideração positiva, isto é, se entre todas estas experiências nenhuma existe que eu distinga como mais ou menos digna de consideração positiva, dizemos que experimento com relação a esta pessoa uma atitude de consideração positiva incondicional. Do mesmo modo, quando me percebo como objeto da consideração positiva incondicional de outra pessoa, reconheço que esta pessoa considera todas experiências relativas à ideia que faço de mim mesmo, como igualmente dignas de consideração positiva (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 175).

Quer dizer, o indivíduo é estimado **como pessoa** independentemente do que seja ou como se comporte. E para Rogers, esta é uma premissa indispensável para o desenvolvimento dos potenciais humanos. Os resultados são a fluidez, a flexibilidade, a transformação contínua.

O processo de valorização que parece se desenvolver nesta pessoa (...) é fluido, flexível, baseia-se neste momento específico e no grau em que este momento é sentido como intensificador e realizador. Os valores não são aceitos rigidamente, mas mudam continuamente. A pintura que no ano passado parecia significativa, parece agora sem interesse; a maneira de trabalhar com indivíduos que antes parecia boa, agora parece inadequada; a crença que parecia verdadeira é agora percebida como apenas parcialmente verdadeira ou talvez falsa (ROGERS e STEVENS, 1977, p. 23, 24).

Este é um bom momento para reflexão: quanto o processo de aceitação das pessoas pode ser utilizado de forma ativa por líderes e demais protagonistas nas relações humanas tendo como objetivo o desenvolvimento de pessoas?

O que estamos vendo é a ênfase de Rogers sobre um “dos fatores mais poderosos” para o desenvolvimento pessoal. Este decorre de uma “apreciação incondicional” do outro! Aos poucos a pessoa que é aceita pelo outro passa a assumir cada vez mais aquilo que ela é. “Como se pode adivinhar é, sem dúvida, esta atitude de aceitação incondicional que cria as condições necessárias à

realização do estado de acordo interno e, deste modo, do funcionamento adequado.” (ROGERS e KINGET, 1959/1977, p. 176).

Rogers estabelece, portanto, que se as pessoas são aceitas de forma incondicional, tendem a desenvolver uma atitude de maior consideração em relação a si mesmas (...). Com isso, quando a pessoa compreende e considera o seu eu, este se torna mais congruente com suas experiências. A pessoa torna-se então mais verdadeira, mais genuína (ROGERS, 1987).

Rogers amplia de modo muito significativo todo esse processo apontando para outros impactos nas relações interpessoais e consequências nos desempenhos pessoais.

Intimamente ligada a essa abertura à experiência, tanto interior como exterior, dá-se de um modo geral uma abertura e uma aceitação das outras pessoas. À medida que um indivíduo se torna capaz de assumir sua própria experiência, caminha em direção à aceitação da experiência dos outros. Ele aprecia e valoriza tanto sua experiência como a dos outros por aquilo que elas são (ROGERS, 1997, p. 199).

E para complementar esta linha de raciocínio, Rogers cita Maslow, referindo-se aos indivíduos autorrealizados:

Ninguém se queixa da água por ser úmida, nem das rochas por serem duras... Como a criança olha para o mundo com uns grandes

olhos inocentes e que não criticam, limitando-se simplesmente a observar e a reparar no que se passa, sem raciocinar nem perguntar se poderia ser de outra maneira, assim o indivíduo autorrealizado olha para a natureza humana tanto em si como nos outros (ROGERS, 1997, p. 199).

Apesar de toda a consistência do modelo que estamos compondo já haver sido representada até aqui, ele apresenta peças complementares indispensáveis para nossa compreensão de seu pleno funcionamento. Nesse contexto, a empatia aparece em nosso modelo com uma força única.

Empatia

Para que este processo descrito acima tenha lugar, uma atitude adicional é indispensável nas relações que se estabelecem nas mais variadas esferas de atuação e interação entre pessoas: a **empatia**. O que diz a este respeito o teórico que estamos seguindo?

Rogers dirige nosso foco à necessidade de um olhar às demais pessoas de uma “maneira muito especial”, mas que tem sido muito desvalorizada: a atitude empática.

