

A NECESSIDADE DE AUTOESTIMA EM CARL ROGERS

SCARTEZINI, Luma Guirado;
ROCHA, Ana Carolina Raad
PIRES, Vanessa da Silva

Discente do curso de Psicologia
BERVIQUE, Janete de Aguirre
Orientadora, Docente do Curso de Psicologia
e-mail: janetegestalt@uol.com.br

RESUMO: O presente artigo analisa a necessidade de autoestima, segundo Carl Rogers. A necessidade de autoestima é aprendida e se dá no desenvolvimento do indivíduo ainda bebê e os cuidados por ele recebidos. Esses cuidados recebidos na infância são determinantes para o desenvolvimento da autoestima, relacionando-se com comportamentos, afetos e ideias que o indivíduo terá sobre si e o mundo a sua volta.

No artigo foram destacados pontos sobre a teoria de Carl Rogers relacionada ao desenvolvimento do Ego e a necessidade de autoestima presente em cada indivíduo.

Palavras Chave: necessidade de autoestima, Carl Rogers, desenvolvimento

ABSTRACT: This article examines the need for self-esteem according to Carl Rogers. The need for self-esteem is learned and it's still in the development of the individual child and the care he received. Such care received in childhood are crucial to the development of self-esteem, relating to behavior, feelings and ideas that the individual has about themselves and the world around them. Points were highlighted in the article about the theory of Carl Rogers related to the development of the ego and the need for self-esteem present in each individual.

Keywords: need for self-esteem, Carl Rogers and development

1. INTRODUÇÃO

Objetivando apresentar os principais conceitos levantados sobre a teoria da personalidade e a necessidade de autoestima em Carl Rogers, foi feito um levantamento bibliográfico em livros científicos e, também, em base de dados do site Google Acadêmico.

Carl Rogers (1902-1987) é caracterizado por seu método de psicoterapia que criou e desenvolveu. Chamado de terapia não-diretiva ou centrada no cliente, o resultado é uma terapia bem sucedida centrada no cliente, feita em ótimas condições; ou seja, o terapeuta é capaz de estabelecer um relacionamento subjetivo e pessoal com o cliente, lidando de pessoa para

pessoa (BERTRAND, 1991). E, a partir desta ligação, o paciente “entra” na terapia, sendo capaz de expor aquilo que está internalizado, e passa a confiar no terapeuta.

Segundo Hall, Lindzey e Campbell (2000), Rogers também se identificou com a orientação humanista da Psicologia contemporânea, que é uma orientação mais otimista quanto ao homem, acreditando que qualquer pessoa tem dentro de si o potencial para um desenvolvimento sadio e criativo. Por enfatizar as experiências das pessoas, sentimentos, valores e tudo o que representa sua “vida interior”, sua psicologia também se relaciona com a Psicologia Existencial, que é, basicamente, fenomenológica.

A partir da sua experiência clínica, Rogers desenvolveu sua teoria da personalidade; e um dos pressupostos de sua teoria é que as pessoas usam sua experiência para se definir. Existe um **campo de experiência** único para cada indivíduo, contendo tudo o que se passa no organismo, como: eventos, percepções, sensações e impactos dos quais as pessoas não tomam consciência (FADMAN e FRAGER, 1986).

Rogers defendia que o homem desenvolve sua personalidade a serviço de objetivos positivos, e cada organismo apresenta determinadas aptidões, capacidades e potencialidades inatas. Neste processo único para cada pessoa, ocorrem experiências e comportamentos congruentes e incongruentes, ambos necessários ao crescimento saudável e inevitáveis.

Segundo Fadman e Frager (1986), a congruência, termo utilizado por Rogers em sua teoria, refere-se ao grau de exatidão entre a experiência da comunicação e a tomada de consciência; indica o estado de coerência interna e autenticidade do indivíduo, levando-o a aceitar os sentimentos, experiências e atitudes do outro. Para Hall, Lindzey e Campbell (2000), se as experiências simbolizadas que constituem o *self* assemelham-se às experiências do organismo, então o indivíduo é ajustado, maduro e funciona de modo completo; ele aceita viver diversas experiências organísmicas sem ansiedade ou sentimentos de ameaça, e é capaz de pensar realisticamente. Por outro lado, na incongruência, há diferenças entre a tomada de consciência, a experiência e a comunicação desta. Assim, a incongruência faz com que o indivíduo se sinta ameaçado e ansioso, se comportando defensivamente, com um pensamento limitado e rígido.

