



ACOLHENDO O TRAUMA: UMA VIVÊNCIA CLÍNICA COM TEPT NA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

Lívia Canhete Monteiro

Graduanda em Psicologia – UNIVAG - Centro Universitário de Várzea Grande - Campus de Cuiabá. E-mail: liviacanhete Monteiro@gmail.com

Juliana Batista Fitaroni

Professora orientadora/Supervisora de campo – UNIVAG - Centro Universitário de Várzea Grande - Campus de Cuiabá. E-mail: juliana.fitaroni@univag.edu.br

O presente resumo expandido apresentará, com base na vivência do Estágio Supervisionado Específico I: Políticas de saúde, uma reflexão acerca do Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) na perspectiva da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP). Esse estágio é desenvolvido na clínica escola do curso de Psicologia da UNIVAG, com atendimentos psicoterapêuticos semanais, realizados por alunos da própria Instituição de Ensino, e supervisionado por profissionais experientes na área. O objetivo do estágio é proporcionar ao discente a experiência clínica relacionando teoria e prática, além disso, permite compreender a respeito do sofrimento psíquico, como realizar o acolhimento no espaço clínico e possibilita o desenvolvimento da escuta. Nesse contexto, a linha teórica optada foi a Abordagem Centrada na Pessoa, desenvolvida por Carl Rogers. Essa teoria faz parte do ramo da psicologia humanista, que acredita na capacidade inata de crescimento, amadurecimento e autorrealização que o indivíduo carrega dentro de si, tal crença é denominada de tendência atualizante. Na ACP, o psicoterapeuta atua como um facilitador do processo terapêutico do cliente, e não como quem estrutura e direciona as sessões, uma vez que se utiliza a não diretividade e permite o cliente explorar de forma livre e sem julgamentos suas vivências, sentimentos e emoções em um espaço que disponibiliza segurança e acolhimento. Para favorecer ao cliente um ambiente receptivo, essa perspectiva teórica apresenta a relação terapêutica pautada nas atitudes facilitadoras: consideração positiva incondicional, compreensão empática e congruência. A consideração positiva incondicional é a atitude que envolve a aceitação verdadeira por parte do psicólogo de toda a percepção que o cliente demonstra sobre si, logo é uma aceitação respeitosa e sem julgamento do cliente. A compreensão empática é a capacidade que o terapeuta tem de compreender o mundo interno do cliente, suas vivências e sentimentos a partir da perspectiva e visão do seu cliente, sendo assim, significa adentrar totalmente no interior do outro sem deixar que seus próprios conceitos e crenças interfiram no processo que é do cliente. A congruência é a habilidade que o psicoterapeuta tem de se perceber na relação com o cliente, ou seja, o terapeuta precisa estar consciente de si, de seus valores e percepções diante da relação terapêutica, essa atitude surge quando uma pessoa consegue simbolizar na consciência sua experiência sem contradições, com isso é um ser que se apresenta disposto à compreensão completa de si (Tambara e Freire, 1999). Ao longo da práxis clínica no estágio, foi perceptível a contribuição das atitudes facilitadoras de Rogers diante do caso escutado e acolhido acerca de situações traumáticas vividas que resultou no TEPT. O Transtorno de Estresse Pós-Traumático é um trauma de cunho psicológico, compreendido como uma situação estressora que gera uma sobrecarga emocional e cognitiva (Joseph, 2015 apud Maciel e Branco, 2025). Sendo assim, um indivíduo que passa por um evento adverso, como acidentes, violências, abusos e perdas repentinas e traumáticas, sofrerá grandes consequências a nível emocional, cognitivo e fisiológico, que pode ser agravado ao longo do tempo, visto que o organismo passa por um momento de intenso sofrimento psíquico. Apesar das diferentes formas de um trauma ser vivenciado, todas gera uma alta carga de estresse acarretando em diversos

sintomas que persistem ao longo da vida do sujeito. Entre os principais sintomas do TEPT estão às lembranças recorrentes do evento traumático por meio de pesadelos, os flashbacks, a esquiva diante dos estímulos que relembrem a situação vivenciada, dificuldade em expressar, descrever e receber afetos e reações fisiológicas, por exemplo, a hipervigilância, taquicardia, respiração ofegante, formigamentos, sudoreses e tonturas (Habigzang et al., 2010). Desse modo, os sintomas manifestados é a forma que o organismo responde e se adapta frente à situação vivida. Segundo a ideia rogeriana, quando uma pessoa se depara com uma situação de ameaça, sua integridade ou noção de self é colocada em risco. A experiência traumática vivenciada é agregada ao campo fenomenológico do sujeito que se relaciona e influencia o modo como a pessoa se percebe, percebe o outro e o mundo, com isso o trauma passa a compor a subjetividade do cliente (Rogers, 1951/1992 apud Maciel e Branco, 2025). Ao trazer para a análise da Abordagem Centrada na Pessoa, quando se tem um cliente que passou por evento traumático, não há uma patologização imediata, primeiro permite que o indivíduo explore toda a sua experiência, ao mesmo passo em que o terapeuta escuta-o com precisão estando aberta a compreensão da subjetividade do seu cliente, com respeito, paciência e sem julgamento, a fim de caminhar junto ao sujeito em processo terapêutico, promovendo um ambiente acolhedor para expor sua singularidade e verdade. A ACP, através da postura que o terapeuta exerce na relação terapêutica, demonstrando a compreensão empática, aceitação genuína e autenticidade possibilitarão ao cliente a oportunidade de conhecer a percepção de si, reconstruindo então a noção de self, ganhando mais congruência, consciência de si, e ressignificando as vivências dolorosas. Na experiência dessa prática, é possível perceber a fundamental importância das atitudes facilitadoras na relação terapêutica, pois o cliente se sente livre, seguro e acolhido para compartilhar a sua realidade subjetiva e passar pelo seu processo de elaboração do trauma. Em continuidade, a consideração positiva incondicional, a compreensão empática e a congruência são cruciais para o vínculo entre terapeuta e cliente, isso contribui para que o cliente consiga descrever e expressar suas emoções relacionadas ao trauma. O respeito ao tempo do cliente, conforme a ACP, possibilita que o processo terapêutico ocorra no ritmo do cliente, sem que o terapeuta conduza o momento que é do indivíduo em psicoterapia. Nesse estágio, à medida que o cliente percebia que é ele quem conduzia a sessão, mais ele se abria a situação vivenciada, com confiança e disposição para organizar suas experiências. Em resumo, ao conhecer o sofrimento psíquico a partir do relato do caso atendido, percebe-se que não é necessário somente o entendimento teórico, mas também empatia, disponibilidade emocional e respeito, além do mais os atendimentos na linha teórica da Abordagem Centrada na Pessoa proporciona o cliente a adquirir a compreensão de si diante do evento traumático e a encontrar dentro de si a força para ressignificar o trauma.

Palavras-chave: Abordagem Centrada na Pessoa; Psicologia Humanista; Atitudes Facilitadoras; Transtorno de Estresse Pós-Traumático; Relato de Estágio.