Creio que geralmente damos muito pouco valor a um elemento extremamente importante, tanto para a compreensão da dinâmica da personalidade como para a produção de mudanças

na personalidade e no comportamento. Trata-se de uma das maneiras mais sutis e poderosas de funcionamento pessoal de que dispomos. Apesar de tudo o que se tem dito e escrito a respeito, essa maneira de ser raramente é encontrada de forma integral numa relação interpessoal (ROGERS e ROSENBERG, 1977, p. 69).

Há aspectos complementares apresentados pela teoria a respeito do mesmo instrumento: interesse e confiança. Podemos deduzir da teoria: apresentar interesse e confiança em alguém são atitudes potenciais para o seu desenvolvimento. Seria isso mesmo? Vamos acompanhar o que Rogers tem a nos dizer?

É impossível sentir adequadamente o mundo perceptual de outra pessoa sem que valorizemos esta pessoa e seu mundo - sem que, de algum modo, nos interessemos por ela. Assim, a mensagem que chega ao receptor é a seguinte: 'Esta outra pessoa confia em mim, acredita que valho a pena. Talvez eu seja digno de alguma coisa. Talvez *eu* pudesse *me* valorizar. Talvez eu pudesse me interessar por mim (ROGERS e ROSENBERG, 1977, p. 81).

Importante, não é mesmo? Mas Rogers tem algo mais a dizer sobre o processo de empatia. É evidente que você está percebendo o potencial de crescimento pessoal, interpessoal e institucional proporcionado pelo modelo rogeriano. Mas ainda há um pouco mais a se dizer: os psicólogos humanistas perceberam que um fator de evolução é acionado na pessoa que é valorizada em sua individualidade e singularidade. Então, quais as consequências desta atitude para o indivíduo?

Como pessoa, é valorizada em sua individualidade e singularidade. É quando sente e compreende que é apreciada como uma pessoa que pode lentamente começar a valorizar os diferentes aspectos de si mesma. O que é ainda mais importante, consegue, a princípio com muita dificuldade, começar a perceber e a sentir o que ocorre em seu íntimo, o que está sentindo, o que está suportando, como está reagindo. Emprega a vivência como uma indicação direta para a qual pode voltar-se para formar conceituações precisas e como uma orientação para seu comportamento (ROGERS e STEVENS, 1977, p. 22).

A junção destas posturas e atitudes favorece o desabrochar de um ser humano mais pleno. Há uma ausência de imposição de estruturas à experiência. Ao contrário, há “uma descoberta de estrutura *na* experiência.”

A maior parte de nós, por outro lado, aplica à experiência uma estrutura e uma avaliação pré-formada, e nunca as abandona, comprimindo e deformando a experiência para adaptá-la às nossas ideias preconcebidas, irritando-se com os aspectos fluidos que a tornam tão difícil de adaptar aos nossos escaninhos cuidadosamente construídos (ROGERS, 1997, p. 217).

Mas as pessoas não precisam ficar presas a estas estruturas. Na medida em que se tornam mais autoconscientes, se aceitam mais, se tornam menos defensivas e mais abertas, encontram certa liberdade “para crescer e mudar nas direções que são naturais ao organismo humano.” A vida passa a estar em suas mãos para que elas, como seres únicos, possam vivê-la (ROGERS, 1986, p. 20, 21).

Esta vida, que Rogers denomina de “vida boa”, é um processo, uma direção, um caminho a ser percorrido, e isto se dá quando existe liberdade.

A “vida boa” é um processo, não um estado de ser. É uma direção, não um destino. A direção representada pela “vida boa” é aquela que é escolhida pelo organismo total, quando existe liberdade psicológica para se mover em qualquer direção (ROGERS, 1997, p. 213).

O que faremos? Ficaremos presos a uma série de estruturas que nos tiranizam ou buscaremos trilhar o caminho de nos modificarmos e nos tornarmos nós mesmos? Viveremos uma vida autêntica, a nossa vida, ou permaneceremos presos a papéis e às expectativas alheias? Rogers comenta que observou muitos indivíduos que se formaram procurando agradar aos outros, mas que, quando se libertaram, se transformaram: se tornaram eles mesmos! (ROGERS, 1997, p. 193).

