



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAIBA
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS LETRAS E ARTES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

REBECA ARNAUD DO NASCIMENTO LOPES

**A TERAPIA EXPRESSIVA CENTRADA NA PESSOA: UTILIZAÇÃO E LIMITES NO
CONTEXTO BRASILEIRO**

João Pessoa

2020

REBECA ARNAUD DO NASCIMENTO LOPES

**A TERAPIA EXPRESSIVA CENTRADA NA PESSOA: UTILIZAÇÃO E LIMITES NO
CONTEXTO BRASILEIRO**

Trabalho de conclusão de curso apresentado à
Universidade Federal da Paraíba (UFPB), como
parte das exigências para obtenção do título de
bacharel em Psicologia.

Orientadora: Prof. Dra. Marísia Oliveira da Silva.

JOÃO PESSOA - PB

2020

**Catálogo na publicação Seção de
Catálogo e Classificação**

Elaborado por KARLA MARIA DE OLIVEIRA - CRB-485

L864t Lopes, Rebeca Arnaud do Nascimento.

A terapia expressiva centrada na pessoa : utilização e limites no contexto brasileiro / Rebeca Arnaud do Nascimento Lopes. - João Pessoa, 2020. 56 f. : il.

Orientação: Marísia Silva.

Monografia (Graduação) - UFPB/CCHLA.

1. Terapia Expressiva. 2. Abordagem Centrada na Pessoa (ACP). 3. Psicologia clínica. I. Silva, Marísia.

II. Título.

UFPB/CCHLA

CDU 159.9

Primeiramente a Deus, pelo dom da vida. A minha avó Ivani Batista e aos meus avós José Batista, João Alves e Rita Arnaud (in memoriam). Uma dedicação especial aos meus pais Geralda Arnaud e Cícero Nicacio, os quais me espelho diariamente. Ao meu irmão Nicácio Filho, que sempre esteve ao meu lado.

AGRADECIMENTOS

Agradeço à Profa. Dra. Marísia Oliveira da Silva, pelo pela ajuda e incentivo que me proporcionou a realizar este estudo de Trabalho de Conclusão de Curso e acima de tudo pelas excelentes orientações e acompanhamentos que, como orientadora, se dispôs incansavelmente a realizar no decurso de minha formação acadêmica.

À Universidade Federal da Paraíba (UFPB), em especial às Professoras que compõem a banca: Profa Sandra Souza e Profa Ieda Franken e, a todos os professores que compõem o curso de Psicologia, pela elevada qualidade do ensino oferecido.

Aos meus pais, Geralda Arnaud e Cícero Nicácio, os quais me espelho diariamente, por sempre acreditarem no meu potencial e por me conduzirem sempre ao caminho do sucesso através dos estudos.

Aos meus irmãos, que estiveram ao meu lado durante este percurso acadêmico.

Agradecer em especial ao meu namorado, Gilvan Candido, ao dizer que sem o seu apoio e companheirismo esse TCC não seria possível. Agradecida por ser tão atencioso.

Às minhas amigas de infância, Dayse, Ingrid, Letícia e Vanessa, por sempre me acalmarem e me proporcionarem todo incentivo merecido durante o percurso deste trabalho acadêmico.

Aos meus colegas de curso, no qual tive o prazer de conhecê-los e estudar durante dias intensos e incansáveis, onde os levarei para a vida.

Lista de Figura e Tabelas

Figura 1: Processo da seleção dos estudos publicados, referente às terapias expressivas centrada na pessoa, no contexto Brasileiro.....43

Tabela 1: Estudos publicados fazendo referência a ACP e às Terapias Expressivas Centradas na Pessoa.....44

Tabela 2: Estudos publicados que trabalham com arteterapia em outras abordagens da Psicologia e fazem citações à teoria de Rogers e às Artes Expressivas Centrada na Pessoa, de Natalie Rogers.....44

Tabela3: Publicações nacionais sobre o tema.....45

Tabela 4: Publicações internacionais sobre o tema.....46

Lista de Siglas e Abreviaturas

HUAP - *Hospital Universitário Antônio Pedro*

PePSIC – *Portal de Periódicos Eletrônicos de Psicologia*

RSL – *Revisão Sistemática da Literatura*

SAP – *Serviço de Aconselhamento Psicológico*

SciELO - *Scientific Electronic Library Online*

TCC – *Terapia Cognitivo Comportamental*

UFF – *Universidade Federal do Fluminense*

UFMG – *Universidade Federal de Minas Gerais*

UFPB – *Universidade Federal da Paraíba*

USP – *Universidade do Estado de São Paulo*

Resumo

A Terapia Expressiva Centrada na Pessoa, é um método terapêutico criado por Natalie Rogers e que insere a arte como importante recurso terapêutico na facilitação dos processos vivenciados pelos sujeitos em contexto grupal e individual. O presente estudo teve como objetivo investigar a utilização deste método no contexto brasileiro, assim como a identificação dos limites e dificuldades envolvidas no seu manuseio e, ressaltar a importância do uso da arte e da terapia expressiva como recurso em psicoterapia. Nesse sentido, foi desenvolvida uma Revisão Sistemática de Literatura (RSL) que envolveu estudos publicados referente à Terapia Expressiva Centrada na Pessoa, entre os anos de 1900 e 2020 com o intuito de atingir os objetivos visados. Constatou-se uma grande escassez de estudos publicados referente ao tema deste estudo e uma maior prevalência do uso da arteterapia em outras abordagens da Psicologia como recurso terapêutico. Devido a essa grande escassez identificada considerou-se importante ressaltar a importância e a necessidade do desenvolvimento de outros estudos acerca do tema como forma de contribuir para a formação dos estudantes e profissionais de Psicologia da área clínica. De modo, que venha possibilitar aos mesmos o conhecimento de outros recursos terapêuticos e aperfeiçoar o aprimoramento de sua prática psicoterapêutica.

PALAVRAS-CHAVE: Terapia Expressiva. Abordagem Centrada na Pessoa. Natalie Rogers. Psicologia Clínica.

SUMÁRIO

1. Introdução.....	08
2. Objetivos.....	11
2.1 Objetivos específicos.....	11
3. Revisitando os Fundamentos da Abordagem Centrada na Pessoa.....	12
3.1 Pressupostos básicos.....	14
3.2 As fases da ACP.....	19
3.3 A Abordagem Centrada na Pessoa no Brasil.....	23
4. A Terapia Expressiva Centrada na Pessoa: contextualização e método.....	26
4.1 O terapeuta expressivo e o contexto da facilitação.....	31
4.2 A Conexão Criativa como Arte-Terapia, no Brasil.....	36
5. Metodologia.....	40
6. Resultados e Discussão.....	42
7. Considerações Finais.....	51
8.Referências.....	52

1. Introdução

O ser humano é um ser de expressão, capaz de expressar-se através de movimentos e várias formas de linguagens. O movimento é ligado a todo ser humano. Por onde quer que esteja, é através dos movimentos que o homem tem condições de se expressar. Este por si só, tornou-se um ser criador por uma necessidade de sobrevivência, de ajustar-se ao mundo por meio de expressões e linguagens.

Ramos (2008) afirma que a arte se insere, nesse contexto, como uma das mais importantes formas e invenções que vieram possibilitar ao ser humano a expressão de suas questões pessoais e também coletivas e deu mais significado a sua existência. A arte teve surgimento junto com o homem, pois, ela é a demonstração mais profunda do intelecto e da alma humana. Com o passar do tempo, a arte evoluiu na medida em que o homem teve acesso a outros tipos de matéria-prima. Assim, desde o período pré-histórico que os homens já faziam uso da arte rupestre para gravar fatos marcantes da existência nas paredes das cavernas.

Entretanto, como afirma Ramos (2008), a arte como uma invenção humana começou a se ampliar na Antiguidade, um exemplo disto, é a própria escrita que se tornou um processo simbólico e possibilitou ao homem disseminar suas mensagens e pensamentos para além do seu próprio tempo e espaço. É importante destacar a escrita como marco importante e diferencial na história da humanidade, pois a partir da criação desta que se encontram os primeiros registros de comunicação, assim como o teatro pelos gregos e também a dança, que existe desde o antigo Egito e também na Grécia, que teve sua evolução ligada a jogos em especial aos olímpicos. Mas, só a partir do início do século XIX que a arte passou a ser mais utilizada, destacando o teatro e o cinema com bastante evidência nesse século. Desta forma, alguns teóricos neste século utilizaram as artes como recurso terapêutico em algumas abordagens da Psicologia.

No século XIX, as artes começaram a ser utilizadas como recursos terapêuticos no contexto psicoterápico de diversas abordagens da Psicologia. Segundo Reis (2014), entre os anos 20-30, alguns teóricos como Freud e Jung trouxeram algumas bases para o desenvolvimento da arteterapia como campo de atuação. Os autores Carvalho e Andrade (1995) relembram que Freud (1856-1939), ao analisar algumas obras de arte, pôde perceber que elas expressavam diversas manifestações inconscientes do artista, evidenciando uma forma de comunicação simbólica. A abordagem que Jung faz da arte equivale em deixar vir a si, deixar advir o que pode se apresentar diante das criações do ontem e anteontem e do hoje, ao contrário de levar a uma psicanálise aplicada, a abordagem de Jung é feita de 'encontros'. Partindo dessas vertentes teóricas, o uso da arte como instrumento terapêutico foi ganhando progressivamente mais espaço.

Foi assim, que, no ano de 1974, Natalie Rogers, acompanhada de seu pai, Carl Rogers, juntamente com cinco psicólogos colaboradores, desenvolveram a Terapia Expressiva Centrada na Pessoa. De acordo com Natalie (1984), este tipo de terapia expressiva vai muito além da comunicação verbal em psicoterapia clássica, pois faz uso da arte para melhor exploração e comunicação do indivíduo consigo mesmo, com sua experiência. Por meio da arte como escrita, dança, música, dramatização, teatro, pintura, etc. se facilita uma poderosa linguagem e comunicação que se estabelece entre o cliente e o terapeuta. Essa utilização das artes expressivas em psicoterapia é uma forma muito eficaz para ajudar o indivíduo e se identificar com os seus próprios sentimentos.

Segundo a autora, o aproveitamento e objetivo de incluir a arte em psicoterapia são o de favorecer o aprofundamento e melhoria verbal através de um avanço natural. Propiciar, cada vez mais, a compreensão da necessidade de agrupar todos os processos que integram o self: corpo, mente, emoções, etc. Despertar nossa criatividade ao nos envolvermos no processo criativo em si. Na psicoterapia centrada na pessoa garante-se o respeito ao clima de segurança e calor requeridos a uma atmosfera terapêutica adequada, mas há uma tendência às pessoas serem predominantemente verbais e racionais. Porém, na terapia

expressiva, o indivíduo tem a oportunidade de permitir que desabrochem seus sentimentos de maneira construtiva e benigna (ROGERS, Natalie, 1984).

Sendo estagiária da Abordagem Centrada na Pessoa e também uma pessoa que trabalha com a dança já algum tempo, senti-me muito identificada com esse método da Terapia Expressiva Centrada na Pessoa, criada por Natalie Rogers, ao ponto de desejar em um futuro próximo, especializar-me nesta perspectiva, visando uma maior facilitação nos meus atendimentos individuais, com grupos, casais e crianças. Além disso, percebi uma lacuna e limitação na nossa formação do psicólogo clínico no tocante ao conhecimento e ao uso da arte como recurso psicoterapêutico e sua aplicabilidade em nosso país. Lacuna e limitação que despertaram em mim a necessidade de ampliar os meus conhecimentos acerca desse método e de sua utilização no contexto brasileiro.

Diante do exposto, o presente estudo teve como foco analisar como essa terapia expressiva em psicoterapia chegou ao Brasil e, de que forma os psicoterapeutas fazem uso da mesma nos dias atuais; seja em psicoterapia de grupo, individual, casal, etc. E, nesse sentido, refletir acerca das dificuldades e limitações concernentes a sua aplicabilidade no contexto brasileiro. Para tanto, realizou-se uma revisão sistemática da literatura relativa à Terapia Expressiva em psicoterapia no Brasil. Com isso, busca-se contribuir para o enriquecimento e a reflexão acerca da utilização dos recursos expressivos no contexto psicoterapêutico de orientação centrada na pessoa.

O trabalho está organizado em oito partes. Na seção dois, são explicitados os objetivos; na seção três, assim como a quarta, refere-se a fundamentação teórica; na seção cinco, a metodologia; na seção seis, aos resultados e discussões; na seção sete, refere-se a conclusão; e, por último, a seção oito, às referências. Uma introdução que visa apresentar a questão problema e a forma de como essa investigação foi realizada.

2. Objetivos do Estudo

2.1 Gerais:

Investigar acerca da utilização do método da Terapia Expressiva Centrada na Pessoa, no contexto brasileiro, identificando os limites e dificuldades envolvidas no seu manuseio.

Ressaltar a importância do uso da arte e da terapia expressiva como recurso em psicoterapia.

