

AS SUTILEZAS DA RELAÇÃO TERAPEUTA-CLIENTE A PARTIR DE “A MORTE DOS GIRASSÓIS”, DE CAIO FERNANDO ABREU

Fábio Pinheiro Pacheco

Doutor em Psicologia pela Universidade Federal do Ceará (UFC)
 Professor Adjunto do curso de Psicologia da Universidade Estadual do Ceará (UECE)
 CV Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7580641163210143>
 Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-4139-1506>
 E-mail: fabio.pacheco@uece.br

Jamille Cavalcante de Oliveira

Especialista Residente em Saúde Mental pela Universidade Federal do Ceará (UFC).
 Mestranda no Programa de Pós-Graduação em Psicologia da UFC
 CV Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0147075154577661>
 Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-5764-2061>
 Email: jamillecavalcanteo@gmail.com

Ensaio Teórico

Recebido em: 10 de Fevereiro de 2023

Aceito em: 29 de Abril de 2023

RESUMO

Este artigo objetiva explicar as particularidades da relação terapeuta-cliente sob a perspectiva da Abordagem Centrada na Pessoa, desenvolvida por Carl Rogers, por meio da articulação com trechos do conto *A Morte dos Girassóis*, de Caio Fernando Abreu, escritor brasileiro que, em seus escritos, lida com o humano e aquilo que lhe é singular em suas vivências com o próximo e consigo mesmo. O trabalho é subdividido em tópicos que abordam aspectos relacionados à figura do cliente e do terapeuta e à relação terapêutica que se estabelece entre ambos, cada parte sendo representada pela imagem dos girassóis, do cuidador do jardim e da relação que estabelecida entre as duas primeiras.

Palavras-chave: Abordagem Centrada na Pessoa. Art. Psicoterapia.

THE SUBTLETIES OF THE RELATIONSHIP THERAPIST-CLIENT FROM "A MORTE DOS GIRASSÓIS", BY CAIO FERNANDO ABREU

ABSTRACT

This article aims to explain the particularities of the relationship between therapist and client according to the perspective of the Person Centered Approach, developed by Carl Rogers, through the articulation with excerpts from the short story *A Morte dos Girassóis*, by Caio Fernando Abreu, a Brazilian writer who, in his writings, deals with the human and what is unique to him in his experiences with his neighbor and himself. The work is

subdivided into topics that deal with aspects related to the client and therapist, and to the therapeutic relationship established between them, each part being represented by the image of the sunflowers, the garden caregiver and the relationship established between them.

Keywords: Person-Centered Approach. Art. Psychotherapy.

INTRODUÇÃO

No conto *A Morte dos Girassóis*, de Caio Fernando Abreu (ABREU, 2006), a interação de um pequeno girassol com o seu meio externo acabou provocando a quebra do talo da flor; ao observar a dinâmica desse evento e os esforços que a flor fazia para se desenvolver, o cuidador do girassol percebeu que existe força em direção à vida. Percebeu que, apesar de aparentar não ser capaz de continuar aberta e viva, a flor continuou a desenvolver-se da maneira que podia, crescendo em direção ao sol. Quando já parecia melhor, mais firme e retilínea, uma chuva forte a derrubou novamente, frustrando qualquer expectativa do homem que dela cuidava. Porém, apesar das adversidades, mais uma vez o girassol continuou seu desenvolvimento, dando um giro no próprio eixo, voltando-se rumo ao sol.

Baseando-se nessa história, este artigo tem por objetivo compreender as particularidades da relação terapeuta-cliente sob a perspectiva da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), desenvolvida por Carl Rogers, por meio da articulação com trechos do conto *A Morte dos Girassóis*, de Caio Fernando Abreu. A ideia de utilizar esse conto para trabalhar a relação terapêutica na ACP surgiu em decorrência da proximidade da história com um acontecimento curioso relatado por Carl Rogers (ROGERS, 1983). Onde morava quando criança, o suprimento de batatas era guardado no porão, em uma caixa a certa distância da janela. Mesmo sem as condições favoráveis, algumas batatas germinavam e os brotos cresciam em busca da pouca luz que entrava pela janela. Não eram brotos verdes e saudáveis como os que nasciam das batatas plantadas na terra, rodeadas por luz e nutrientes, mas ainda assim tentavam ser plantas, tentavam exercer seu verdadeiro potencial.

Foi escolhido um conto para a explanação de aspectos importantes da ACP porque, enquanto expressão da singularidade da experiência humana, a atividade artística permite o encontro de cada pessoa com aquilo que há de mais particular em si e, ao mesmo

tempo, com aquilo que é compartilhado e vivenciado por todos. Rogers (2009) afirma ter percebido que, ao se expressar da maneira mais pessoal possível, acreditando que não seria compreendido por seus colegas por estar exprimindo um sentimento unicamente seu, sua expressão encontrava eco em muitas outras pessoas. O movimento da arte segue um curso parecido, o que lhe permite tornar-se também uma ferramenta de auxílio para o entendimento de teorias trabalhadas grande parte das vezes apenas no campo intelectual, mas que por lidarem com o humano e sua singularidade, perpassam também esta dimensão outra. E a obra de Caio Fernando Abreu possibilita um mergulho intelectual, afetivo e social naquilo que a arte guarda.