Muito interessantes as perspectivas apresentadas por Rogers, não é mesmo? De que maneira esses conhecimentos podem ser apropriados por lideranças organizacionais de tal forma a estimular o crescimento criativo, único, próprio de cada indivíduo? De que forma esses princípios podem influenciar você?

SAIBA MAIS

Como vimos Rogers apresenta uma visão bastante positiva e otimista da natureza humana a ponto de ser considerada por alguns como no mínimo polêmica, senão ingênua. Observe o que ele diz a respeito e tire por você as suas conclusões.

“Torna-se evidente que outra implicação da perspectiva que estou apresentando é que a natureza profunda do ser humano, quando funciona livremente, é construtiva e digna de confiança. Esta é para mim uma conclusão irrecusável de um quarto de século de experiências em psicoterapia. Quando conseguimos libertar o indivíduo da sua atitude de defesa, de modo a que ele se abra ao vasto campo das suas próprias necessidades bem como ao campo igualmente vasto das exigências do meio e da sociedade, podemos confiar que suas reações serão positivas, progressivas e construtivas. Não precisamos perguntar quem o socializará, pois uma das suas próprias necessidades mais profundas é a de se associar e de se comunicar com os outros. À medida que o indivíduo se torna mais plenamente ele mesmo, torna-se igualmente socializado de maneira mais realista. Não precisamos perguntar quem controlará seus impulsos agressivos; à medida que se for tornando mais aberto a todos os seus impulsos, sua necessidade de ser querido pelos outros e sua tendência para oferecer afeição serão tão fortes como os impulsos de violência

ou de ataque. O indivíduo será agressivo em situações onde a agressão seja realmente adequada, mas não sentirá uma necessidade desordenada de agressão. O seu comportamento total, nestes e noutros campos, como se dirige sempre para a abertura à experiência, será mais equilibrado e realista, comportamento que é adequado à sobrevivência e ao desenvolvimento de um animal altamente social. Sinto pouca simpatia pela ideia bastante generalizada de que o homem é fundamentalmente irracional e que os seus impulsos, quando não controlados, levam à destruição de si e dos outros. O comportamento humano é extremamente racional, evoluindo com uma complexidade sutil e ordenada para os objetivos que seu organismo se esforça por atingir.” (ROGERS, 1997, p. 223).

Referências

BLACKBURN, Simon. *Dicionário de filosofia*. Lisboa: Gradiva, 1997.

COMTE-SPONVILLE, André. *Dicionário filosófico*. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

FADIMAN, James; FRAGER, Robert. *Teorias da personalidade*. São Paulo, HARBRA, 1986.

GESTALT. In: Significados. Porto: 7Graus, 2011-2020. Disponível em: <https://www.significados.com.br/gestalt/>. Acesso em: 10 out. 2020.

HALL, Calvin; LINDZEY, Gardner. *Teorias da personalidade*. São Paulo: EPU, 1984.

INSTITUTO Antônio Houaiss. *Dicionário Houaiss: sinônimos e antônimos*. São Paulo: Publifolha, 2011.

PERLS, Frederick Salomon. *Gestalt-terapia explicada*. São Paulo: Summus, 1977.

ROGERS, Carl R. *Tornar-se pessoa*. São Paulo, Martins Fontes, 1997.

_____. *Sobre o poder pessoal*. São Paulo, Martins Fontes, 1986.

_____. *Um jeito de ser*. São Paulo: EPU, 1987.

ROGERS, Carl. R.; STEVENS, Barry. *De pessoa para pessoa: o problema de ser humano, uma nova tendência em psicoterapia*. São Paulo: Pioneira, 1977.

ROGERS, Carl; KINGET, G. Marian. *Psicoterapia e relações humanas*. Belo Horizonte: Interlivros, 1977.

ROGERS, Carl R.; ROSENBERG, Rachel L. *A pessoa como centro*. São Paulo: EPU, 1977.