2.2 Específicos:

Contextualizar e caracterizar o método da Terapia Expressiva Centrada na Pessoa a partir de seus fundamentos teórico-metodológicos;

Identificar quando e de que forma a Terapia Expressiva Centrada na Pessoa foi introduzida no Brasil;

Identificar estudos e práticas psicoterápicas relacionadas ao uso da Terapia Expressiva Centrada na Pessoa no Brasil;

Identificar as dificuldades e limites na utilização da Terapia Expressiva Centrada na Pessoa, no Brasil.

3. Revisitando os Fundamentos da Abordagem Centrada na Pessoa

A Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), fundada por Carl Rogers, passou por várias alterações na sua denominação ao longo de sua evolução histórica. Assim, como o próprio pensamento de seu autor sofreu muitas modificações ao longo de sua vida e trajetória, conseqüentemente, a própria designação de sua proposta foi modificada algumas vezes. De início, Rogers denomina sua proposta como Psicologia Não-Diretiva, em seguida, de Terapia Centrada no Cliente e, por fim, de Abordagem Centrada na Pessoa, que segundo ele é a mais correta e adequada denominação à sua teoria.

A Abordagem Centrada na Pessoa foi uma expressão utilizada por Carl Rogers para referir uma forma específica de entrar em relação com outro, estando implícito um modo positivo de conceitualizar a pessoa humana. Esta expressão representa uma evolução no pensamento de Carl Rogers e no quadro teórico por ele desenvolvido, que foi formalizada na publicação do seu livro *Sobre o Poder Pessoal* (em inglês, *On Personal Power*, 1977), onde explicita a aplicação do seu quadro conceptual aos mais diversos campos (GOBBI *et al.*, 1998: 13)

De acordo com Miranda (2013), a Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) está inserida na corrente humanista da Psicologia e tem como um dos seus principais objetivos trazer um olhar diferenciado acerca do que é o ser humano. Nesta linha, a Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) não está de acordo com as ideias de outros psicólogos que se concentram na perspectiva de que todo sujeito possui uma neurose básica. Rogers defendeu a ideia de que todo ser humano tem uma tendência direcionada à saúde e ao crescimento (tendência atualizante), considerando esta tendência como núcleo básico da personalidade humana. Nessa ênfase, o processo psicoterapêutico passou a demandar uma cooperação entre terapeuta e cliente com o intuito de liberar esse núcleo que tem como foco a personalidade, estimulando então ao amadurecimento emocional, a redescoberta da autoestima e posteriormente a da autoconfiança.

A ACP vai além do âmbito das psicoterapias, podendo ser utilizada nas relações humanas de uma forma geral e em todas as relações de ajuda. Essa abordagem tem uma diferenciação em relação às demais sob diversos aspectos e questões, mas sobretudo, por não focar na utilização de técnicas.

3.1 Pressupostos Básicos

Para Rogers (1959), a melhor maneira de poder ajudar alguém é confiar no potencial da pessoa-cliente e em sua condição natural de buscar, pensar, sentir e poder se direcionar no caminho de suas necessidades. A partir dessa visão que a ACP acredita e se baseia para que o psicoterapeuta possa ser um facilitador e promova ao seu cliente condições ideais a este, para que ele possa buscar em si suas próprias respostas. Nesse sentido, dá ênfase à noção de tendência à atualização que é a noção-chave da ACP.

Tendência à Atualização

Segundo Rogers: “Todo organismo é movido por uma tendência inerente para desenvolver todas as suas potencialidades e para desenvolvê-las de maneira a favorecer o seu enriquecimento” (ROGERS, 1959). Ou seja, todo indivíduo possui dentro de si uma capacidade natural de evoluir, ou seja, de se auto dirigir no sentido de buscar suprir as suas necessidades. Em todo organismo existe uma tendência natural de evolução, ou seja, um movimento de atualização a todo o momento. Em nossas vidas, é natural que nos deparemos com diversas influências que podem fazer com que, por diversos motivos, nos afastamos ou nos distanciamos daquilo que somos ou daquilo que sentimos. Mesmo diante dessas condições e acontecimentos que podem vir a acontecer, e é natural que aconteça, a tendência atualizante continua o seu movimento, com o objetivo de nos levar adiante, mas por vezes nos distanciarmos de nós mesmos, acabamos muitas vezes caminhando de maneira distorcida daquilo que realmente seria o melhor para nós.

Quando o psicoterapeuta promove condições facilitadoras para que a pessoa se autodirija, ela tende a ampliar-se internamente e a buscar novas formas de se atualizar, conseqüentemente, ganhará maiores condições de encontrar uma maior harmonia interna e, também, uma maior harmonia com o seu meio. A abordagem centrada na pessoa crendo no potencial humano através da tendência a se atualizar, entende que a melhor forma de ajudar o outro é a criação de condições ideais para que este movimento venha a acontecer, levando em consideração novas possibilidades e perspectivas.

Assim, para que esse potencial humano venha a se atualizar é necessário que algumas condições facilitadoras se façam presentes:

Empatia

Antes de qualquer coisa, em primeiro lugar, é imprescindível e fundamental que tanto o psicoterapeuta e facilitador como o cliente sintam-se bem e verdadeiramente disponíveis nessa relação. A empatia é fundamental em uma relação psicoterapeuta-cliente. O facilitador deverá enxergar o mundo com os olhos do cliente, desta forma, provavelmente a maior disponibilidade interna em livrar-se de seus valores e princípios e assim, compreender melhor o outro sob a perspectiva do outro, seus medos, seus sentimentos, seus motivos e consequentemente mais condições de não julgar ou direcionar a relação de ajuda.

Congruência

A princípio, é fundamental que o facilitador busque ser autêntico aos seus sentimentos e percepções em relação à pessoa-cliente que está buscando ajuda. É imprescindível que tudo que o facilitador sinta de forma persistente na relação seja dito, mas, com muito cuidado, empatia, respeito e, sobretudo com autenticidade. Para a ACP, é muito importante que o facilitador diga o que sente, mas ressaltando que como sendo a sua verdade e não como sendo uma verdade do outro. Em uma relação de ajuda, onde psicólogo e facilitador assume os seus sentimentos como seus, além de proporcionar ao outro o direito de pensar a respeito, por conseguinte, a tendência é que o outro também assuma os seus sentimentos, livre de ameaças e apoiado na aceitação, no acolhimento e na autenticidade.

Aceitação Incondicional Positiva

A aceitação incondicional positiva é a capacidade de aceitar o outro por inteiro; sempre de maneira positiva, entendendo que o outro à sua maneira está sempre procurando uma forma de se sentir bem e se encontrar. O facilitador conseguindo ser empático, terá a convicção de que o outro está sempre em busca de alternativas que possa se entender melhor dentro do seu repertório interno, ou que busca alternativas que entenda também como melhores para si. Através da tendência atualizante, fica 'mais fácil' aceitar a pessoa, mesmo não entendendo ou

não estando de acordo com esta. Aceitar não quer dizer que significa concordar. Em um ambiente que proporciona a pessoa uma acolhida, onde ela possa se sentir verdadeiramente aceita e livre de ameaças, pré-julgamentos e/ou julgamentos, ela tende a ser ela mesma e entrar em contato consigo própria, para ir em busca daquilo que julga importante para o seu desenvolvimento pessoal.

Atributos do Psicoterapeuta na sua Relação com o Cliente

Como vimos, anteriormente, a ACP norteia-se por uma proposta de relação de ajuda em que o psicoterapeuta em sua maneira de ser, preserva a congruência, a empatia, a aceitação incondicional, que possa crer no potencial do outro através da tendência atualizante, recuse a interpretação e o condicionamento, a manipulação, dessa forma o facilitador estará exercendo ajuda ao cliente de maneira centrada na pessoa. Para esta abordagem, o conhecimento do psicoterapeuta tem importância, porém, a sabedoria tem um peso essencial na relação de ajuda. Significa que por muitas vezes o psicoterapeuta cria através de seu conhecimento uma relação vertical entre si e a pessoa que está buscando ajuda, e, conseqüentemente e naturalmente, constrói uma barreira perdendo a disponibilidade real em ouvir o outro desprovido de técnica.

Para a Abordagem Centrada na Pessoa ou o psicoterapeuta vê sentido nesses pressupostos e nesse jeito de ser, ou não haverá condições de existir ajuda dentro da postura centrada na pessoa, pois caso o psicoterapeuta se utilize das posturas citadas, sem que isso faça sentido para ele, naturalmente ele estará se apropriando delas como técnica e a ACP é a não técnica. É um jeito de ser permeado pela relação autêntica por parte do facilitador. (SILVA, 2009)

A Abordagem Centrada na Pessoa sugere um papel mais ativo do psicoterapeuta, com toda sua atenção voltada para o cliente e para os seus sentimentos, provocados pelo próprio cliente. Nesta perspectiva, o terapeuta é conduzido a vivenciar a relação terapêutica de forma mais completa, onde destruirá uma barreira que dividia o terapeuta no momento da terapia, da pessoa que ele era fora da sua sala de atendimento.

Rogers (1942/1979) busca diferenciar a relação terapêutica com outros tipos de relações pessoais. Rogers (1942/1979) especifica seus quatro aspectos fundamentais. O primeiro, ele destaca a presença calorosa e significativa do terapeuta e o que faria evoluir o nível de afeto da relação. Porém, essa implicação teria uma limitação, pois, para o conselheiro, "trata-se de uma relação nitidamente controlada, uma ligação afetiva com limites definidos" (p.97). O segundo aspecto seria a permissão para a expressão do cliente que começa a "reconhecer que todos os sentimentos e atitudes se podem exprimir" (p.98). No terceiro aspecto tem-se o estabelecimento e organização dos limites da relação terapeuta-cliente, como, por exemplo, horários e definições de dias e duração das sessões. O quarto e último aspecto fundamental elencado por Rogers (1942/1979) seria a ausência de formas de coerção ou pressão, pois "o conselho competente abstém-se de introduzir nas situações terapêuticas os seus próprios desejos, reações e inclinações" (p.99).

A partir do exposto, depreende-se que nesse período a comunicação é marcada pela necessidade de uma interlocução clara entre terapeuta e cliente, no que se refere às expressões do cliente. A este último deve-se dar a oportunidade de expressar-se livremente. No entanto, há uma nítida limitação colocada ao terapeuta, pois as manifestações deste se reduzem exclusivamente àquelas que proporcionem mudanças nas percepções que o cliente tem de si. Dessa maneira, priorizam-se as interlocuções que garantam ao cliente a sensação de não coerção e liberdade na sua expressão. Há, portanto, um foco na comunicação do cliente, sendo as manifestações do terapeuta uma ferramenta para facilitar tal expressão e, mais fundamentalmente, não atrapalhá-la. (MIRANDA, FREIRE 2012)

Segundo Cury (1987) o objetivo colocado para o terapeuta é o da permissividade suficiente para que o cliente possa modificar a percepção de si mesmo, por meio da livre expressão de sentimentos. A postura do terapeuta, "criar uma relação caracterizada pelo calor, pelo interesse, capacidade de resposta e uma dedicação afetiva num grau limitado com clareza e precisão" (Rogers, 1942/1979, p.98), proporcionaria e disponibilizaria mecanismos necessários para alcançar esta meta. É importante ressaltar que a postura do terapeuta é técnica, mantendo certo distanciamento de uma relação diretiva com o cliente. O processo terapêutico era

percebido como “a aquisição pelo cliente de insight sobre si mesmo e sobre suas relações, formando desta maneira uma sequência ou série de eventos” (BARRETO, 2005, p. 173).

Portanto, pode-se compreender uma certa unilateralidade da comunicação, visto que o terapeuta não se coloca como um interlocutor, mas, como um facilitador da expressão do cliente. O psicoterapeuta precisa criar um clima agradável que possa permitir que o cliente se sinta a vontade para se expressar. Até mesmo, o terapeuta precisa ‘sair de cena’ para não correr o risco de que seus valores e ideais possam interferir no processo.

A preocupação com o não estabelecimento de qualquer tipo de pressão ou coerção, apontado no último aspecto apresentado, pode ser encontrado ao longo de toda a teoria e prática rogerianas, embora de forma bastante diferente, no que se refere à postura do terapeuta. Ao longo do tempo, Rogers foi ousando propor uma maior pessoalidade do terapeuta, porém diferenciando essa postura de uma pressão ou coerção de base moralista. Nem toda expressão, mesmo que de cunho pessoal e carregada por valores, estabeleceria uma coerção moral ao cliente. (MIRANDA, FREIRE 2012).

A relação entre consciência, comunicação e campo fenomenal constitui a terapia rogeriana como um espaço para as livres expressões do cliente. O objetivo é facilitar o acesso ao campo fenomenal deste, permitindo assim, uma maior compreensão de suas condutas. Também existe uma preocupação redobrada do terapeuta em relação ao seu próprio campo fenomenal, visto que ajudaria e possibilitaria captar com mais precisão o que está sendo transpassado e comunicado pelo cliente. Busca-se, assim, a melhoria do acesso do terapeuta ao campo fenomenal do cliente, o que auxilia a trazer experiências à consciência. Para Rogers (1979):

A premissa básica do terapeuta, ou aconselhador, era que o indivíduo tem capacidade suficiente para lidar com todos os aspectos de sua vida que podem vir à consciência. Assim, o terapeuta se esforçava para criar uma relação interpessoal na qual o material pudesse vir à consciência. (p.56).