Caio Fernando Abreu foi um importante jornalista, dramaturgo e escritor brasileiro. As obras de Caio, em sua maioria de ficção urbana, são enquadradas na literatura produzida em um período marcado por grandes acontecimentos históricos, nas décadas de 1960 e 1970. Abordam o subjetivo e o social, por meio de um estilo de escrita intimista, e revelam uma tensão existencial do sujeito na sociedade. Dentre as principais temáticas presentes em seus escritos, destacam-se a sexualidade, o medo, a morte e, principalmente, a angustiante solidão. Em todas elas há o foco no espaço interno dos personagens, que carregam as marcas da família em que foram criados, dos grupos sociais aos quais pertencem e, conseqüentemente, de suas raízes, crenças e valores (SILVA, 2007).

O texto escolhido para o trabalho foi articulado com as ideias que Rogers formulou e desenvolveu no campo da psicoterapia. Rogers iniciou sua prática em Psicologia em 1927 (ROGERS, 1983). Suas ideias partiram de uma teoria das relações humanas adequada a diversos contextos e expandiu-se até uma abordagem mais preocupada com as questões sociais, voltada para a mediação de conflitos raciais, interculturais, etc. Quando Rogers tentou compreender o fenômeno da ampla variedade e divulgação de seu trabalho, lhe pareceu que isso se devia ao fato de ter expressado, mesmo sem saber, a hipótese fundamental de que cada pessoa tem dentro de si vastos recursos para a autoconsciência e para modificar seu autoconceito, e que para mobilizar estes recursos basta proporcionar um clima de atitudes psicológicas facilitadoras (ROGERS, 1983).

Essa hipótese surgiu a partir da própria experiência de Rogers, que lhe fez perceber que ouvir uma pessoa de modo compreensivo e lhe transmitir esta compreensão

já eram forças poderosas para a sua mudança terapêutica. A partir dessa observação, Rogers fez inferências simples, testáveis, que possibilitaram descobertas sobre as pessoas e as relações interpessoais, apresentando uma ampla aplicabilidade em decorrência de estas estarem presentes em todos os empreendimentos humanos (ROGERS; KINGET, 1977).

A evolução da teorização de Rogers é dividida por alguns autores em fases distintas, com características peculiares. Propõe-se aqui a sistematização discutida por Cury (1988) e ampliada por Moreira (2010), a saber, Psicoterapia Não-Diretiva (1940 - 1950), Psicoterapia Reflexiva (1950 - 1957) e Psicoterapia Experiencial (1957 - 1970), fases referentes à psicoterapia, e Fase Coletiva ou Inter-Humana, referente à ACP (MOREIRA, 2010). Inicialmente, na Fase Não-Diretiva, Rogers dava ênfase no aprimoramento da relação com o cliente, para o crescimento emocional deste, mais do que para o aperfeiçoamento de técnicas dos conselheiros da época (CURY, 1988). Rogers enfatizava, também, a não neutralidade do terapeuta frente à relação com o cliente, além de se esforçar por desvincular a percepção de autoridade da figura do conselheiro. A noção de não-diretividade estabelece que é o cliente quem conduz o processo, sendo a função do conselheiro intervir minimamente. Nesta fase, a psicoterapia parte de conceitos que têm como base o impulso individual para o crescimento e para a saúde.

A segunda fase, Reflexiva, é caracterizada pela utilização do reflexo de sentimentos. A concepção de “não-direção” é substituída pela de “centralização” no cliente, sugerindo maior atividade por parte do terapeuta e transformando o cliente no foco maior de sua atenção (CURY, 1988). Conforme Moreira (2010), esta é a fase da Terapia Centrada no Cliente (1951), que aponta como função do terapeuta promover o desenvolvimento do cliente sob as condições facilitadoras, a saber, consideração positiva incondicional, compreensão empática e congruência. Sob essas condições, Rogers enfatiza a dispensabilidade do diagnóstico por parte do terapeuta e reafirma a inerente capacidade que o indivíduo tem de autodesenvolvimento (ROGERS, 1983).

Na fase seguinte, Experiencial, o foco volta-se para as formas de experienciar a relação (CURY, 1988). Utilizando o conceito de experienciação de Eugene Gendlin, Rogers passa a posicionar a experiência do cliente, do terapeuta e da relação em primeiro plano. Gendlin cunha o termo experienciação por compreender a experiência como um fluxo, um processo mutante e orgânico, trazendo então a ideia de movimento, em

oposição a um conteúdo estático (BRITO; GERMANO, 2018). Nesse sentido, a terapia na fase Experiencial passa a ter como objetivo ajudar o cliente a entrar em contato com sua experiência, enquanto processo e movimento que acontece aqui e agora, e utilizá-la no sentido de promover uma maior congruência de si mesmo.

