



## **A PRESENÇA TERAPÊUTICA E AS ATITUDES FACILITADORAS: A EMERGÊNCIA DA TENDÊNCIA ATUALIZANTE EM PSICOTERAPIA**

*Jorge Issamo Carreiro Nagata*

Acadêmico do 9º semestre de Psicologia  
nagata.ic.jorge@gmail.com

*Vinicius da Silva Arruda*

Acadêmico do 9º semestre de Psicologia  
viniarruda9598@gmail.com

*Cintia Souza de Abreu*

Docente e Orientadora do Estágio  
cintia.abreu@univag.edu.br

*Juliana Batista Fitaroni*

Docente do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG  
Responsável Técnica da clínica-escola de Psicologia do UNIVAG - Campus Cuiabá  
juliana.fitaroni@univag.edu.br

Este trabalho tem como objetivo abordar a tendência atualizante e sua manifestação na relação terapêutica no contexto psicoterapêutico. A tendência atualizante é descrita por Rogers (2009) como uma força inerente a todo organismo para desenvolver suas potencialidades, favorecendo sua preservação e crescimento. À luz desse objetivo, conforme o Conselho Federal de Psicologia (2022), a psicoterapia pode ser entendida como um método de tratamento voltado a questões emocionais, realizado por um profissional treinado, que estabelece uma relação terapêutica com a finalidade de auxiliar na modificação de sintomas e padrões interpessoais disfuncionais, promovendo o desenvolvimento emocional do sujeito. Trata-se de um processo sustentado pela comunicação e pelo vínculo estabelecido entre terapeuta e cliente. Em continuidade, a prática psicoterápica realizada por psicólogos é orientada por um referencial teórico, técnico prático, que propõem formas específicas de compreender o comportamento humano. Nesse sentido, o estágio tem sido realizado na perspectiva da Abordagem Centrada na Pessoa-ACP, desenvolvida por Carl Ransom Rogers. Coerente com essa perspectiva, para Rogers (2009) o foco da psicoterapia está na pessoa e não no problema, considerando que cada indivíduo possui recursos internos para lidar com suas dificuldades. O papel do terapeuta, conforme apontam Gobbi e Missel (1998), é oferecer um clima facilitador livre de ameaça, baseado em três atitudes fundamentais: compreensão empática, que consiste em compreender o mundo interno do cliente a partir de sua própria perspectiva; consideração positiva incondicional, entendida como respeito à singularidade e autonomia do cliente; e congruência, que diz respeito à autenticidade do terapeuta na relação (Rogers 1977). Essas condições favorecem que o cliente acesse e utilize plenamente sua experiência, promovendo maior integração e desenvolvimento pessoal. Portanto, este trabalho configura-se como um relato de experiência de estágio em Psicologia realizado no 9º semestre, na clínica-escola do Centro Universitário de Várzea Grande-UNIVAG, fundamentada na Abordagem Centrada na Pessoa (ACP). A prática, integrada aos conhecimentos teóricos adquiridos ao longo da graduação, revelou-se essencial para o desenvolvimento das competências enquanto futuros psicólogos. A clínica-escola do UNIVAG – Campus Cuiabá tem como responsável técnico a Profa. Ma. Juliana B. Fitaroni.