3.2 As Fases da ACP

No contexto histórico da abordagem centrada na pessoa (ACP), fazendo relação às premissas históricas, temos que pontuar as fases que fazem referência à historicidade dessa abordagem humanista. Segundo Moreira (2010), são três fases referentes à psicoterapia; Fase Não-Diretiva (1940-1950), Fase Reflexiva (1950-1957), Fase Experiencial (1957-1970) e, uma fase referente à ACP; Fase Inter-Humana (1970-1987)

A *Fase Não-Diretiva (1940-1950)*, é a primeira fase que faz referência a Psicoterapia Não-Diretiva, ocorreu durante o período em que Rogers estava na Universidade de Ohio, entre 1940 e 1950). A obra principal desta fase é *Counseling and psychotherapy*, que foi publicada em 1942 nos Estados Unidos, e no Brasil foi no ano de 1973, com o título *Psicoterapia e consulta psicológica*. A Psicoterapia Não-Diretiva parte do pressuposto que tem como base o crescimento individual e saúde. Dá mais ênfase e foco aos sentimentos do que aos intelectuais, foca no presente do indivíduo ao invés do seu passado, colocando como centro o indivíduo e não no problema dele, respectivamente, o terapeuta terá como uma experiência de crescimento a própria relação terapeuta/cliente.

Nessa fase, as atitudes do terapeuta privilegiam a técnica da permissividade, através de uma postura de neutralidade em que o profissional deveria intervir o mínimo possível (Holanda, 1998). Segundo Wood (1994), o psicoterapeuta (ou "conselheiro", termo mais utilizado nessa etapa) renuncia ao papel de especialista, tornando mais pessoais as relações com o cliente e conduzindo a sessão a partir da orientação ditada por este último (denominado "paciente" em *Psicoterapia e consulta psicológica*). Ou seja, é o cliente quem conduz o processo, e não o psicoterapeuta, que, intervindo minimamente, pretende não dirigir a sessão, deixando que o primeiro o faça. (MOREIRA, 2010).

Na *Fase-Reflexiva (1950-1957)*, denominação dada pelo fato de o reflexo de sentimentos ser muito utilizado, o terapeuta promove ao cliente o desenvolvimento do mesmo em uma atmosfera desprovida de ameaça, ou seja, sob condições facilitadoras a este. Nesta linha, a noção de "não-direção" logo, é substituída pelo direcionamento do foco voltado para o cliente, tendo o mesmo como

o centro, propondo por parte do terapeuta um papel mais ativo e transformando o cliente no maior foco de sua atenção.

É desenvolvida a teoria das atitudes facilitadoras, segundo a qual o psicoterapeuta deve apresentar três condições para que ocorra o crescimento do cliente: empatia, aceitação positiva incondicional e congruência. Através da empatia, o psicoterapeuta busca perceber e compreender o mundo do cliente na perspectiva dele. A aceitação positiva incondicional consiste no respeito incondicional, por parte do psicoterapeuta, à individualidade do cliente. A congruência, ou autenticidade, é descrita como o grau de correspondência entre o que o terapeuta experiencia e o que comunica ao cliente, sendo ele mesmo na relação terapeuta-cliente. (MOREIRA, 2010)

Rogers, em um de seus artigos publicado no ano de 1957, “As condições necessárias e suficientes para a mudança terapêutica da personalidade” desenvolveu a teoria das atitudes facilitadoras do processo terapêutico, explicitando as condições necessárias e suficientes para que ocorra uma construtiva mudança de personalidade:

1) Que duas pessoas estejam em contato psicológico; 2) Que a primeira, a quem chamaremos cliente, esteja num estado de incongruência, estando vulnerável ou ansiosa; 3) Que a segunda pessoa, a quem chamaremos de terapeuta, esteja congruente ou integrada na relação; 4) Que o terapeuta experiencie consideração positiva incondicional pelo cliente; 5) Que o terapeuta experiencie uma compreensão empática do esquema de referência interno do cliente e se esforce por comunicar esta experiência ao cliente; 6) Que a comunicação ao cliente da compreensão empática do terapeuta e da consideração positiva incondicional seja efetivada, pelo menos num grau mínimo (p.157). (MOREIRA, 2010)

A *fase experiencial* (1957-1970) foi denominada e marcada como experiencial devido às mudanças rogeriana e também algumas influências levadas ao conceito de experiencição, de Eugene Gendlin, que passou a ter um foco às experiências vividas do cliente, do psicoterapeuta e entre ambos (CURY, 1987;

1988). Nessa fase, o intuito da psicoterapia é promover ajuda ao cliente, para que ele possa usar plenamente sua experiência no sentido de possibilitar uma maior congruência do desenvolvimento racional e do self, ou seja, a ênfase versa sobre a vida intra e interpessoal, e nessa perspectiva, a relação terapêutica passa a obter significado enquanto encontro existencial.

O psicoterapeuta deve confiar em seus próprios sentimentos, sendo congruente com a própria experiência; ou seja, a sua experiência passa a ser entendida como parte da relação terapeutacliente. É nesse sentido que a relação deixa de ser entendida como centrada no cliente, para ser compreendida como bicentrada, visto que consiste em um esforço para explorar dois mundos fenomênicos, fazendo-os interatuar em benefício do cliente através da criação de novos significados a partir do espaço experienciado por ambos. (MOREIRA, 2010)

“O psicoterapeuta utiliza-se de seus sentimentos como movimentos dirigidos ao cliente, ocorrendo um diálogo íntimo e inter-subjetivo entre ambos (CURY, 1987; 1988; MOREIRA, 2001; 2007)” Nessa mesma fase, Rogers com os seus colaboradores, trabalham mais intensamente, aceitando ideias, sugestões e críticas.

A fase experiencial ainda é a fase em que a prática clínica rogeriana tem uma aproximação maior das abordagens de tradição fenomenológica, tendo maior foco na pessoa do cliente e focalização na experiência intersubjetiva deste. Na pesquisa de (MOREIRA, 2001; 2007), demonstra a análise de sessões de psicoterapia de Rogers em diferentes fases, vejamos:

A concepção de pessoa como centro, impede Rogers de realizar uma psicoterapia fenomenológica. Mais do que isso, o centramento na pessoa direciona, restringe, e pela mesma razão, empobrece o processo terapêutico, tal como se observou no exemplo mais ortodoxo - a entrevista de Bryan - e na entrevista aparentemente menos centrada - de Jan. A análise da prática clínica rogeriana mostra que esta caminha em direção à fenomenologia; da pessoa como centro para a experiência, o que se pôde ver na entrevista com Glória, durante a fase experiencial. Entretanto, para

que o modelo de psicoterapia que nos deixou Carl Rogers possa assumir todo seu potencial de contribuição fenomenológica, é necessário que deixe, definitivamente, a busca de um suposto homem interno - a pessoa - voltando-se para uma terapia do fenômeno emergente que, como demonstra o mesmo Rogers, já existe potencialmente embrionária em sua proposta (MOREIRA, 2007, p.218).

Na fase *pós-rogeriana* ou *neorrogeriana*, um 'revisitamento' do pensamento de Carl Rogers na contemporaneidade, depois de mais de 30 anos após sua morte, nos leva a pensar e fazer questionamentos da quantidade de profissionais que utilizam sua abordagem como psicoterapeutas, e, como está a prática e o pensamento desses profissionais? Nos últimos 30 anos, desde a sua morte no ano de 1987 (mil novecentos e oitenta e sete), a abordagem centrada na pessoa (ACP) teve um grande desenvolvimento e grande diversidade de vertentes em diversos lugares do mundo. É interessante ressaltar que essas vertentes pós-rogerianas partem de fases diferentes do pensamento de Rogers, tais quais: o pensamento existencial-fenomenológico ou humanista-fenomenológica. Levando em consideração as implicações tanto metodológicas como epistemológicas, cada linha, que variará segundo o seu desenvolvimento depois de Rogers, após essa variação e nesse sentido que passam a ser neorrogerianas, ou seja, assumindo uma própria identidade. Consequentemente, a linha humanista-fenomenológica terá a idealização de homem mundano e do trabalho clínico.

3.3. A Abordagem Centrada na Pessoa no Brasil

A Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) teve o seu crescimento principalmente entre os anos de 1950 e 1970, sabemos que essa época foi marcada pela Revolução Chinesa e Cubana, Guerra Fria, Guerra do Vietnã e, no Brasil, pelo Golpe Militar de 64, além de outros movimentos.

Vale lembrar que no cenário internacional cresce o horror norte-americano ao comunismo, especialmente em razão da Revolução Cubana (1959), à Guerra do Vietnã (1959 a 1975) e pela intensificação da Guerra Fria, período que compreendeu o final da Segunda Guerra Mundial (1945) e o fim da União Soviética (1991) juntamente com a queda do Muro de Berlim na Alemanha, conflito que envolvia os Estados Unidos e a União Soviética e suas zonas de influência, separando o mundo em dois blocos (BLAINEY, 2009).

Partindo do ponto inicial das informações levantadas por Tassinari (2010) sobre contingência e constituição da ACP no Brasil, são apresentados alguns indicativos, dentre eles a que a brasileira Mariana Alvim, provavelmente teria sido a primeira pessoa a trazer as ideias de Carl Rogers para o Brasil. Mariana Alvim conheceu Carl Rogers no ano de 1945, em Chicago, quando foi trabalhar com menores delinquentes nos EUA. Mariana Alvim aprendeu na época o que se denominava de “entrevista não-diretiva”. No ano de 1947, Mariana foi chamada para organizar o ISOP que significa Instituto de Seleção e Orientação Profissional, localizado no Rio de Janeiro, foi o ponto de partida para a utilização da “técnica não-diretiva”.

Podemos destacar que uma das primeiras ações de institucionalização da Abordagem no Brasil foi à criação do Serviço de Aconselhamento Psicológico (SAP), na Universidade do Estado de São Paulo (USP), no ano de 1960. O SAP tinha como coordenador Oswaldo de Barros Santo e este tinha como apoio sua ex-aluna Rachel Rosenberg. O Aconselhamento era um serviço que tinha como base teórica ancorada o pensamento rogeriano. Na década de 1970 foi criado pela iniciativa da psicóloga Rachel Rosenberg o Centro de Desenvolvimento da Pessoa no Instituto Sedes Sapientiae.

A ACP se fez presente no primeiro curso de Psicologia da Universidade Federal de Minas (UFMG) no ano de 1963. No curso de Psicologia da UFMG, foi contemplado com seminários e os professores tiveram treinamento sobre a Teoria Centrada no Cliente. É importante ressaltar que o primeiro grupo de psicoterapeutas desta abordagem foi coordenada por Antonio Luiza Costa, no final da década de 60 em Minas Gerais. No ano de 1975, é fundado no Rio de Janeiro, o Centro de Psicologia da Pessoa, este, é considerado um dos núcleos mais antigos do Brasil que continua em atividade através de atendimentos psicoterápicos, de cursos de formação e organização de eventos.

De 1977 a 1986: Fertilização – Seu marco se dá com a vinda de Carl Ramson Rogers e sua equipe (John Keith Wood, Maureen Miller, Maria Constança Villas-Boas Bowen e Jack Bowen) ao Brasil em 1977. Observa-se neste período o entrosamento dos profissionais interessados por esta Abordagem, a organização de vários eventos assim como a criação de núcleos de profissionais. Com a vinda de Rogers e a realização dos primeiro e segundo workshops de grande grupo (Arcozelo – 1977 e 1978), toda a comunidade brasileira teve oportunidade de participar e promover eventos que estimularam o pensamento sistematizado sobre a ACP. (TASSINARI, 1994)

Entre os anos de 1987 e 1989, houve um declínio devido a morte de Carl Rogers (EUA, janeiro de 1987), e em seguida de Rachel Rosenberg (São Paulo, junho de 1987). Obteve-se a saída de alguns precursores expressivos como Tereza Cristina Carreteiro do Rio de Janeiro e Teresa Dourado de Recife, e, do meio acadêmico o Lúcio Campos, também natural de Recife. Diante destas perdas, foi notado principalmente a região sudeste do Brasil muito abalada. Neste ano e período, já se observava uma execução de atividades através de núcleos em estados, até então pouco ativos, no estado da Paraíba, Ceará e Alagoas. No período de luto, a comunidade centrada na pessoa necessitou de um tempo para a superação destas perdas e ir de encontro à sua própria energia para poder fortalecer ainda mais o seu trabalho. Em algumas pesquisas, foi entendido que a influência de outras abordagens na época, como a Psicanálise e até as Terapias Corporais, no meio acadêmico, pode também ter contribuído para este declínio.

No ano de 1990 até 1994, foi um período caracterizado como Ascensão e Renascimento. Este, caracterizado por um aumento bem significativo de formação de núcleos, uma totalização de seis, neste período de quatro anos. Núcleos estes, formados por ex-alunos de profissionais e terapeutas. Obteve-se aumento de eventos vivenciais, profissionais (um aumento mais significativo do que nas décadas anteriores), produções escritas, como os trabalhos apresentados nos eventos, de artigos publicados, mesmo com a escassez de livros escritos e editados no Brasil. Nesta mesma década, de 90, pôde ser observada a tamanha evolução do nordeste referente à Abordagem Centrada na Pessoa. Os estados da Paraíba, Rio Grande do Norte, além de alguns já citados, foram influenciados bem também como influenciadores de outras regiões do país.