Neste período, Rogers refere-se à psicoterapia como um processo de mudança, em que a pessoa deixa um nível rígido e estático de funcionamento em direção a um nível de maior flexibilidade e fluidez³. Conforme Cury (1988), nessa fase, o psicoterapeuta confia em seus próprios sentimentos, sendo congruente com sua própria experiência, de modo a utilizar seus sentimentos como meio de aproximação da experiência do cliente, promovendo um diálogo íntimo e intersubjetivo entre ambos.

Já na fase Coletiva ou Inter-Humana, Rogers volta seus interesses para a relação humana coletiva, abandonando definitivamente a atividade de terapia individual no consultório. Além disso, assume em seu trabalho a definição de abordagem, em vez de psicoterapia (MOREIRA, 2010). Nesta etapa está presente uma maior preocupação com as relações humanas de uma forma geral e a ampliação dos preceitos da psicoterapia a novos campos de atuação, como a mediação de conflito e intensificação na área da educação (MIRANDA; FREIRE, 2012). No entanto, mesmo sendo esta uma etapa de transcendência de valores e ideias, não se suprime o elemento pessoal e individual, que continua a ser o elemento primordial. Moreira (2010) sistematiza ainda uma quinta fase, Pós-Rogeriana ou Neo-Rogeriana, considerando a grande diversidade de vertentes que a ACP apresenta hoje em distintos lugares do mundo.

Nota-se, portanto, que o ponto central de sua teoria, como o próprio nome já insinua, é a pessoa. Toda sua construção teórica gira em torno do “eu”, de suas habilidades, de sua capacidade de estabelecer relações, de interagir. A noção guia é a crença na capacidade do ser humano de lidar consigo mesmo, de compreender a si mesmo e de resolver seus problemas de modo suficiente, desde que haja um clima humano propício para isso. Esta capacidade humana é nomeada por Rogers como tendência atualizante (ROGERS; KINGET, 1977). Nesse sentido, o psicoterapeuta nesta abordagem é compreendido como um profissional facilitador, que propicia as condições necessárias para que a própria pessoa entre em contato, vivencie e reelabore seus sentimentos e experiências. Condições estas que, no conto de Caio F., são fornecidas pelo cuidador do

jardim ao pequeno girassol de talo quebrado, e que resultam no desenvolvimento da flor rumo ao sol.

Para desvelar a relação terapêutica, este trabalho foi subdividido em três tópicos: os girassóis, no qual foi abordada a figura do cliente; o cuidador, que representou a figura do terapeuta; e a relação cuidador-girassol, que discorreu sobre os cuidados dados e recebidos pelo terapeuta e pelo cliente. Essa subdivisão foi utilizada para ajudar na compreensão do papel que cada indivíduo desempenha na psicoterapia. Porém, é importante lembrar que as figuras de ambos surgem em decorrência da relação que é estabelecida no contato, sendo esta divisão dos papéis apenas para fins didáticos.

Ressalta-se ainda que a interlocução aqui proposta possibilita um reencontro com os conceitos clássicos da ACP de modo sistematizado e, ainda, concreto e poético, permitindo a discussão e o estudo de conceitos científicos na perspectiva das vivências cotidianas singulares e, ao mesmo tempo, compartilhadas, tão bem retratadas na arte. Esta é uma ferramenta didática interessante no próprio processo de ensino-aprendizagem, o que torna este texto uma discussão acessível aos interessados – psicólogos, estudantes de psicologia ou leitores de outras áreas - em conhecer ou se aproximar mais dos pressupostos da Abordagem Centrada na Pessoa.

OS GIRASSÓIS

“Pois conheço poucas coisas mais esplêndidas, o adjetivo é esse, do que um girassol aberto” (ABREU, 2006, p.145).

Na prática psicoterápica desenvolvida por Rogers, o homem é considerado como um ser ativo, responsável, capaz de autodeterminar-se e que tende a avançar num sentido positivo. Dessa forma, a relação terapêutica centra-se no cliente e não no terapeuta, pois seria aquele quem detêm a força orientadora do processo. Tal posicionamento defendido por Rogers inicialmente deu origem a inúmeras críticas, já que a autoridade do terapeuta era posta de lado, assim como a ideia da não consciência do paciente a respeito de suas próprias questões (MOREIRA, 2010).

Segundo Rogers (1983), a tendência atualizante estaria presente em cada pessoa como um fluxo subjacente que se movimenta em direção à realização construtiva da vida, a um funcionamento mais congruente e a um desenvolvimento completo e mais

complexo. Independente das situações em que os organismos estejam, seus comportamentos estarão direcionados à manutenção, ao crescimento e à reprodução do próprio organismo, sendo este compreendido como um sistema vivo em crescimento. Este movimento em direção à realização construtiva está presente não apenas no homem, mas em todos os organismos vivos, porém, seu curso pode ser desviado ou frustrado em certos momentos. No entanto, a tendência atualizante não pode ser destruída a menos que se destrua também o organismo, pois “a vida não entregaria os pontos, mesmo que não pudesse florescer” (ROGERS, 1983, p.41).