Já a supervisora do estágio é a Profa. Dr<sup>a</sup>. Cintia S. de Abreu, que, com base na ACP, contribuiu de forma significativa o crescimento profissional dos estagiários, oferecendo feedbacks, reflexões éticas e teóricas, além de experiências práticas que nos prepararam para o exercício da profissão. No que se refere aos procedimentos metodológicos, as sessões de psicoterapia ocorreram semanalmente, nas quintas-feiras no período da manhã, com duração de uma hora por sessão. Cada estagiário foi responsável pelo acompanhamento de dois clientes adultos, totalizando quatro processos psicoterapêuticos conduzidos ao longo do semestre. Os atendimentos foram realizados em modalidade presencial, seguindo as normas éticas do Conselho Federal de Psicologia, especialmente no que diz respeito ao sigilo profissional, consentimento informado e respeito à singularidade de cada sujeito. Nessa lógica, a condução das sessões foi fundamentada na Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), priorizando o estabelecimento de uma relação terapêutica que favorecesse a expressão da experiência interna do cliente. Dessa forma, os procedimentos adotados não se centraram em técnicas diretivas ou interpretativas, mas na criação de um ambiente facilitador sustentado pelas atitudes terapêuticas básicas: compreensão empática, consideração positiva incondicional e congruência. Previamente, antes do início do processo, foi realizado o acolhimento inicial e construção do contrato terapêutico, no qual foram esclarecidos aspectos como frequência dos encontros, tempo de sessão, objetivos do acompanhamento e limites da atuação do estagiário. De modo articulado, as supervisões técnicas ocorreram semanalmente com a professora orientadora, proporcionando reflexão sobre a postura clínica, os sentidos produzidos na relação, as dificuldades encontradas e os movimentos observados no cliente ao longo do processo. Complementarmente, as discussões teórico-conceituais em supervisão contribuíram para o aprimoramento da escuta clínica, da capacidade reflexiva e para o fortalecimento da responsabilidade ética no atendimento psicológico. Assim, o desenvolvimento do estágio se deu por meio da articulação entre teoria, prática clínica, supervisão e desenvolvimento interpessoal dos acadêmicos, possibilitando o exercício da presença terapêutica e o acompanhamento do processo de florescimento da tendência atualizante em cada cliente. As experiências vivenciadas ao longo do estágio possibilitaram não apenas o desenvolvimento técnico, mas, principalmente, a ampliação da capacidade de estar em relação com o outro de forma sensível e autêntica. Em especial, o contato direto com os clientes evidenciou que o processo terapêutico não se constroi a partir de intervenções diretivas, mas do estabelecimento de uma presença genuína, capaz de oferecer espaço para que a experiência interna do cliente se manifeste. Conseqüentemente, a observação do movimento da tendência atualizante durante os atendimentos tornou-se evidente na medida em que os clientes puderam se escutar e reconhecer seus próprios recursos de enfrentamento. Essa manifestação ficou clara quando os clientes passaram a nomear com mais precisão o que sentiam e pensavam naquele momento, a tratarem-se com mais acolhimento e menos autocrítica e a tomar iniciativas e decisões do dia a dia mais coerentes com seus próprios valores e objetivos. Do mesmo modo, foi possível perceber o quanto a postura do terapeuta, sustentada pelas atitudes de compreensão empática, consideração positiva incondicional e congruência, contribui para a criação de um clima de segurança emocional que favorece processos de mudança. Por fim, no plano formativo, o estágio também proporcionou aprendizados importantes sobre os desafios envolvidos na prática clínica, tais como reconhecer limites pessoais, lidar com dúvidas e sustentar silêncios, aspectos trabalhados continuamente na supervisão, que se mostrou fundamental para o desenvolvimento e amadurecimento pessoal e profissional. Assim, esta experiência reafirma a relevância da formação clínica baseada no encontro, na escuta atenta e na confiança no potencial de crescimento presente em cada indivíduo,



fortalecendo a compreensão de que a psicoterapia, mais do que um conjunto de técnicas, é um processo humano de encontro e construção conjunta de sentido.

**Palavras-chave:** Tendência Atualizante. Relação Terapêutica. Abordagem Centrada na Pessoa.

### Referências

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Reflexões e orientações sobre a prática da Psicoterapia**. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia, 2022. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/publicacao/caderno-reflexoes-e-orientacoes-sobre-a-pratica-da-psicoterapia/>. Acesso em: 25 out. 2025.

ROGERS, C. R. **Tornar-se pessoa**. Tradução de Manuel José do Carmo Ferreira e Alvamar Lamparelli. 6. ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2009.

GOBBI, S. de L.; MISSEL, S. T. **Abordagem Centrada na Pessoa: vocabulário e noções básicas**. Tubarão: Universitária UNISUL, 1998.

ROGERS, C. R. **As condições necessárias e suficientes para a mudança terapêutica da personalidade**. In: ROGERS, C. R.; ROSENBERG, R. L. **A pessoa como centro**. São Paulo: EPU, 1977. p. 235-247.