Atualmente, dos anos 2000 aos dias atuais, podemos dizer que a abordagem centrada na pessoa está se deixando ‘descobrir e construir’, ou seja, sempre em fase de construção e descobrimento. A obra de Carl Rogers está vivíssima e, conseqüentemente em processo. Talvez nessa fase pós-rogeriana, assim afirmada por Segrera (2002), possa se construir algo não novo, mas que ganhe nomes e existência própria.

Em síntese, os psicólogos rogerianos procuram criar as condições favoráveis para a pessoa descobrir o seu próprio caminho e percorrê-lo por conta própria. O interesse desses profissionais - sejam educadores ou psicoterapeutas - é que a pessoa aprenda por si mesma. Que as pessoas aprendam de algum modo a confiar mais em si mesmas, nas próprias percepções e interpretações. (CAMPOS, 2005).

4. A Terapia Expressiva Centrada na Pessoa: contextualização e método

Como já dito, anteriormente, a Terapia Expressiva Centrada na Pessoa foi criada por Natalie Rogers e colaboradores. Ele nasceu no dia nove de outubro de 1928 e é filha de Carl Rogers e Hellen Elliott Rogers. Natalie Rogers seguiu os caminhos acadêmicos do seu pai, se tornando uma psicoterapeuta centrada na pessoa, e criou, juntamente com ele e alguns colaboradores a terapia expressiva ou conexão criativa em psicoterapia; ela é a pioneira na terapia das artes expressivas. A Dra Rogers é formada na área e dedicou sua vida como psicoterapeuta, mais precisamente na terapia expressiva centrada na pessoa, que em seu livro, ela nomeia como a Conexão Criativa. Natalie declara que sua missão pessoal é a de facilitar a cura pessoal, e anexar às artes expressivas no trabalho intercultural para a resolução de conflitos.

Foi no ano de 1974 que Natalie Rogers, Carl Rogers e mais cinco colaboradores iniciaram workshops de verão residenciais chamados de “The Person Centered Approach” (a Abordagem Centrada na Pessoa), nesses workshops tinha a participação de sessenta a cento e cinquenta pessoas. Natalie e Carl Rogers tinham encontros na comunidade em grupos, eles optavam por mencionar esses grupos como grupos de interesse e bons momentos.

No contexto dessas experiência, Natalie e mais um colaborador chamado Jared Kass, perceberam a necessidade de algo a mais do que o simples falar e, ofereceram um “grupo de movimento”, o qual era muito mais que um simples movimento. Natalie alertava as pessoas de que elas não precisariam ficar sentadas falando o tempo todo, estas, poderiam se expressar de alguma forma artística a qual pudesse representar um “grupo de arte e movimento” ou “espaço-stúdio” que poderia envolver toda a mídia.

O termo “artes expressivas”, segundo Natalie, significa a utilização de diversas formas da arte para expressar sentimentos internos através de um meio externo que possa facilitar o crescimento e a cura. O visual, o sonoro, as artes do movimento e a redação criativa são caracterizadas como a linguagem da alma e do espírito e que podem ser aproveitadas para a exploração no campo das emoções humanas e fazer com que permita o desenvolvimento de um sentido positivo do self.

A combinação da conexão criativa ou ‘artes expressivas’ com a abordagem centrada na pessoa é considerado um avanço natural. Em relação a um enquadre terapêutico, as artes expressivas é uma forma de aproximar-se do medo, da vergonha, do nojo, da culpa inconscientes e não expressados, que frequentemente nos levam a prisão de um padrão de silêncio. Essa expressão criativa, quando compreendida e aceita, pode facilitar e ajudar os participantes ao enfrentamento destes sentimentos obscuros e tornar-se uma ponte para a alegria, amor, compaixão, etc.

O terapeuta da arte expressiva centrada na pessoa explica ao cliente que, além da fala, existem outras atividades que podem facilitar a terapia. Em algumas situações, uma vez que o cliente já tenha explorado suas emoções e pensamentos a nível verbal, pode-se utilizar a cor ou o movimento para alcançar maior profundidade na autocompreensão. Estas expressões também são parte de uma poderosa linguagem que se estabelece entre o cliente e o terapeuta. A arte se torna uma parte natural do processo terapêutico. (ROGERS, Natalie. 2003)

O psicoterapeuta da terapia expressiva centrada na pessoa, explica ao cliente que além da fala, ele pode optar por outras atividades que podem facilitar a terapia. Em algumas situações, depois do cliente ter se expressado a nível verbal, explorado suas emoções e sentimentos, este pode se utilizar do movimento, cor, ou outro meio que se sinta bem para alcançar uma maior profundidade em sua autocompreensão. Estas expressões também fazem parte de uma linguagem poderosa que se estabelece entre o cliente e o terapeuta. Daí em diante, a arte se torna algo natural no processo terapêutico; em algumas situações, alguns clientes optam até por começar pela arte e, depois ao ver a sua própria criação, decidem falar sobre suas experiências. Fazer uso das artes expressivas se torna algo muito eficaz para ajudar o cliente a se identificar com os seus sentimentos.

Por exemplo, quando o cliente perde um ente querido, a luta é tão dolorosa que não há palavras para expressá-la. No entanto, a cor, argila, uma colagem, o movimento e o som contribuem para expressar essa luta de maneira não verbal e é extremamente benéfico. O participante é capaz de liberar fisicamente

parte dessa dor e, por sua vez, alcança um pouco de insight pessoal. No meu livro, *La conexión creativa: las artes expresivas como meio de cura*, dou um exemplo disto na “La espina de arenque Gail”. (ROGERS, Natalie. 2003)

Em algumas situações, os clientes optam em começar por arte e, depois, a suas próprias criações e atuações, decidem falar sobre suas experiências. Fazer da utilização das artes expressivas é uma forma muito eficaz de ajudar o cliente a se encontrar, ou seja, se identificar com os seus próprios sentimentos. Em relação à raiva, um sentimento que pode ser profundamente reprimido, no entanto, ao utilizar o som e o movimento em uma sala terapêutica desprovida de ameaças e acolhedora, a tristeza floresce existente por detrás da raiva. Quando guardamos a raiva, em algum momento ela volta como um vulcão em erupção. Então, os sentimentos de raiva são normais em todos nós, e utilizar de uma forma terapêutica como as artes expressivas, como uma forma de se encontrar, se expressar e poder ir ao encontro desses sentimentos reprimidos é, para o cliente, muito favorável, onde o mesmo, possa se permitir e se encontrar.

Em uma de suas falas em seu livro “A conexão criativa”, Natalie afirma estar consciente de que estava usando o sentido intuitivo e sensorial. Nas longas sessões diurnas chamadas de ‘a conexão criativa’, Natalie diz que voltamos a ser criança, nós voltamos para: a criança em nós, o primitivo, o alegórico, o mitológico, o psique e nossa conexão com os cosmo. Ou seja, nós sentimos e nos abrimos para recebermos o que estiver para emergir. Algumas percepções também vão de encontro a algumas facetas primitivas e podem nos levar a regredir, porém, outras vezes também podemos estar em sintonia com a natureza; Natalie acredita e em uma de suas falas diz que estamos conectados com nossas vidas passadas, se é que existe a tal vida passada.

Nos grupos que facilitei, constatamos que o processo martela em nosso self primitivo, nosso self criança, nosso lado de sombra e nosso lado de luz. Uma conscientização de grupo emerge. Este processo é para muitas pessoas uma integração de mente, corpo, emoção e espírito. Agora estou me juntando com outros para compartilhar nosso aprendizado. Queremos ensinar aquilo que queremos aprender. Você é parte do processo. Eu imagino uma

árvore; as raízes são a filosofia centrada no cliente, tão básica para o crescimento humano; o tronco é o contexto social no qual existimos e os inúmeros galhos e flores são os modos de criatividade e beleza que temos dentro de nós. Estamos ainda para descobrir os frutos verdadeiros. (ROGERS, Natalie. 2010)

Natalie Rogers caracteriza a conexão criativa como um programa que reflete o desenvolvimento tanto do psicoterapeuta como das pessoas que estão 'pedindo ajuda'. Ela se considera uma seguidora fiel da teoria do seu pai, Carl Rogers, a Terapia Centrada no Cliente/Abordagem Centrada na Pessoa. Natalie percebeu que sendo uma ouvinte empática, isto é, ouvindo a música conforme a música, da mesma forma que escuta as palavras, parte do ponto de referência interno do cliente e possibilita que ele encontre sua verdade interior. É fundamental oferecer um clima propício e seguro, de amor, onde o cliente se sinta a vontade e aceito, e que possamos ser abertos e autênticos.

Posso lhes falar um pouco sobre o que isto é. Não é brincar, não é teatro, não é realmente uma improvisação, dança ou mímica. Não é arte terapia, não é diário escrito, não é trabalho de corpo, não é estimulação sensorial, e ainda (a esta é uma parte importante) é tudo isso junto. (ROGERS, Natalie. 2010)

Mas, o que significa "Terapia Expressiva" ou "Terapia da Arte Expressiva"? Esses prefixos foram utilizados justamente para descrever as terapias consideradas não-verbais, são elas: arte-terapia, dança-terapia, músico-terapia; este termo está incluído também à terapia através da escrita (como poesia entre outros), improviso de teatro e drama. Natalie explica que sua própria definição evoluiu com os passar do tempo e conecta as palavras da seguinte forma: A Abordagem Centrada na Pessoa para a Terapia Expressiva; ela faz essa distinção para a separação da abordagem da escola analítica referente a arte-terapia ou psicoterapia das artes.

Para propor a intervenção da terapia expressiva, precisa de um ambiente aconchegante e propício de um clima agradável, onde as pessoas possam explorar suas forças interiores e isso inclui um olhar voltado para o seu lado sombrio; para que o indivíduo possa experienciar a si próprio e aos demais de

maneira bem significativa; que possa abrir-se para suas habilidades intuitivas; assim como aprender a se expressar por diversos meios; experienciar através de uma consciência de grupo e, por fim, possibilitar a integração de suas mentes, corpos, espírito e emoções.

4.1 O terapeuta expressivo e o contexto da facilitação

Como o próprio nome sinaliza, o método da Terapia Expressiva Centrada na Pessoa é fundamentada em princípios e pressupostos da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP). Nessa perspectiva, o facilitador deve criar um espaço acolhedor, propiciando ao seu cliente (ou grupo) um clima de não julgamentos, onde este se sinta seguro, aberto e livre para expressar-se. Desse modo, o facilitador precisa ser empático, congruente, e aceitar a pessoa e sua experiência (aceitação positiva incondicional).

A função do terapeuta expressivo é ajudar as pessoas a se permitir, a abrir o hemisfério direito do seu cérebro, que é a parte onde nos permite ser intuitivos, subjetivos e emocionais. Um indivíduo se torna terapeuta expressivo centrado na pessoa quando se encontrar guiando as pessoas através do movimento consciente, de experiências artísticas pela improvisação de teatro, música e dramatização; isto é, em um ambiente que compreenda e respeite as diferenças e visão do mundo, como também os problemas pessoais de cada um. O terapeuta criará um ambiente de confiança e comunicação entre as pessoas que estarão presentes, este estará preparado para aprender com os participantes, transigindo ao processo do grupo e emergindo um esforço criativo de uma forma geral.

No ambiente de intervenção, é importante ter em voltas das paredes todos os equipamentos artísticos (instrumentos, fantasias, etc.) como também os materiais (papel, caneta, borracha, lápis de pintar, lousa, etc.). É importante que tenha várias mesas com diversas opções para os participantes; mesas com todos os tipos de instrumentos musicais, incluindo o gravador; mesa com peças de barro e material para colagem como revistas, algodão, etc; mesa com maquiagem, espelho na parede, etc.; mesas com artigos, livros; é importante também ter um colchão com travesseiros grandes onde as pessoas possam relaxar, cochilar ou cair com segurança sem se machucar; etc. Enfim, o ambiente precisa compor essa atmosfera para o trabalho e brincadeira que irá acontecer. Um ambiente onde promova comunicação, intimidade e divertimento.