No conto A Morte dos Girassóis, uma situação se desenrola em um pequeno jardim. Os dias de vida da flor são marcados pelos movimentos de nascer e constituir-se a partir da relação com os outros, que possibilitam tanto movimentos de crescimento como de sofrimento. Esse processo, embora relacionado diretamente à vida do girassol, demarca também um processo de aprendizagem em outro indivíduo, o jardineiro, que tanto aprendeu sobre o modo como estabelecer relações saudáveis.

Inicialmente, o jardineiro percebe como ser um girassol não é fácil, principalmente quanto a sua própria estrutura, que tem que sustentar todo o esplendor do ser belo, exuberante e atrair atenção das pessoas. Esses “modos de ser” parecem demarcar as expectativas dos outros, expressos em nossas vidas desde as nossas primeiras relações sociais (ROGERS, 1992). No conto, destaca-se que

[...] girassol quando abre flor, geralmente despenca. O talo é frágil demais para a própria flor, compreende? Então, como se não suportasse a beleza que ele mesmo engendrou, cai por terra, exausto da própria criação esplêndida. Pois conheço poucas coisas mais esplêndidas, o adjetivo é esse, do que um girassol aberto (ABREU, 2006, p.146).

Nota-se que os girassóis – como as pessoas -, constituem-se em cima das condições de valia⁵ que lhes são atribuídas ao longo da vida. Essas condicionalidades fazem com que a pessoa passe a idealizar a sua forma de ser e a distorcer suas percepções, suas experiências e a sua consciência, criando uma discrepância entre a sua imagem real e uma imagem ideal. As condições de valia representam um obstáculo à tendência atualizante do indivíduo, pois distorcem as experiências que não são condizentes com as condicionalidades impostas à autoimagem que a pessoa criou de si. Assim, o indivíduo passa a agir conforme um padrão criado em decorrência da necessidade de afeto e

valorização que advém das relações com as demais pessoas e com a cultura (ROGERS, 2009; ROGERS; KINGET, 1977).

Com o tempo, essas condicionalidades vão nos atribuindo tanto peso na existência que se torna insustentável suportá-los, levando-nos a sofrer, despencar. O narrador, cuidador de vários girassóis, refere-se da seguinte maneira a um determinado girassol:

[...] havia um tão quebrado que nem dei muita atenção, parecia não valer a pena. Só apoiei-o numa espada-de-são-jorge com jeito, e entreguei a Deus. Pois no dia seguinte, lá estava ele todo meio empinado de novo, tortíssimo, mas dispensando o apoio da espada. Foi crescendo assim precário, feinho, fragilíssimo (ABREU, 2006, p.146).

Após ter o talo quebrado, o frágil girassol parecia, aos olhos de seu cuidador, não ter muitas chances de continuar vivo. Em vários momentos ao longo do texto, o narrador afirma não haver possibilidade de endireitar a flor. Sua maior surpresa, no entanto, foi perceber que a capacidade de se endireitar estava no próprio girassol, que quando apoiado em algum objeto ou colocado em um local apropriado, continuava a se desenvolver apesar das rupturas em seu talo.

Wood (1994), ao discutir sobre a descoberta da capacidade de auto-atualização do cliente, afirma que dentro de cada pessoa existem forças construtivas cujo poder é muitas vezes subestimado, e é a confiança do terapeuta nessas forças internas que faz com que estas exerçam seu potencial e guiem o indivíduo rumo ao crescimento. Nesse sentido, Rogers³ aponta algumas condições necessárias e suficientes – compreensão empática, apreço positivo incondicional e congruência - para que este potencial possa ser vivenciado em sua plenitude, condições estas que devem estar na base das relações terapêuticas, facilitando o desenvolvimento da pessoa no sentido de uma maturidade psicológica. Quando estas condições são proporcionadas, o cliente passa a expressar suas atitudes de formas intensas e motivadoras; explora suas próprias atitudes, demonstrando uma maior apreensão consciente de seus atos; e age com iniciativa e responsabilidade.

No entanto, é possível observar no conto e no próprio exemplo trazido por Rogers o quanto as condições que rodeiam o organismo podem ser inóspitas em alguns momentos. O autor afirma que lidou com clientes que se desenvolveram em condições desfavoráveis (físicas e/ou psíquicas), ou que tiveram de enfrentar tais condições em um determinado momento, de modo que suas vidas chegaram a parecer deturpadas, distorcidas, e até mesmo pouco humanas (ROGERS, 1983). Ao entrar em contato com

essas pessoas, Rogers sempre se lembrava dos brotos de batatas. À sua maneira, tais pessoas se empenhavam em crescer, apesar das condições difíceis que enfrentavam. Para aqueles que não precisaram vivenciar tais situações, essas tentativas de desenvolver-se podem parecer inúteis e sem sentido, assim como os brotos pálidos das batatas que cresciam no porão escuro pareciam estranhos se comparados com os brotos que cresciam na terra. Porém, ainda assim são tentativas da vida de continuar a existir.