Tantos os resultados positivos como os negativos da experiência do indivíduo formam o substrato vivencial que sustenta a necessidade de autoestima; esta é um dos tópicos relevantes da teoria rogeriana, da qual trataremos a seguir

2. A NECESSIDADE DE AUTOESTIMA É APRENDIDA

Quando ainda criança, o indivíduo passa por diversas dificuldades e obstáculos, que Rogers caracteriza como sendo normal ao desenvolvimento. Ela é levada a aprender regras para o seu próprio bem, mas que no futuro podem se tornar pontos inibidores da personalidade (FADMAN E FRAGER, 1986).

A partir do momento que a criança toma consciência de si mesma, do *self*, desenvolve uma necessidade de amor, ou **consideração positiva**. É uma necessidade universal em todo ser humano. Segundo Rafael (2002), a consideração positiva desenvolve-se na primeira infância; através do amor e dos cuidados recebidos pelo bebê, a criança descobre que os afetos são fonte de satisfação e, assim, ela aprende a sentir uma necessidade de afeição. Conforme o bebê recebe a consideração positiva ou negativa ele desenvolve sua autoestima.

Para a criança, o amor é tão importante que ela passa a agir de forma que lhe garanta amor ou aprovação, mesmo que não sejam comportamentos saudáveis; ela pode até agir contra seu próprio interesse, visando a agradar ou apaziguar os outros. Mas, se ela sempre se sentisse aceita e seus sentimentos aprovados, talvez isto nunca acontecesse. *“Em tal situação ideal a criança nunca seria pressionada a se despojar ou repudiar partes não atraentes mas autênticas de sua personalidade”* (FADMAN E FRAGER, 1986, p. 230).

Segundo Morris e Albert (2004), Rogers chamou de **consideração positiva incondicional** caso essas avaliações sempre fossem positivas; ou seja, não haveria distanciamento ou incongruência entre o organismo e o *self*, a autoestima seria incondicional, as necessidades de consideração positiva e autoestima não discordariam da avaliação organísmica, fazendo a pessoa funcionar de modo completo. Mas, segundo este autor, a maior parte dos pais trata seus filhos com a **consideração positiva condicional**, valorizando e

aceitando apenas alguns aspectos da criança. A maneira como ela se comporta e satisfaz certas condições é que determinará a aceitação, o amor e afeto dados a ela. Assim, o autoconceito do indivíduo desvincula-se cada vez mais de sua capacidade inata de ser.

A criança aprende a diferenciar ações e sentimentos que são dignos (aprovados) ou indignos (reprovados), através da avaliação dos pais como positivas ou negativas, sobre os comportamentos da criança. As experiências “reprovadas” são rejeitadas, mesmo que para o organismo sejam corretas. Isto acaba levando a um autoconceito em desacordo com as experiências orgânicas. “*A criança tenta ser aquilo que os outros querem que ela seja em vez de tentar ser aquilo que realmente é*” (HALL, LINDZEY E CAMPBELL, p. 371). Neste sentido, Rogers realizou diversas pesquisas que destacaram a importância das avaliações das figuras parentais ou significativas, quanto ao comportamento da pessoa, podendo ocorrer uma grande diferenciação entre o *self ideal* e o *self real* (eu ideal x eu percebido).

A diferença quanto à posição em que determinada característica descritiva de si próprio e a posição em que a coloca quando pensa no que é desejável para si, indica a autoestima do indivíduo. Esta indica a forma como o indivíduo se percebe em relação a determinado aspecto e a importância que ele tem para si. Portanto, a diferença entre a “imagem de si” (*self real*) e o “desejado” (*self ideal*), num grupo de características do indivíduo, levará ao índice de autoestima, ou poderá refletir a autoinsatisfação, motivando-o a procurar ajuda (RAFAEL, 2002).

Rogers acredita que o ser humano tem a capacidade de entender a si próprio e resolver seus problemas de forma a buscar sua própria satisfação e eficácia ao funcionamento adequado. Assim, se o indivíduo não possui conflitos estruturais profundos, apresenta esta capacidade. Independente da aprendizagem, esta característica é inerente ao homem e para que esteja em funcionamento, o indivíduo deve estar desprovido de ameaças ou desafios à imagem que tem de si mesmo (SOUZA, 2006).

O conceito de autoestima foi criado por Stanley Standal, que foi aluno de Rogers, na década de 1950; segundo ele, esta seria uma necessidade adquirida. Na lista a seguir, estão algumas características deste conceito:

- a satisfação da necessidade baseia-se em inferências do campo experiencial do outro, tem ligação com as experiências do indivíduo;

- ao perceber que satisfazendo a necessidade de estima dos outros satisfaz a sua, se torna uma necessidade recíproca, ou seja, satisfazendo o outro, a sua necessidade por consequência também é satisfeita;

- esta necessidade é latente e reforçada pelas experiências sociais e valoração dos outros, ou seja, os valores das experiências dos demais unem-se aos próprios valores do indivíduo. Assim a aceitação e aprovação de pessoas significativas para o indivíduo acabam substituindo o “processo de avaliação orgânica”.