Em seu livro “A conexão criativa”, Natalie Rogers divide em tópicos todos os quesitos referentes às artes, como também explica que o ambiente deve favorecer ao indivíduo durante a psicoterapia, fazendo com que ele se sinta aceito,

tranquilo, e que possa soltar a sua criatividade. O local onde estamos podem nos afetar de diversas maneiras; no nosso modo de agir, de pensar, de sentir e aquilo que podemos fazer. Com isso, um ambiente apropriado para as atividades criativas é fundamental. Sentir o ar fresco, a brisa leve, alguma vista e privacidade também são primordiais. O espaço precisa e deve ser acolhedor e grande o bastante para que um grupo de vinte pessoas possam interagir, se movimentar rapidamente sem bater um no outro. O psicoterapeuta, como um facilitador, tem o papel de guiar os movimentos, nas artes, etc. Sua participação é fundamental para melhor facilitação da interação do grupo e discussões que seguem. Nesse sentido,

Rever meus próprios sentimentos de ansiedade, raiva, o quanto me preocupo ou fico confusa quando falo sobre minha própria dança ou pintura. Também esclarecer os pensamentos e os sentimentos de alguns membros do grupo de um modo que mostre, “compreendo aquilo que você está dizendo como uma pessoa total”. (ROGERS, Natalie. 1993)

Natalie caracteriza alguns aspectos que acha de grande relevância no momento da facilitação do grupo. É importante estar ciente de seus sentimentos, que são uma fonte para que a expressão criativa seja diretamente canalizada para a arte (argila, pintura, colagem) ou movimentação ou escrita. Como por exemplo, mesmo diante de um dia cansativo, o indivíduo pode transformar esse cansaço em dança, ou seja, pode dançar esse cansaço, ou desenhar esse cansaço. Se estiver triste ou alegre, o indivíduo pode atribuir-se de usar cores ou escrever um poema, uma canção ou expressar seus sentimentos através de um movimento. O indivíduo precisa estar ciente de seu próprio corpo e precisa cuidar-se no grupo de terapia expressiva, pois, este é o único que sabe o que está se passando em seu universo interno, se está sofrendo alguma dor, se precisa adaptar-se aos movimentos e quaisquer possibilidades de seu próprio corpo. Estas instruções não são necessariamente regras, o indivíduo tem a opção de seguir ou não, são dadas como sugestões.

Se o indivíduo escolher observar, que seja um observador participante, poderá ser um grande aprendizado tanto para ele como também para todo o grupo. Este pode identificar-se com alguém no grupo, experienciar através do outro; é importante estar atento a interação e dinâmica do grupo; e, principalmente, observar

sem julgar. As movimentações, em particular, mexem muito com os sentimentos de todo o grupo. É importante o psicólogo ressaltar que, se o indivíduo sentir vontade de chorar ou emitir sons altos, não tem problema nenhum, que todos do grupo precisam respeitar o espaço e o momento de cada pessoa na experiência destes sentimentos em profundidade e sem interrupção. É fundamental que o indivíduo não seja interrompido em seu momento de explicar seus sentimentos, pois, é o momento ideal que ele pode encontrar a maneira de colocar estes sentimentos dentro da arte, seja no movimento, sons, música ou escrita.

Natalie Rogers caracterizou alguns componentes básicos da Terapia Expressiva Centrada na Pessoa, são eles: arte como terapia, música e som como terapia, escrita como terapia e movimento como terapia não necessariamente nessa ordem. A Arte é sinônima de linguagem. Ao observarmos um quadro pintado na parede, sempre tentamos desvendar a mensagem que aquela arte está tentando nos passar. A comunicação artística, segundo Janie, é como uma ponte entre as realidades internas e externas, que encoraja as pessoas a criarem a sua própria forma de arte visual e usam como mensagens que estão mandando para si próprios. Um dos propósitos de arte-terapeuta é ajudar o indivíduo a liberar a energia criativa que tem dentro de si, daí em diante, a escolha é dele.

Todos nós fazemos movimentações por todo momento. Ninguém consegue ficar parado, é inevitável. O movimento é vida e vice versa. É natural que fiquemos paralisados quando alguém nos pede para dançar ou nos mover ou expressar tudo aquilo que estamos sentindo. Natalie usa um tipo de movimento nas terapias expressivas que é chamado movimento com consciência. O movimento consciente tem como foco principal a intencionalidade dos sentimentos evocados ao mover-se. Quando levanto as mãos para o céu me movendo, como me sinto? Segura? Sozinha? O indivíduo precisa estar satisfeito com os seus movimentos e assim poder repassar para a comunicação com as pessoas do grupo. O modo de como a pessoa se movimenta, reflete em seu estado interior e em sua personalidade. O primeiro passo na terapia do movimento é estar consciente de seu corpo; o segundo passo nesse processo é confiar em si mesmo e no impulso interno de seu corpo e, deixar que o movimento floresça; o terceiro é fazer com que a conexão externa se conecte intra-psiquicamente.

Pedi aos participantes que fizesse um movimento “isto sou eu” começando com um impulso e deixando que o

movimento leve a dança a diante. A emissão de sons ajuda a conscientização dos sentimentos que estão ligados ao movimento. O inconsciente fornece a centelha que põe o corpo em movimento. É a diferença entre fazer alguma coisa e deixar que alguma coisa aconteça. (ROGERS, Natalie. 1993)

A escrita livre é um exercício simples e básico. Ajuda o indivíduo a se auto conhecer, pode mostrar que este está perdidamente emaranhado pelo mundo ou o inverso. Ajuda, também, quando o indivíduo está deprimido e, em algumas vezes ir ao encontro de suas preocupações. Natalia descreve algumas instruções que passa para o grupo nos momentos de facilitações:

Escreva durante dez minutos. Não pare de escrever. Não se preocupe com a ortografia, a pontuação, as frases e com a gramática. Se você não pode lembrar de nada para dizer, escreva “Eu não tenho nada para dizer”, uma porção de vezes, até que você vai se lembrar de alguma coisa. Não releia aquilo que você escreveu (pelo menos por algum tempo). (ROGERS, Natalie. 1993)

A escrita livre não é só um meio de saber o que está se passando, o que está pensando, mas também como está sendo escrito, em que ritmo, em que palavras, ou até em que frase; a escrita é uma forma de saída para as pessoas que estão com um bloqueio pela linguagem dos livros, pensamentos dos outros para encontrar os seus, textos, etc. Ao final, se o indivíduo não quiser ler, sua privacidade é respeitada. Caso o autor da escrita leia com a voz muito tímida, é importante que o facilitador façam perguntas estimulantes, como: Posso ler para os colegas com as minhas próprias interpretações? E, conseqüentemente, sempre terá um impacto maior.

Em música e som, Natalia descreve em seu livro, que é importante encorajar os participantes a usarem os instrumentos que ali estão a disposição. Naturalmente, é importante fazer uso de discos com fundo musical para muitos dos movimentos. Fazer com que as pessoas emitam sons para a expressão de seus sentimentos que são evocados com seus movimentos. O facilitador pode fazer a escolha de um grupo que observa e convidá-los a participar, usando instrumentos ou vozes para apoiar o movimento, isso pode fazer com que estes participantes

pensem que estão fazendo um solo, conseqüentemente, eles sentem o apoio entusiástico que estarão dando fazendo o uso dos sons.

Em seu livro 'A Conexão Criativa' e em algumas entrevistas, Natalie Rogers explica que o facilitador além de proporcionar um clima agradável, seguro e de amor, para que o cliente e o psicoterapeuta sejam abertos e autênticos um com o outro. O facilitador precisa ser um ouvinte empático (ou seja, ouvir a música da mesma forma que escuta as palavras) e, através deste ponto, fazer com que o cliente dentro de sua subjetividade 'se encontre', encontre sua verdade interior. A partir do momento em que o facilitador recebe o cliente, este precisa olhar o mundo da forma que o cliente o vê.

O facilitador da terapia expressiva centrada na pessoa, se torna o responsável pelo clima psicológico do grupo; isto é, deixar a comunicação aberta entre as pessoas no desenrolar de uma situação ou durante o encontro (no caso de terapia de grupo), a responsabilidade é do facilitador. Então, é importante que o facilitador implique no estabelecimento de 'algumas regras' para a segurança emocional e liberdade.

Natalie aponta algumas 'regras' para este momento:

"1 – É preciso que o cliente esteja ciente dos seus sentimentos, pois, estes é como uma fonte para que almeje a expressão criativa e esta seja canalizada pela arte;

2 – É preciso que o cliente esteja ciente do seu próprio corpo, pois, é a única pessoa que sabe o que está se passando dentro dele, seja uma dor, alegria, angústia, e precisará adaptar todos esses sentimentos aos movimentos do seu próprio corpo;

3 – Todas as ilustrações são dadas como formas de opções, o cliente tem a opção de não seguir;

4 – se o cliente escolher ser apenas um observador, e, se caso em terapia de grupo, identificar-se com alguém do grupo, pode experienciar através do outro, estar atento as interações e dinâmicas do grupo; e,

5 – observar sem julgar.

4.2 A Conexão Criativa como Arte-Terapia, no Brasil

Nos estudos acerca da Terapia Expressiva Centrada no Cliente, no Brasil, podemos perceber a escassez de estudos fazendo referência a Abordagem Centrada na Pessoa. É de grande relevância salientar a riqueza de estudos em arteterapia em outras abordagens da Psicologia, no Brasil. Sobretudo, é de grande importância o legado de alguns profissionais aqui existentes em nosso país, como também programas e projetos de extensões em Universidades, e também, pós-graduações, etc.

Como vimos anteriormente, nos estudos de Natalie Rogers, ela criou juntamente com o seu pai mais alguns colaboradores, a conexão criativa, ou artes expressivas centrada na pessoa em meados da década de setenta. Não demorou muito para chegar ao Brasil. Ainda na mesma década, alguns psicólogos brasileiros já faziam uso das terapias expressivas centrada na pessoa em psicoterapia no Brasil.

Rogério Christiano Buys, psicólogo brasileiro, tinha um sonho antigo de criar um espaço de desenvolvimento da ACP no Brasil. Começou a se concretizar em janeiro de 1975 com a equipe fundadora do CPP (Centro de Psicologia da Pessoa), formada por Rogério, Magale Dorfman, Márcia Alves Tassinari, Maria Alice Lustosa de Abreu e Teresa Cristina Otênio Cordeiro Carreteiro. No ano de 1989, Márcia Tassinari promoveu, ainda, a vinda de Natalie Rogers ao Brasil, foi quando organizou e participou do treinamento em Terapia Expressiva Centrada na Pessoa.

Márcia é Doutora em Psicologia pela UFRJ e atua na Abordagem Centrada na Pessoa. Em 2010, Márcia Tassinari opta por desenvolver projetos pessoais com a mesma proposta. Ao longo dessas quatro décadas, a psicóloga Márcia Tassinari vem se dedicando aos estudos de Natalie Rogers referente às artes expressivas centrada na pessoa em psicoterapia, seja em grupo, individual ou de casal. Um curso bem recente foi no ano de 2019, Conexão Criativa Psicoterapia Centrada na Pessoa, realizado em uma chácara. Márcia leciona alguns cursos fazendo referência às artes expressivas e levando conhecimento pelo Brasil até os dias atuais.

Meu interesse nesse tema é focalizar a utilização de recursos expressivos, de maneira geral, em psicoterapia, inspirado pelos trabalhos pioneiros de Natalie Rogers, a partir do enfoque da

Abordagem Centrada na Pessoa e mostrar a potencialidade desses recursos, na promoção do crescimento e da reestruturação da personalidade do cliente, além do despertar da criatividade. (TASSINARI, 2019)

Márcia completa, dizendo que a proposta de Psicoterapia Expressiva Centrada na Pessoa não se confunde com a arte terapia ou musicoterapia, terapia corporal, dança terapia, mesmo com a utilização de todas essas contribuições. A sua característica principal é de não priorizar nenhuma forma de expressão do ser humano e poder trabalhar com as formas emergentes e que expressem melhor a experiência do cliente naquele determinado momento para caminhar diretamente para seu crescimento pessoal e cura. Percebeu que na psicoterapia expressiva com adultos, a forma verbal ainda que eficaz, já estava se tornando insuficiente para a autoexpressão do cliente como para a sua própria apreensão de significados profundos. Posteriormente, Márcia começou a fazer uso de maneira tímida inicialmente, a experimentar os recursos da terapia expressiva, e percebeu efeitos inesperados. Márcia, também trabalhou com psicoterapia infantil e também utilizou dos recursos da terapia expressiva centrada na pessoa, visto que para uma criança o processo do 'brincar' é importantíssimo e o psicoterapeuta utilizando desses recursos, a psicoterapia se torna mais dinâmica.

A atenção do terapeuta expressivo volta-se para a maneira como o cliente está utilizando esses recursos e qual a conexão com sua vida, com sua maneira de funcionar no mundo. No sentido de focalizar o processo, o terapeuta estimula o cliente a buscar as mensagens contidas em seus "produtos", isto é, o próprio cliente é quem vai dar sentido ao que ele fez ou está fazendo. (TASSINARI, 2019)

Atualmente, diversos psicoterapeutas rogerianos fazem uso da terapia expressiva em suas psicoterapias, sejam elas individuais ou em grupos. Muitas universidades também trabalham com essa demanda através de projetos de extensão e cursos. O curso "O despertar da criatividade através da terapia expressiva centrada na pessoa" é ofertado pela Universidade Federal de Mato Grosso, coordenado por Ana Rafaela Pecora. Este projeto de extensão tem funcionalidade de segunda à sexta das 18h às 22h e se subdivide em dois

momentos: no primeiro, uma conferência com quatro horas de duração aberta ao público de no máximo duzentos e vinte e duas pessoas e, no segundo momento, um curso com duração de 16 horas, sendo ofertado para vinte e dois participantes. Ambos os momentos são destinados a profissionais e estudantes de psicologia e de áreas afins que interessados na abordagem centrada na pessoa, uma das principais abordagens e vertentes do curso de Psicologia Humanista, fundamentada no trabalho de Carl Rogers, poderão participar. Este curso é facilitado pela Professora e Doutora Márcia Alves Tassinari, que é sócia fundadora do Centro de Psicologia da Pessoa.