Rogers (ROGERS, 2009) compreende o movimento do cliente rumo à transformação e potencialização do eu como um processo, um contínuo que emerge quando uma atmosfera de aceitação e empatia está presente. O cliente não se move de um ponto fixo, uma homeostase, para um novo ponto fixo. Sua mudança ocorre no sentido de um estado de maior fixidez para um de maior mobilidade, da estrutura rígida para o fluxo, tornando-se um processo integrado de transformação”.

Dentro desse conceito de processo, Rogers (2009) distinguiu sete fases pelas quais o cliente passa ao longo da psicoterapia. Apesar de distintas, tais fases continuam a representar o contínuo que a mudança do cliente constitui, e vão desde um ponto mais próximo do polo estático até um ponto perto do polo “em movimento”. O cliente, inicialmente mais distanciado de sua experiência, pouco seguro e pouco consciente de sua responsabilidade e de suas possibilidades, vai percebendo aos poucos que na relação psicoterápica é aceito e verdadeiramente compreendido, podendo assim expressar e vivenciar seus sentimentos e emoções de maneira franca. No conto de Caio Fernando Abreu, o cuidador do jardim descreve o processo que os próprios girassóis também precisam enfrentar para que possam exercer plenamente suas funções:

Os girassóis, por exemplo, que vistos assim de fora parecem flores simples, fáceis, até um pouco brutas. Pois não são. Girassol leva tempo se preparando, cresce devagar enfrentando mil inimigos, formigas vorazes, caracóis do mal, ventos destruidores. Depois de meses, um dia pá! Lá está o botãozinho todo catita, parece que já vai abrir (ABREU, 2006, pp.145-146).

O processo que o girassol empreende para desenvolver-se, para superar as dificuldades e desafios que se colocam no ambiente e enfim conseguir tornar-se uma bela flor não é simples, rápido ou previsível, mas precisa ser respeitado. Somente ao seu próprio tempo a planta conseguirá crescer e desenvolver-se plenamente.

O CUIDADOR

*“Mas o senhor não sabe que as plantas sentem dor que nem a gente?”
(ABREU, 2006, p.145)*

Um dos primeiros aspectos que muitos terapeutas, provavelmente, se perguntam quando recebem seus clientes, diz respeito ao motivo que os trouxeram à terapia. Assim como no conto A Morte dos Girassóis, o terapeuta pode pensar que seu papel diante do que lhe foi dito pelo cliente é o de “cuidar do que restava, que é sempre o que se deve fazer” (ABREU, 2006, p.146). Entretanto, para os rogerianos, aquilo que o terapeuta, primeiramente, deve pensar e comunicar a respeito do cliente é o fato dele próprio ter em si o potencial de resolver suas próprias questões, ser capaz de reconhecer a origem de suas dificuldades e de resolvê-las por seus próprios meios⁵.

Em A Morte dos Girassóis, os cuidados prestados pelo homem passam por uma transição, na qual a própria flor ensina-o como deve prestar os cuidados a ela. Da mesma forma que a flor guiou o cuidador, percebe-se que o cliente guia o terapeuta. A postura do terapeuta deve ser estabelecida pela maneira como o cliente se comporta na relação. Desse modo, o cliente atua de forma autônoma no processo psicoterapêutico, onde ele sabe quais são as áreas de preocupação que está pronto para explorar e dirige o percurso da forma mais eficiente; o cliente também traduz e interpreta seus insights, adotando a postura de melhor juiz de si; e sabe quando a terapia chega ao fim, revelando que está pronto para enfrentar a vida de modo independente.

O principal papel do terapeuta consiste em receber o cliente e facilitar o seu posicionamento diante de seu sofrimento psíquico. Por meio dessa postura, o cliente vai se sentindo mais acolhido e à vontade, favorecendo a atuação do terapeuta, que deve esforçar-se para liberar o cliente não de suas defesas, mas de suas angústias (ROGERS; KINGET, 1977). Ao receber o cliente:

O terapeuta deve por de lado sua preocupação com o diagnóstico e sua perspicácia em diagnosticar, deve descartar sua tendência a fazer avaliações profissionais, deve cessar seus esforços em formular prognósticos acurados, deve abandonar a sutil tentação de guiar o indivíduo, e deve se concentrar num único propósito: o de prover uma profunda compreensão e aceitação das atitudes conscientemente sustentadas no momento pelo cliente, enquanto explora passo a passo áreas perigosas que têm sido negadas à consciência (ROGERS, 1992, p.32).