Considerando o desenvolvimento da autoestima, mesmo havendo uma satisfação ou frustração da necessidade de estima em relação às experiências do “eu”, elas podem ser experimentadas pelo indivíduo positiva ou negativamente; nesse contexto é denominada autoestima. Ela surge como uma necessidade adquirida e desenvolve-se a margem das experiências do *self* junto à satisfação e frustração da necessidade de estima. E, assim, independente do que o outro gosta, o indivíduo pode vir a experimentar a perda ou a estima; neste ponto, o marco referencial é o próprio indivíduo. A autoestima está em conexão com a estrutura total e complexa do *self*, isto quando experimentada em relação a experiências do *self* (ROGERS, in MILLON, 1979).

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em sua teoria, Rogers destaca duas necessidades importantes para o indivíduo, a necessidade de consideração positiva e a necessidade de autoconsideração, ambas aprendidas. A primeira desenvolve-se quando o indivíduo é bebê e a segunda em virtude de o bebê receber a consideração positiva dos outros.

A necessidade de autoestima é inerente a todo ser humano, e seu processo inicia-se desde a infância até a maturidade. Conforme a consideração positiva, todo afeto e cuidado recebido pelo bebê influencia no desenvolvimento de sua autoestima. Rafael (2002) destaca a importância do

relacionamento com os pais ou cuidadores, como ela vivencia os sentimentos de amor e de apreço das pessoas significativas para si que, primordialmente, são os pais.

As pessoas significativas para a criança têm uma forte influência sobre ela e a formação da imagem que tem de si mesma, bem como o rumo de sua vida. Os pais através de avaliações, às vezes positivas, outras vezes negativas, quanto ao comportamento da criança, acabam por determinar quais sentimentos e ações são aprovados ou recusados. É aí que a criança pode entrar num conflito, pois ela acaba por excluir as experiências reprováveis, mesmo que para si estejam corretas; é nesse momento que ela tenta ser o que os outros querem ao invés de ser como é. E assim, durante a infância, o autoconceito se torna cada vez mais distorcido, pelas avaliações dos outros.

Com este estudo, foi possível melhor compreender que a autoestima e a relação que temos com os outros quando crianças têm íntima relação. Se a criança é inserida num ambiente de respeito, afeto, aceitação e amor, no qual se compreende seus sentimentos, atitudes e comportamentos, ela pode vivenciar uma experiência plena, chamada por Rogers de consideração positiva incondicional. Por outro lado Morris e Albert (2004), pontua que, na maioria dos casos é perceptível que os pais tratam seus filhos de forma diferente, com a consideração positiva, levando o indivíduo a desvincular-se de sua capacidade inata. Quando as pessoas perdem de vista seu potencial inerente tornam-se retraídas, rígidas e defensivas, sentindo-se ameaçadas e ansiosas; têm sua vida direcionada pelo que os outros querem e valorizam, sentindo-se desconfortáveis e inquietas. Em algum momento, podem perceber que não sabem realmente quem são e o que querem.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BERTRAND, Y. **Teorias contemporâneas da educação**. Lisboa: Instituto Piaget. 1991. p. 39 e 40.

FADIMAN, J. ; FRAGER, R. **Teorias da personalidade**. São Paulo: Harbra, 1986.

HALL, C.S; LINDSEY,L.; CAMPBELL, J.B. **Teorias da personalidade**. Porto Alegre:Artes Medicas Sul, 2000.

MILLON, T. **Teorias de psicopatologia e personalidade**. Rio de Janeiro: Interamericana, 1979.

MORRIS, C. G.; ALBERT, A. M. **Introdução á Psicologia**. São Paulo: Prentice Hall, 2004. P.355

RAFAEL, M. G. **A relação de ajuda e a acção social: uma abordagem rogeriana**. disponível em: <http://www.rogeriana.com/graca/rasocial.htm>. acesso em: 15/03/2011. última atualização: 01/06/2002.

SOUZA, M. D. D. **Relação entre vínculos afetivos e processo de aprendizagem**: um estudo com alunos de São João Del-Rei. Disponível em: <http://www.unipac.br/bb/teses/chdm20072-11.pdf>. Acesso em: 15/03/2011. Última atualização: 21/08/2007.