A Terapia Expressiva no HUAP (Hospital Universitário Antônio Pedro), é um programa premiado pelo MEC. Este programa compreende diversas ações, cuja principal é um curso de Extensão-PROEX “Curso Cuidar de Si com Arte”. Outro curso é a “Terapia Expressiva como veículo de Cuidado integral no Hospital Universitário Antonio Pedro”, o TECI-HUAP, é inserindo no departamento de saúde da UFF. Este programa e projeto de extensão proporciona atendimentos tanto para o público como também para os profissionais de saúde da Universidade Federal Fluminense (UFF). Uma das ações deste projeto é o “tempo de espera”, são intervenções na sala de espera tanto para pacientes como para seus familiares e cuidadores. Acontecem rodas semanais abertas de dança circulares no saguão do hospital, denominado por “O HUAP vai dançar”. Tem como objetivo desenvolver o cuidado de si através da arte e da terapia expressiva e a aprimorar a qualidade do cuidado aos usuários remodelando o conceito de doença.

O grupo Vivenciarte (Associação Internacional de Terapias Expressivas) fica localizado em Lisboa, Portugal, porém tem atuações aqui no Brasil, coordenado pela Marcelli Ferraz. A Vivenciarte é uma Associação Internacional sem fins lucrativos. Dedicase a ações e pesquisas sobre práticas expressivas integradas em um contexto clínico e também sócio-educativo e comunitário.

Foi fundada por profissionais de diversas áreas como psicólogos, dançarinos, músicos, etc. A intervenção é caracterizada no potencial transformador e terapêutico que a criatividade possui, como sendo um facilitador que contribui para a promoção da saúde psíquica e mental, como também na física do indivíduo em suas diferentes fases da vida.

Nesta associação, são trabalhados grupos psicoterapêuticos expressivos, onde o facilitador das terapias expressivas permitem trazer ao consciente e para realidade do indivíduo, aspectos até então desconhecidos para este, que as pessoas ocultam por vergonha ou medo; o terapeuta expressivo deverá ter uma atitude envolvente, flexível e autêntica, empática, delicada e segura, que possa permitir ao cliente um ambiente favorável e que se sinta aceito.

O Vivenciarte, ainda em sua descrição como princípios fundamentais, explica que o terapeuta expressivo deverá criar e facilitar uma atmosfera de apoio e confiança, proporcionando uma relação próxima e aberta, numa metodologia não diretiva; o facilitador expressivo, como profissional, deverá ter uma postura profissional baseada em princípios éticos, preservando sempre o respeito para com o seu cliente, o sigilo e obtendo sempre a confiança e a identidade dos seus clientes.

5. Metodologia

O presente estudo trata-se de uma Revisão Sistemática da Literatura (RSL) acerca de estudos publicados sobre a Terapia Expressiva Centrada na Pessoa, entre os anos de 1900 e 2020 com o intuito de atingir os objetivos visados neste estudo. A revisão sistemática da literatura é uma modalidade de pesquisa que segue determinados protocolos específicos, onde visa entender a lógica de uma grande coletânea de textos sobre um determinado tema. O foco da revisão sistemática da literatura tem um caráter de reprodutibilidade por outros pesquisadores e uma apresentação de dados e periódicos bibliográficos que foram consultados nas pesquisas. Assim como estratégias de busca e seleção empregadas em cada base, tendo alguns critérios de inclusão e exclusão de artigos científicos e o processo de análise de cada artigo (GALVÃO, RICARTE, 2019).

No trabalho em questão, buscou-se informações acerca da terapia expressiva centrada na pessoa em contexto psicoterapêutico, tendo em vista à sua aplicabilidade e limitações de utilização no contexto brasileiro. Assim, foram utilizadas as seguintes fontes: artigos, revistas e notícias publicadas no período entre janeiro de 1900 e maio de 2020 em periódicos indexados pelas bases de dados SciELO, PePSIC e Periódicos Capes. A busca na base de dados ocorreu entre os dias 13 e 15 de maio de 2020.

Recorreu-se aos seguintes descritores: Natalie Rogers; Natalie Rogers and Conexão Criativa; Natalie Rogers and Terapia Expressiva; Natalie Rogers and método conexão criativa; Natalie Rogers and Psicoterapia Infantil; Artes Expressivas and Centrada na Pessoa; Natalie Rogers and Brasil; Artes Expressivas and Brasil; Conexão Criativa and Brasil; Terapia Expressiva and Brasil. A literatura está relacionada às terapias expressivas em psicoterapia no Brasil, tornando a base como ferramenta para outros estudos envolvendo arteterapia em outras abordagens da Psicologia.

Foram considerados os seguintes critérios de inclusão dos estudos: a) estudos que verificaram a utilização do método da terapia expressiva em psicoterapia no Brasil; b) as limitações e a escassez de estudos referente a esta área; c) estudos que verificaram também o uso da terapia expressiva como recurso em psicoterapia em outros países, como uma forma de comparativo; d) estudos que

demonstram o desenvolvimento e a evolução da terapia expressiva centrada na pessoa desde a criação desta; e) estudos que demonstram a importância das terapias expressivas como recurso terapêutico; e, f) outras abordagens que utilizam a arte como recurso em psicoterapia como uma forma de comparativo.

A seleção dos estudos foi realizada em três etapas: na 1ª etapa foi feita a leitura dos títulos; na 2ª etapa foi a leitura dos resumos dos estudos selecionados na 1ª etapa; e, na 3ª etapa realizada a leitura dos estudos selecionados na 2ª etapa. E, por fim, a inclusão de outros estudos incluídos nas referências destes, que eram capazes de corresponder aos critérios de inclusão definidos para este trabalho, independentemente do periódico de publicação.

Os estudos selecionados foram analisados a partir dos seguintes aspectos: a) a história e o desenvolvimento da terapia expressiva centrada na pessoa; b) o comparativo de estudos em arteterapia em outras abordagens da psicologia; c) os profissionais que fazem uso das terapias expressivas centrada na pessoa, respectivamente no Brasil; e, d) como uma forma de comparativo, outros profissionais que fazem o uso desta, em outros países.

6. Resultados e Discussões

Dos 856 estudos identificados na busca inicial, foram lidos todos os títulos (1ª etapa), 30 deles foram selecionados para leitura dos resumos (2ª etapa) e, dentre eles, 14 foram excluídos após a leitura dos resumos (2ª etapa), pois não atendiam aos critérios de inclusão: (Jorge, 2015; Basso, Souza, Araújo, Cândido, 2019; Campuzano, 2017; Silva, 2016; Fernandes, 2006; Schmidt, Gastaud, Ramires, 2018; Pinto, 2002; Calderón, 2007; Amaral, 2016; Loli, Abrão, Tardivo, 2016; Farias, 2009; Santos, 2009; Mattar, 2010; Sbardelotto, Donelli, 2014; Fernandes, Nascimento, 2019; Rogers, Natalie [S. l.: s. n.], 1993; Silva, Assenheimer, Rodovalho, Rigobello, Gonçalves, Pegoraro, 2019; Tassinari, 1996; Schumacher, 2002; Reis, 2014; Nassif, 2017; Souza, Camargo, Bulgacov, 2003; Guardiania, 2003; Pereira, 2005; Maureen, 2016; Rogers, N 2012; Bilbao, Cury, 2006; Machado, 2010; Sommers, 2011; Vianna, 2012; Bucho, Domingues, 2009).

Portanto, permaneceram para a leitura na íntegra, quatorze estudos mais dois artigos que foram incluídos após a leitura nas referências, totalizando assim, dezesseis artigos, (3ª etapa): Rogers, Natalie [S. l.: s. n.], 1993; Silva, Assenheimer, Rodovalho, Rigobello, Gonçalves, Pegoraro, 2019; Tassinari, 1996; Schumacher, 2002; Reis, 2014; Nassif, 2017; Souza, Camargo, Bulgacov, 2003; Guardiania, 2003; Pereira, 2005; Maureen, 2016; Rogers, N 2012; Bilbao, Cury, 2006; Machado, 2010; Sommers, 2011; Vianna, 2012; Bucho, Domingues 2009).

A figura 1 representa a forma de como foi selecionado os estudos para a presente RSL.

Figura 1: Processo da seleção dos estudos publicados, referente às terapias expressivas centrada na pessoa, no contexto Brasileiro.

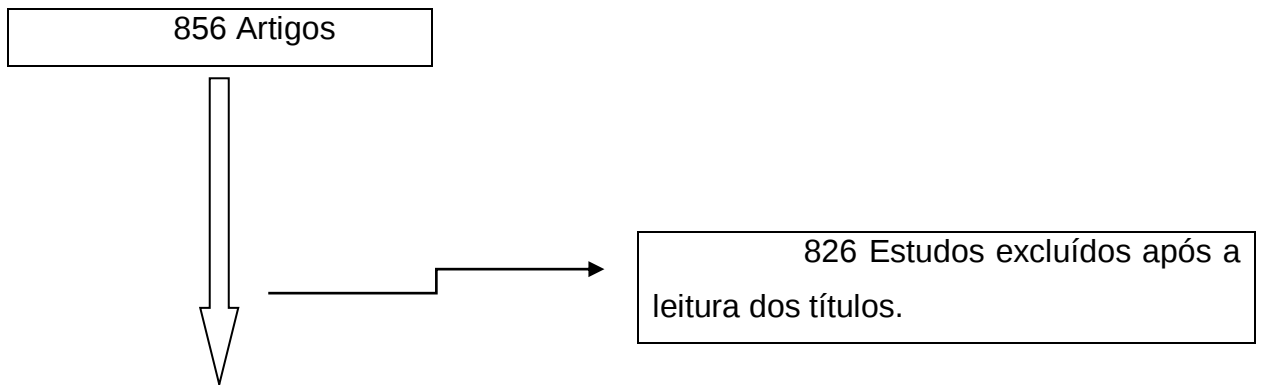
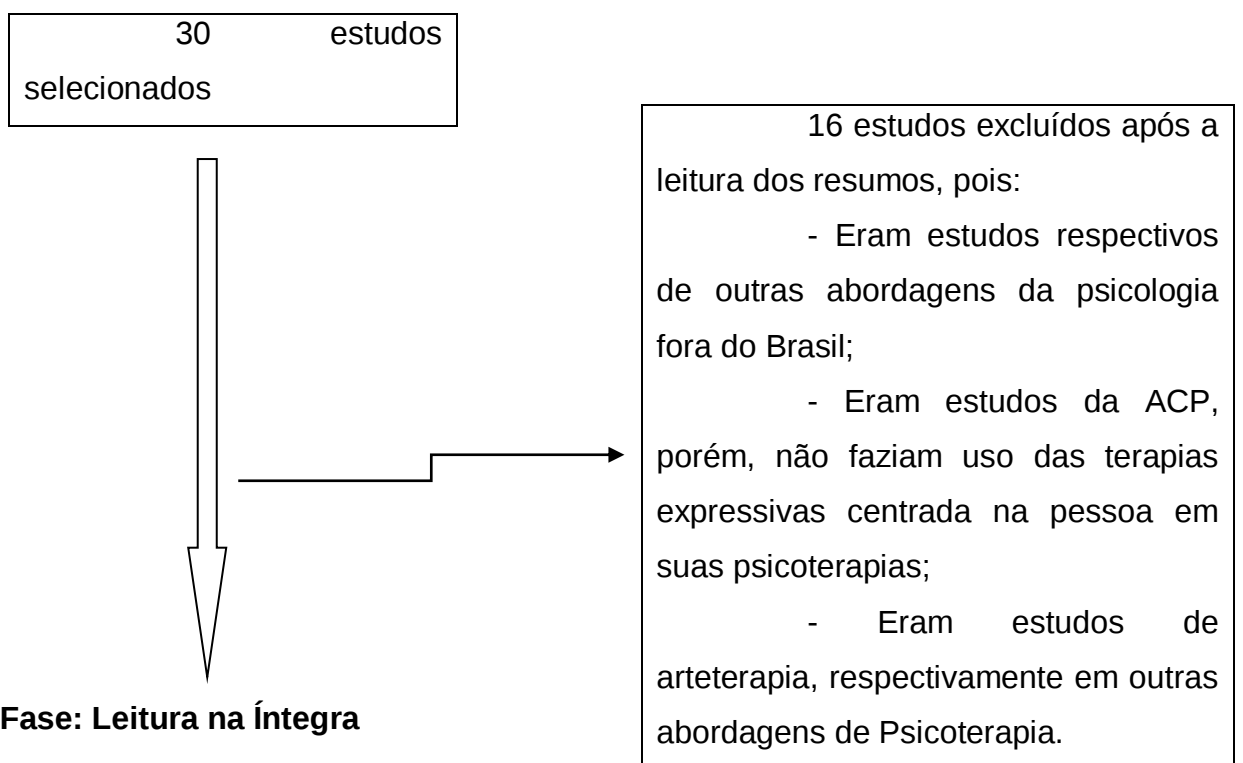
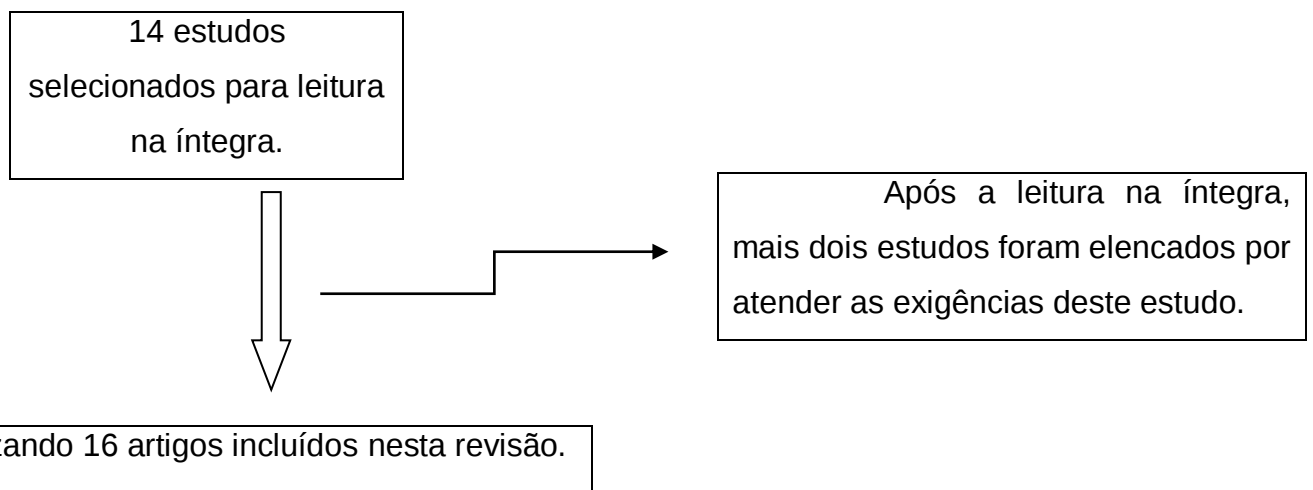
1ª Fase: leitura dos títulos**2ª Fase: Leitura dos resumos****3ª Fase: Leitura na Íntegra**