No conto, o cuidador do girassol, após a flor estar com seu talo tão quebrado ao ponto em que talvez não merecesse tanta atenção, faz somente um pequeno esforço para melhorar a situação dela. Dessa forma, o cuidador fornece a condição necessária para que o girassol possa exercer seu potencial, apoiando-o em uma espada-de-são-jorge. No outro dia, a flor mostra-se radiante, embora ainda torta, porém já não precisando mais do apoio. Nesse pequeno trecho do conto, percebe-se que “(...) se for dada a oportunidade, um organismo vivo tende a completar suas mais complexas potencialidades em vez de acomodar-se a satisfações mais simples” (ROGERS, 2009, p.228). O girassol, após receber as condições proporcionadas pelo cuidador, foi crescendo, embora ainda estivesse precário, feinho e fragilíssimo.

Importante salientar que, assim como no conto, quando o cuidador adota uma postura que revela não ter a intenção de endireitar a flor, mas de proporcionar condições para que ela mesma se endireite, na terapia, o terapeuta deve mostrar ao cliente que ele é quem deve colocar o foco e quem irá guiar o processo, enquanto o terapeuta o seguirá. Quando o terapeuta proporciona condições que favorecem o cliente em seu processo, fazendo-o com que descubra em si a capacidade de se proporcionar condições à realização, o cliente continua a se modificar positivamente, embora apareçam condições adversas, como aconteceu com a flor após receber um pequeno auxílio do cuidador: “quando parecia quase bom, cráu! Veio uma chuva medonha e deitou-se por terra. Pela manhã estava todo enlameado, mas firme” (ABREU, 2006, p.146).

No conto, a relação entre o girassol e o cuidador possibilita muita aprendizagem na forma como deveria ser a postura do cuidador diante da flor machucada, “pois como eu ia dizendo, depois que comecei a cuidar do jardim aprendi tanta coisa, uma delas é que não se deve decretar a morte de um girassol antes do tempo, compreendeu?” (ABREU, 2006, p.146). Diante disso, percebe-se que o papel do terapeuta rogeriano, inicialmente, consiste em fazer com que o próprio cliente busque os recursos para compreender a sua dinâmica; o terapeuta não deve impor aquilo que enxerga como melhor para o cliente, ou decretar as suas possibilidades e limitações, pois será o próprio cliente que decretará o percurso que lhe será melhor.

A RELAÇÃO

“Tenho aprendido muito com o jardim” (ABREU, 2006, p.145).

Rogers (2009) afirma que estar frente a frente com uma pessoa em conflito e em busca de auxílio sempre se constitui como um desafio. A questão que com frequência lhe surgia à mente era se ele próprio dispunha dos recursos, conhecimentos e força psicológica necessária para ajudar aquele indivíduo. Ao longo dos anos, Rogers (2009) tentou de diversas formas encontrar a resposta para esse desafio, até dar-se conta que a pergunta que fazia deveria ser formulada de uma maneira diferente. Ao invés de questionar-se acerca da possibilidade de curar ou mudar alguém, a pergunta que deveria fazer é: “como posso proporcionar uma relação que essa pessoa possa utilizar para seu próprio crescimento pessoal?”.

Nesse sentido, Rogers (2009) afirma ter percebido não ser possível oferecer uma ajuda efetiva por meio de procedimentos e técnicas puramente intelectuais e de treinamento. O fracasso que experimentou ao fazer uso de abordagens através do intelecto o forçou a reconhecer que a mudança surge por meio da experiência em uma relação. Se certo tipo de relação é proporcionada, a pessoa descobrirá dentro de si a capacidade de utilizar essa relação para mudar e se desenvolver, e o crescimento pessoal decorrerá disso.

Nesse sentido, destaca-se que o organismo busca a sua própria realização, a autorregulação e a independência do controle externo, que é potencializada quando é proporcionada ao indivíduo uma relação calorosa e íntima, a qual Rogers caracterizou como fluido amniótico psicológico (ROGERS, 1983). Neste fluido, há três condições necessárias e suficientes, possíveis em qualquer contexto, que objetivam o desenvolvimento do indivíduo, a saber, congruência, aceitação incondicional e compreensão empática (ROGERS, 1983; 2009; 1989).

A congruência é o estado de acordo que existe entre a experiência e sua representação na consciência do indivíduo; ou seja, quanto melhor o indivíduo se compreende, mais próximo ele está de atingir o acordo interno e representá-lo através de suas atitudes. Na congruência, a pessoa vivencia abertamente seus sentimentos e atitudes que estão fluindo de dentro dela naquele momento. À medida que o terapeuta vivencie,

possua, saiba, exprima o que ocorre dentro de si, será capaz de facilitar o crescimento do cliente (ROGERS, 1989).

A segunda condição, aceitação incondicional, envolve a disponibilidade do terapeuta em permitir que o cliente vivencie qualquer sentimento. Rogers (1989) destaca que não é possível aceitar incondicionalmente o tempo todo; no entanto, naquele momento da relação de ajuda, torna-se necessário aceitar incondicionalmente o outro o máximo possível. Por fim, tem-se a compreensão empática, que significa que o terapeuta sente os sentimentos que são vivenciados pelo cliente, como se o terapeuta fosse o cliente, e lhe comunica, sempre respeitando a particularidade do “como se”. Por meio da empatia, ajuda-se o cliente a obter uma compreensão mais clara de seu próprio mundo, proporcionando um maior controle sobre ela e sobre o próprio comportamento (ROGERS, 1983).

A comunicação que ocorre entre ambos deve estar desvinculada do ato de somente trocar informações. O comunicar, no sentido rogeriano, significa que o terapeuta se expressará por meio de seus próprios modos de agir, não se limitando ao uso verbal, principalmente de cunho intelectual e profissional, da comunicação (ROGERS; KINGET, 1977). Entretanto, a tarefa de explorar esta comunicação recai sobre o cliente. Dessa forma, por meio da comunicação na relação – em que, muitas vezes, o terapeuta organiza o conteúdo dito, de maneira reflexiva, e devolve-o para o cliente –, o terapeuta faz com que o cliente verifique suas percepções para que, caso seja necessário, ele as possa corrigir.

No conto, percebe-se que o cuidador experiencia e aprende com a flor que cada ser tem seu tempo e deve conduzir o caminho que deseja trilhar no decorrer desse tempo. Embora algumas vezes o cliente precise e possa ser acolhido nos braços quando não conseguir atravessar uma turbulência, o terapeuta promoverá condições para que ele possa se reerguer e caminhar com suas próprias pernas. “O girassol leva tempo se preparando, cresce devagar enfrentando mil inimigos, formigas vorazes, caracóis do mal, ventos destruidores. Depois de meses, um dia pá! Lá está o botãozinho todo catita, parece que já vai abrir” (ABREU, 2006, p.146).

A relação deve ser calorosa, não como uma relação de amizade ou paternalista, mas uma relação feita de responsabilidade. Assim, a pessoa vivencia a experiência de ser acolhido, de uma forma que lhe permita ser uma pessoa diferente, uma pessoa com o jeito

de pensar, sentir, agir, enfim, de ser que é unicamente pessoal e singular (ROGERS; KINGET, 1977).

Ao respeitar o caminho autônomo dos seres, respeita-se o próprio poder de escolha dos indivíduos. No conto o girassol, com suporte do cuidador, depois de um tempo, não se sentia mais pertencente ao jardim, sendo levado para outros lugares, onde pudesse realizar seu potencial:

Aí me veio a ideia: cortei-o com cuidado e coloquei-o aos pés do Buda chinês de mãos quebradas que herdei de Vicente Pereira. Estava tão mal que o talo pendia cheio dos ângulos das fraturas, a flor ficava assim meio de cabeça baixa e de costas para o Buda. Não havia como endireitá-lo. Na manhã seguinte, juro, ele havia feito um giro completo sobre o próprio eixo e estava com a corola toda aberta, iluminada, voltada exatamente para o sorriso do Buda. Os dois pareciam sorrir um para o outro. Um com o talo torto, outro com as mãos quebradas (ABREU, 2006, p.147).

No conto, o percurso de vida do girassol é respeitado em suas potencialidades e configurações, recebendo suporte do cuidador. Com o tempo, a flor completa seu ciclo no mundo, ensinando ao jardineiro como cuidar de girassóis:

Então peguei e joguei-o pétala por pétala, depois o talo e a corola entre as alamandas da sacada, para que caíssem no canteiro lá embaixo e voltassem a ser pó, húmus misturado à terra, depois não sei ao certo, voltasse à tona fazendo parte de uma rosa, palma-de-santa-rita, lírio ou azaleia, vai saber que tramas armam as raízes lá embaixo no escuro, em segredo (ABREU, 2006, p.147).

Nessa passagem do conto, vemos ainda a segunda tese que constitui o alicerce da abordagem: a tendência formativa, que está presente em todos os níveis no universo (ROGERS, 1983). Para Rogers, o universo, e tudo o que nele há, encontra-se em constante movimentos de deterioração e de (re)construção. O autor acredita que:

[...] existe uma tendência direcional formativa no universo, que pode ser rastreada e observada no espaço estelar, nos cristais, nos microrganismos, na vida orgânica mais complexa e nos seres humanos. Trata-se de uma tendência evolutiva para uma maior ordem, uma maior complexidade, uma maior inter-relação (ROGERS, 1983, p.50).