Tabela 1: Estudos fazendo referência a ACP e às Terapias Expressivas Centradas na Pessoa. (Dez estudos)

AUTORES	ANO
Maureen et. al.	2016
Rogers, N; Tudor e Keemar	2012
Vianna et. al.	2012
Bucho, Domingues	2012
Summers et. al.	2011
Machado et. al.	2010
Guardiana et. al.	2003
Schumacher et. al.	2002
Tassinari et. al.	1996
Rogers, N	1993

Como elencado na tabela 1, os estudos para a RSL no que tange a Abordagem Centrada na Pessoa e a Terapia Expressiva Centrada na Pessoa, são dos referentes autores: (Maureen, 2016); (Rogers, N. Tudor E Keemar, 2012); (Vianna, 2012); (Bucho, Domingues, 2012); (Machado, 2010); (Summers, 2011); (Guardiana, 2003); (Schumacher, 2002); (Tassinari, 1996); (Rogers, N. 1993).

Tabela 2: Estudos que trabalham com arteterapia em outras abordagens da Psicologia, no entanto, fazem citações a teoria de Rogers e às Artes Expressivas Centrada na Pessoa, de Natalie. (Seis estudos).

AUTORES	ANO
Silva, Assencheimer, Rodovalho, Rigobello, Gonçalves e Pegoraro;	2019
Nassif, et. al.	2017
Reis et. al.	2014
Bibão e Cury;	2006

Pereira et. al.	2005
Souza, Camargo e Bulgacor;	2003

Como uma forma de comparativos, demonstrados na tabela 2, foram elencados também estudos de profissionais que trabalham com a arteterapia em outras abordagens da Psicologia, mas, que em um determinado momento, citam a teoria de Rogers e a Terapia Expressiva Centrada na Pessoa, método de Natalie Rogers; são dos referentes autores: (Silva, Assencheimer, Rodovalho, Rigobello, Gonçalves, Pegoraro, 2019); (Nassif, 2017); (Reis, 2014); (Bibão, Cury, 2006); (Pereira, 2005); (Souza, Camargo, Bulgacor, 2003).

Devido à escassez de estudos publicados nesta área, constatou-se um número relevante de outras abordagens em Psicologia que trabalham com a arte, como recurso terapêutico em psicoterapia, desde o final do século XIX e início do século XX, dentre os estudos aqui selecionados, seis deles são referentes a outras abordagens da Psicologia, como elencados na tabela dois: (Silva, Assencheimer, Rodovalho, Rigobello, Gonçalves e Pegoraro, 2019); (Nassif, 2017); (Reis, 2014); (Bibão e Cury, 2006); (Pereira, 2005); e (Souza, Camargo e Bulgacor, 2003). Nas pesquisas, especificamente na 1ª etapa (leitura dos títulos), podemos constatar dos 856 artigos, 674 deles faziam referência à arteterapia como recurso terapêutico em outras abordagens. Muitos são os estudos, artigos, teses, dissertações, workshops, notícias, etc. da arteterapia em outras abordagens da psicologia.

Tabela 3: Estudos Nacionais. (Dez Estudos)

AUTORES	ANO
Silva, Assencheimer, Rodovalho, Rigobello, Gonçalves e Pegoraro;	2019
Nassif et. al.	2017
Reis et. al.	2014
Vianna et. al.	2012
Machado et. al.	2010
Bibão e Cury;	2006

Pereira et. al.	2005
Souza, Camargo e Bulgacor;	2003
Schumacher et. al.	2002
Tassinari et. al.	1993

Os estudos selecionados e publicados nacionais, elencados na tabela 3, foram: (Silva, Assencheimer, Rodovalho, Rigobello, Gonçalves, Pegoraro, 2019); (Nassif, 2017); (Reis, 2014); (Vianna, 2012); (Machado, 2010); (Bibão, Cury, 2006); (Pereira, 2005); (Souza, Camargo, Bulgacor, 2003); (Schumacher, 2002); (Tassinari, 1993); o que demonstra a prevalência de seis estudos nacionais fazendo referência à outras abordagens e apenas quatro à ACP, no âmbito nacional.

Foram encontrados no Brasil grupos psicoterapêuticos em Universidades Federais – projetos de extensão – como cita (VIANNA, 2012) e (MACHADO, 2010), que trabalham com a Terapia Expressiva Centrada na Pessoa, método de Natalie Rogers, assim como grupos psicoterapêuticos independentes, facilitado por psicoterapeutas da abordagem centrada na pessoa. Obtivemos nas pesquisas, também (BUCHO e DOMINGUES, 2012), associações internacionais, porém com acesso no Brasil, que trabalham com a terapia expressiva centrada na pessoa como recurso terapêutico em psicoterapia.

Tabela 4: Estudos Internacionais. (Seis estudos)

AUTORES	ANO
Maureen et. al.	2016
Rogers, N., Tudor e Keemar;	2012
Bucho e Domingues;	2012
Summers et. al.	2011
Guardiana et. al.	2003
Rogers, N;	1993

Os estudos elencados na tabela 4, no que tange a publicações internacionais, são dos referentes autores: (Maureen, 2016); (Rogers, N., Tudor, Keelmar, (2012); (Bucho, Domingues, 2012); (Summers, 2011); (Guardiana, 2003);

(Rogers, N. 1993); onde, cinco destes fazem referência a estudos acerca do tema. O que demonstra maior relevância em estudos internacionais acerca do tema, e, mais uma vez, elencando a escassez de estudos da Terapia Expressiva Centrada na Pessoa, respectivamente, no Brasil.

A presente revisão sistemática realizada evidenciou uma grande escassez de estudos tanto nacionais como internacionais referente às Terapias Expressivas Centrada da Pessoa, especificamente da Abordagem Centrada na Pessoa. Nas pesquisas, podemos observar um número relevante de estudos publicados no que tange à arteterapia em outras abordagens; isto é, o uso das artes em psicoterapia, utilizadas por outras abordagens, como: psicanálise, gestalt-terapia, terapia cognitivo comportamental (TCC), entre outras.

Contudo, é importante ressaltar que, nas pesquisas, tanto em materiais publicados como também em pesquisas na internet, conseguimos observar que existem muitos profissionais da área humanista da abordagem centrada na pessoa (ACP), que fazem uso da terapia expressiva centrada na pessoa em suas psicoterapias, respectivamente no Brasil. Foram escolhidos estudos entre os anos de 1900 e 2020, tendo em vista a escassez e os limites de estudos acerca deste tema.

Entretanto, (nos estudos encontrados e selecionados para a RSL, dez deles são referentes à Abordagem Centrada na Pessoa e às Terapias Expressivas Centrada na Pessoa: (TASSINARI, 1996); (ROGERS, Natalie, 1993); (ROGERS, Natalie, TUDOR e KEEMAR, 2012); (MACHADO, 2010); (VIANNA, 2012); (GUARDIANA, 2003); (SCHUMACHER, 2002); (MAUREEN, 2016); (SUMMERS, 2011); (BUCHO e DOMINGUES, 2017); e, os seis estudos restantes: (REIS, 2014); (SOUZA, CAMARGO e BULGACOR, 2003); (PEREIRA, 2005); (BIBÃO e CURY, 2006); (SILVA, ASSEHCHEIMER, RODOVALHO, RIGOBELLO, GONÇALVES e pegoraro, 2019); (NASSIF, 2017) são referentes a arteterapia em outras abordagens, porém, em determinado momento, citam Natalie Rogers e a Terapia Expressiva Centrada na Pessoa em seus estudos. Dos dez estudos apresentados na tabela 1, quatro são brasileiros e seis são internacionais, isso demonstra a escassez de estudos nacionais nesta área. Dos seis estudos apresentados na tabela 2, concernente a estudos de outras abordagens, todos eles são Brasileiros;

consequentemente, demonstra novamente uma relevância maior de estudos publicados em outras abordagens.

Independentemente dos estudos aqui citados, alguns terem relevância em outras abordagens, pode-se perceber nos estudos que Natalie Rogers e o seu método da Terapia Expressiva Centrada na Pessoa é muito reconhecido tanto no Brasil, como, principalmente nos EUA, Espanha, Portugal, entre outros países. Dentre estes estudos, independente da abordagem ou do País, os profissionais afirmam no geral que, o uso da arte como recurso terapêutico em psicologia, é de grande valia para a atuação deste, e para possibilitar dentro de sua ética, a contribuição para que o sujeito se (re)constitua como o autor de sua própria vida, dentro de sua subjetividade.

É importante salientar que, nos estudos aqui selecionados e encontrados, todos os autores, sem exceção relatam a importância do uso das artes em psicoterapia como recurso terapêutico, independentemente da abordagem. Assim como os estudos internacionais elencados e referentes à Abordagem Centrada na Pessoa, relatam sobre a terapia expressiva centrada na pessoa, em psicologia clínica, como em 'alta' no estrangeiro. Natalie, em um dos seus artigos selecionados para essa pesquisa (ROGERS, Natalie; 1993), salienta alguns países como Estados Unidos e Espanha, que, possuem um número razoável de profissionais da Psicologia clínica da abordagem centrada na pessoa que trabalham com a terapia expressiva centrada na pessoa como recurso terapêutico em suas psicoterapias. Devido o ano do artigo aqui mencionado de Natalie (ROGERS, Natalie; 1993) ser praticamente há três décadas atrás, provavelmente atualmente, deverá ter aumentado ainda mais o quantitativo de profissionais que trabalham com o método de Natalie Rogers nos dias atuais. Neste artigo mais recente (ROGERS, N., Tudor e Keemar; 2012), ela não menciona em relação aos profissionais do estrangeiro que fazem uso da terapia expressiva centrada na pessoa.

As artes expressiva/terapias expressivas centrada na pessoa, diante das pesquisas, apresenta uma vasta gama como prática terapêutica tanto no setor privado como também no público – independentemente de estudos publicados - seja por profissionais que trabalha com psicoterapia individual; seja por grupos terapêuticos em Universidades Federais através de projetos de extensões; seja por

estagiários de psicologia das universidades federais e particulares; seja por facilitações de profissionais psicoterapeutas atuando em hospitais (na ala infantil e adulta); seja por grupos independentes de psicoterapeutas; seja em terapia de casal; individual; seja em estudos de pós graduações, mestrados e doutorados.

Em alguns estudos encontrados nas pesquisas, constatamos alguns grupos psicoterapêuticos de terapia expressiva centrada na pessoa, assim como alguns profissionais que constam trabalhar com esse método de forma independente, sem vínculos e, inclusive, cursos (como pós-graduações), onde, uma autora aqui citada (TASSINARI, 1996) leciona no Brasil, especializações na área, nesta perspectiva da terapia expressiva centrada na pessoa.

Em relação às dificuldades da aplicação da terapia expressiva centrada na pessoa em psicoterapia, especificamente no Brasil, foram constatados em relação aos estudos encontrados, poucos materiais concernente a este tema, possibilitando ao profissional Brasileiro de Psicologia da Abordagem Centrada na Pessoa, certa limitação em suas pesquisas e aprofundamentos; conseqüentemente, pelo fato dessa escassez ser de grande porte, o profissional de Psicologia Brasileiro terá que arcar com estudos internacionais para melhor aprofundamento relativo a este tema.