O terapeuta busca proporcionar, então, uma relação na qual o cliente se transforme, vá em direção à sua maior complexidade. Como mostrado no conto, as

pétalas, o talo e a corola da flor tornam-se algo novo e único, e das misteriosas tramas armadas pelas raízes embaixo da terra surge então uma nova planta.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Na experiência no contexto acadêmico dos autores desse manuscrito, o encontro da Abordagem Centrada na Pessoa com a literatura de Caio Fernando Abreu deu-se de modo bastante potencializador, configurando-se como uma ótima forma de enxergar e ensinar de modo sutil, belo e cotidiano os clássicos conceitos que aprendemos em nossas formações e vivenciamos no trabalho clínico. Revisitar as noções desenvolvidas por Carl Rogers com o auxílio ímpar da narrativa de Caio Fernando Abreu possibilita uma compreensão sensível dos aspectos particulares que emergem dentro de uma relação de apoio. Por meio de abordagens e linguagens diferentes, ambos expressam a força em direção à vida que está presente no interior de cada ser vivo, a capacidade de contornar obstáculos e seguir em direção à realização plena de suas funções, e o crescimento e amadurecimento que um organismo pode alcançar quando algumas condições suficientes são proporcionadas dentro de uma relação.

Assim como foi representado no conto, pela figura do girassol e de seu cuidador, uma pessoa dentro de uma relação permeada de autenticidade, respeito e compreensão, é capaz de desenvolver-se de maneira tão surpreendente quanto um girassol que, mesmo com o talo partido, consegue erguer-se em direção ao sol. Sentir-se acolhido, aceito e compreendido apesar das mágoas, dores e anseios que carrega, é a base fundamental da relação psicoterápica na Abordagem Centrada na Pessoa, e a pedra angular sobre a qual o cliente irá se reerguer. Para tanto, é preciso que o terapeuta confie nas forças construtivas existentes no cliente e, assim como fez o cuidador do girassol, forneça o apoio necessário para que a própria pessoa encontre seu melhor caminho. Se, ao invés de apoiá-lo em uma palma-de-santa-rita, o cuidador tentasse consertar ele mesmo o talo do girassol e pô-lo de pé a qualquer custo, o resultado poderia ser desastroso. Abster-se dessa posição de guia da situação, no entanto, não é algo fácil, porém é absolutamente necessário.

Embora muito tenha se falado dos aspectos conceituais e das características que o terapeuta rogeriano está inserido, destaca-se que o sucesso do processo terapêutico

decorre da vivência da relação de duas pessoas que emerge no próprio processo, não da limitação do profissional ao conteúdo intelectual da sua abordagem terapêutica. Portanto, esse trabalho não tem como fim o objetivo de delimitar o papel de cada sujeito no processo, mas de mostrar pontos importantes que favorecem a caminhada na psicoterapia, tanto para o girassol quanto para o cuidador.

REFERÊNCIAS

ABREU, C. F. **Pequenas epifanias**. Rio de Janeiro: Agir; 2006.

BRITO, R. M. M.; GERMANO, I. M. P. Focalização: um recurso para a simbolização da experiência a partir do corpo. **Memorandum: Memória e História em Psicologia**, [S. l.], v. 34, p. 171–191, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/memorandum/article/view/6865>. Acesso em: 22 jun. 2022.

CURY, V.E. **Psicoterapia Centrada na Pessoa**: evolução das formulações sobre a relação terapeuta-cliente [Dissertação de Mestrado]. São Paulo: Universidade de São Paulo; 1988.

MIRANDA, C. S. N.; FREIRE, J. C. A comunicação terapêutica na abordagem centrada na pessoa. **Arq. bras. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 64, n. 1, p. 78-94, abr. 2012. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672012000100007&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 22 jun. 2022.

MOREIRA, V. Revisitando as fases da abordagem centrada na pessoa. **Estudos de Psicologia (Campinas)**. v. 27, n. 4, pp. 537-544, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2010000400011>. Acesso em: 22 jun. 2022.

ROGERS, C.R.; KINGET, G.M. **Psicoterapia e relações humanas**. Belo Horizonte: Interlivros; 1977.

ROGERS, C.R. **Um jeito de ser**. São Paulo: EPU; 1983.

ROGERS, C. R. **Sobre o Poder Pessoal**. São Paulo: Martins Fontes; 1989.

ROGERS, C. R. **Terapia centrada no cliente**. São Paulo: Martins Fontes; 1992.

ROGERS, C.R. **Tornar-se Pessoa**. São Paulo: Martins Fontes; 2009.

SILVA, M.I.L, S. Caio F: consciência de si, consciência do outro. **O Eixo e a Roda: Revista de Literatura Brasileira**. v.15, p.91-6, 2007. Disponível em: http://www.periodicos.letras.ufmg.br/index.php/o_eixo_ea_roda/article/view/3264/3198 Acesso em: 22 jun. 2022.

WOOD, J. K. **Abordagem centrada na pessoa**. Vitória: Editora Fundação Ceciliano de Abreu; 1994.

COMO CITAR

PACHECO, Fábio Pinheiro.; OLIVEIRA, Jamille Cavalcante de. As sutilezas da relação terapeuta-cliente a partir de “A Morte dos Girassóis”, de Caio Fernando Abreu. **Revista Interdisciplinar Encontro das Ciências – RIEC**, v.6, n.1, p. 118-134, 2023.