Apesar de a Terapia Expressiva Centrada na Pessoa ter uma história de um pouco mais de 50 anos, no Brasil, é difícil encontrar estudos que fazem referência em específico a este tema. Sobretudo, obtêm uma vasta gama de profissionais da abordagem centrada na pessoa – independentemente de estudos publicados – que fazem o uso das terapias expressivas centradas na pessoa em suas psicoterapias.

Natalie possui um grande legado, e, em uma de suas entrevistas, elencou sua passagem em alguns países durante sua trajetória, um destes países, se encontra o Brasil (1989). A partir da sua grande contribuição e legado, que proporciona a nós estudantes e profissionais da área, o aprofundamento acerca deste método, possibilitando ao cliente novos recursos e conseqüentemente este terá um avanço natural na psicoterapia a partir da sua criatividade.

Independentemente da escassez (de estudos publicados no Brasil), o profissional de Psicologia Clínica da Abordagem Centrada na Pessoa que fizer uso das Terapias Expressivas Centrada na Pessoa, em relação a especializações terá sim oportunidades, visto que no nosso país em algumas universidades são ofertadas pós-graduações nesta área. E, nesta perspectiva, Natalie Rogers deixa um grande legado de artigos e livros (internacionais) acerca do tema, que proporciona a nós, profissionais e estudantes da área, uma grande riqueza de estudos elencados das terapias expressivas centrada na pessoa.

9. Considerações Finais

Com base na revisão sistemática da literatura foi possível identificar o conhecimento produzido acerca da aplicabilidade do método Terapia Expressiva Centrada na Pessoa como recurso terapêutico, e perceber seus limites de utilização no contexto brasileiro. Desse modo, o presente estudo evidenciou uma grande lacuna para o estudante e profissional brasileiro de Psicologia, devido à escassez de estudos nacionais publicados acerca do tema. Porém, percebe-se uma grande relevância de especializações na área no âmbito nacional, onde o profissional de Psicologia terá grandes oportunidades de aperfeiçoar-se na área. Constatou-se uma relevância maior de artigos nacionais publicados recentemente (2010-2019), fazendo referência a outras abordagens da Psicologia que utilizam a arte como recurso terapêutico em psicoterapia, onde prevalece minuciosamente uma grande limitação acerca de pesquisas para o estudante e profissional brasileiro da área, possibilitando a estes, pesquisas no âmbito internacional referente ao tema.

Diante disto, torna-se importante ressaltar que sejam realizados mais estudos sobre o tema, possibilitando ao profissional brasileiro de Psicologia o aprimoramento de estudos nacionais. Além disso, necessita-se também de estudos publicados com ênfase em estudo de caso, de psicólogos clínicos da abordagem centrada na pessoa (ACP), utilizando a aplicação do método de Natalie Rogers – Terapia Expressiva Centrada na pessoa – em psicoterapia, visto que é de grande valia para o estudante e profissional da área que tenha interesse em aperfeiçoar-se nesta, levando em consideração que no momento obtêm-se, ainda, uma grande relevância de escassez de estudos publicados acerca do tema.

Nessa direção, espera-se que o presente estudo possa contribuir para aprofundar o conhecimento produzido acerca da Terapia Centrada na Pessoa e apontar outras perspectivas de intervenção da Psicologia Clínica para estudantes e profissionais identificados com a abordagem humanista centrada na pessoa (ACP). Contribuição que pode apontar de forma significativa para o aproveitamento das artes expressivas em psicoterapia, no aprofundamento da psicoterapia verbal, a partir de um avanço natural do indivíduo.

10. Referências

- Afonso, M. L. A. Como conduzir uma oficina. (2015). In M.L.M. Afonso (Org.), *Oficinas em dinâmica de grupo na área da saúde* (pp. 283-309). São Paulo: Pearson.
- Baumgart, F. (2007). *Breve história da arte*. São Paulo: Martins Fontes.
- BEATRIZ, Schumacher. UTI neonatal: espaço cênico de um espetáculo de dança / Nicu (neonatal intensive care unit): staging a dance show. **Texto & contexto enferm ; 11(3): 27-35, set.-dez. 2002.**, [s. l.], 2002.
- BILBAO, Giuliana; CURY, Vera. O artista e sua arte: um estudo fenomenológico. **Paidéia (Ribeirão Preto) vol.16 no.33 Ribeirão Preto Jan./Apr. 2006**, [s. l.], 2006.
- BUCHO, João *et al.* Breve viagem ao leme das Terapias Expressivas. **Por Mestre João Luís Bucho e Irene Domingues**, [s. l.], 2012.
- CARRENHO, E.; TASSINARI, M.; PINTO, M. A. S. **Praticando a Abordagem Centrada Na Pessoa: dúvidas e perguntas mais frequentes**. São Paulo: Carrenho Editorial, 2010. [[Links](#)]
- GUARDIANA, Laura. As artes expressivas centradas na pessoa: Um caminho alternativo no aconselhamento e na educação. **Entrevista concedida por Natalie Rogers em 2003 na Revista Electrónica de Investigación Educativa, Vol.**
- LARA, Renan Gomes. **A psicologia humanista de Carl Rogers: uma perspectiva de trabalho no caps**. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 03, Ed. 10, Vol. 06, pp. 125-136 Outubro de 2018. ISSN:2448-009
- MACHADO, Márcia. **CRIATIVIDADE EM CONTEXTOS DE VULNERABILIDADE PSICOSSOCIAL: UMA INVESTIGAÇÃO HEURÍSTICA À LUZ DO REFERENCIAL DA ACP**. 2010. Dissertação de Mestrado (Psicologia) - Mestrado, [S. l.], 2010.
- MIRANDA, Alex. A Abordagem Centrada na Pessoa (ACP). **Centrada na Pessoa**, [s. l.], 2013

NASSIF, Suely *et al.* Técnicas expressivas & Psicologia Simbólica. **As técnicas expressivas**, [s. l.], 2017.

5, No. 2 e gentilmente concedida para a tradução e publicação no site, [s. l.], 2003.

PECORA, Ana. Conexão Criativa: o despertar da criatividade através da terapia expressiva centrada na pessoa: UNIVERSIDADE FEDERAL DO MATO GROSSO. **Departamento de Psicologia**, Mato Grosso, 2012.

PEREIRA, Vanessa. **O potencial terapêutico da Arte e sua utilização para a humanização da assistência hospitalar**. 2005. Monografia (Graduação; Técnico de gestão em serviços de saúde) - Graduação, [S. l.], 2005.

Psicoterapia e relações humanas, v.2, 2.ed. Tradução: Maria Luisa Bizzotto. Belo Horizonte: Interlivros, 1977. Título Original: Psychothérapie et relations humaines: théorie et pratique de la thérapien non-directive. [[Links](#)]

REIS, Alice *et al.* Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do Psicólogo. **Psicol. cienc. prof. vol.34 no.1 Brasília Jan./Mar. 2014**, [s. l.], 2014.

Rogers et.al., Carl (1977). *Psicoterapia das relações humanas*. [S.l.]: Interlivros.

Rogers C. (1977a). Definições das noções teóricas. In C. Rogers & M. Kinget (Eds.), *Psicoterapia e relações humanas* (Vol 1, pp.157-179). Belo Horizonte: Interlivros. [[Links](#)]

ROGERS, Natalie. **A Conexão Criativa**. [S. l.: s. n.], 1993.

ROGERS, Natalie; TUDOR, Louise; KEEMAR, Keemar. Terapia de artes expressivas centrada na pessoa: um encontro teórico. **Publicado on-line: 14 de março de 2012**, [s. l.], 14 mar. 2012.

ROGERS, Carl, (1979) – Poder Pessoal, trad. B. Sá Nogueira, Moraes Editores, Lisboa.

ROGERS, Carl, (2004) – Terapia Centrada no Cliente, trad., Lisboa, Moraes Editores.

ROGERS, Carl R. Liberdade de aprender em nossa década. Porto Alegre: Artes Médicas, 1985.

Rogers, C. (1973). *Psicoterapia e consulta psicológica*. São Paulo: Martins Fontes.
[[Links](#)]

Rogers, C. (1975). *A terapia centrada no cliente*. São Paulo: Martins Fontes.
[[Links](#)]

Rogers, C. (1994). As condições necessárias e suficientes para a mudança terapêutica da personalidade. In J. Wood et al. (Orgs.), *Abordagem centrada na pessoa* (pp.155-177). Vitória: Editora Fundação Ceciliano Abel de Almeida. [[Links](#)]

Rogers, C e Freiberg, H. J. Freedom to learn (3a. ed.) New York: Merill, 1994.

Rogers C. (1977b). O funcionamento ótimo da personalidade (Vol. 1, pp.255-272). In C. Rogers & M. Kinget. (Eds.), *Psicoterapia e relações humanas*. Belo Horizonte: Interlivros. [[Links](#)]

Rogers, C. (1978a). *O tratamento clínico da criança problema*. São Paulo: Martins Fontes. [[Links](#)]

Rogers, C. (1978b). *Sobre o poder pessoal*. São Paulo: Martins Fontes. [[Links](#)]

Rogers, C. (1976). *Tornar-se pessoa*. São Paulo: Martins Fontes. [[Links](#)]

ROGERS, Carl R. Tornar-se pessoa. 5. ed São Paulo: Martins Fontes, 2001.

ROGERS, Carl, (1977) – Tornar-se Pessoa, 4.^a edição, trad. M. J. Carmo Ferreira, Moraes Editores, Lisboa.

ROGERS, Carl, (2004) – Terapia Centrada no Cliente, trad., Lisboa, Moraes Editores.

ROGERS, Carl Ranson, Tornar-se pessoa. [trad. de Manuel Jose do Carmo Ferreira] 2. ed., São Paulo: Martins Fontes, 1961.

Rogers, C. (1983). *Um jeito de ser*. São Paulo: E.P.U. [[Links](#)]

ROGERS, C. R.; KINGET, G. M. **Psicoterapia e relações humanas**, v.1, 2.ed. Tradução: Maria Luisa Bizzotto. Belo Horizonte: Interlivros, 1977. Título Original: Psychothérapie et relations humaines: théorie et pratique de la thérapien non-directive. [[Links](#)]

ROGERS, C. R. **Sobre o poder pessoal**, 4.ed. Tradução: Wilma Millan Alves Penteado. São Paulo: Martins Fontes, 2001. Título Original: Carl Rogers on Personal Power. [[Links](#)]

Rogers, C e Russell, D.E. Carl Rogers the quiet revolutionary: An oral history. Roseville, CA: Penmarin Books, 1980

Rogers, C. On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin, 1965.

Rogers, N. (1993). *The creative connection: expressive arts as healing*. Palo Alto: Science & Behavior. [[Links](#)]

Rogers, N. Emerging woman: A decade of midlife transition. Santa Rosa, CA: Personal Press, 1980.

Rogers, N. The creative connection: Expressive arts as healing. Paolo Alto, CA: Science & Behavior Books, 1993.

RUSSELL, D. E. **Carl Rogers, the quiet revolutionary**: an oral history. California: Roseville, 2002. [[Links](#)]

Ryne, Janie. The Gestalt Art Ex perience. Brooks Cole Publis – hing Co., Monterey, CA, 1973, p. 9.

SILVA, Amanda; ASSENCEIMER, Sthephannie; RODOVALHO, Ana; RIGOBELLO, Taís; GONÇALVES, Rafael; PEGORARO, Renara. Oficina expressiva em centro de atenção psicossocial: relato de experiência de estágio. **Rev. Psicol. Saúde vol.11 no.1 Campo Grande jan./abr. 2019**, [s. l.], 2019.

SOUZA, Simone; DE CAMARGO, Denise; BULGACOV, Yara. Expressão da emoção por meio do desenho de uma criança hospitalizada / Emotion expressed through the drawings of a hospitalized child. **Psicol. estud ; 8(1): 101-109, jan.-jun. 2003. ilus**, [s. l.], 2003.

SUMMERS, John *et al.* O desenvolvimento e a evolução da arte-terapia expressiva centrada na pessoa: uma conversa com Natalie Rogers. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2007.tb00454.x>, [s. l.], 2011.

Terapia centrada no paciente. Tradução: Manuel do Carmo Ferreira. Santos: Livraria Martins Fontes Editora, 1951. Título Original: Client-Centered Therapy. [[Links](#)]

TASSINARI, Márcia. A história da Abordagem centrada na Pessoa no Brasil. **A história da Abordagem centrada na Pessoa no Brasil.**, [s. l.], 1994.

TASSINARI, Márcia *et al.* Atualidades em psicologia: Abordagem Centrada na Pessoa em um Congresso Internacional. **Cad. psicol. (Rio J., 1996) ; 1(1): 31-40, ago.1996.**, [s. l.], 1996

TASSINARI, Marcia. Conexão Criativa Psicoterapia Expressiva Centrada na Pessoa. **Workshop Vivencial**, [S. l.], p. 1-2, 15 nov. 2019.

VIANNA, Denise *et al.* Terapia expressiva: veículo de cuidado integral num hospital universitário. **Capa > v. 1, n. 1 (2012) > Vianna**, [s. l.], 2012.