

PSICOLOGIA EXISTENCIAL, HUMANISTA E FENOMENOLÓGICA
EXISTENTIAL, HUMANISTIC AND PHENOMENOLOGICAL PSYCHOLOGY

Fabiano de Abreu Agrela Rodrigues¹

RESUMO

O presente trabalho tem como objetivo trazer uma revisão de literatura sobre as principais abordagens da psicologia humanista levando em consideração as suas bases filosóficas, a saber, tanto existenciais como fenomenológicas. Tal abordagem psicoterapêutica começou a se desenvolver nos anos 60 e 70 e tinha como principal objetivo apresentar um novo olhar sobre o indivíduo diferente das perspectivas mais difundidas até então, psicanálise e behaviorismo. Este novo olhar está mais voltado para o homem no seu todo, para as suas percepções, o seu sentido de existência assim como o propósito de vida, fenômenos psicológicos, as suas relações com os outros e com o mundo etc. Por essa razão, a psicologia humanista serve para tratar de transtornos psicológicos, mas também para auxiliar pessoas que desejam se desenvolver tanto emocionalmente como psicologicamente, já que suas principais características partem da corrente filosófica guiada pelo antropocentrismo, a racionalidade e o cientificismo. Trazendo uma busca pela compreensão e equilíbrio das emoções e sentimentos através, Antropocentrismo, onde o homem está no centro do conhecimento; Cientificismo, de modo a encontrar respostas científicas dos fenômenos naturais; Racionalismo, em que a razão humana prevalece; Demonstração da figura humana, suas expressões e detalhes das proporções, baseada nos modelos clássicos greco-romanos; Descentralização do conhecimento, onde a Igreja perde o monopólio do conhecimento com o desenvolvimento da imprensa.

Palavras-chave: Psicologia. Humanismo. Existencialismo. Fenomenologia.

¹ PhD em neurociências, mestre em psicologia, licenciado em biologia e história; também tecnólogo em antropologia com várias formações nacionais e internacionais em neurociências. É diretor do Centro de Pesquisas e Análises Heráclito (CPAH), Cientista no Hospital Universitário Martin Dockweiler, Chefe do Departamento de Ciências e Tecnologia da Logos University International, Membro ativo da Redilat - La Red de Investigadores Latino-americanos, do comitê científico da Ciência Latina, da Society for Neuroscience, maior sociedade de neurociências do mundo nos Estados Unidos e professor nas universidades; de medicina da UDABOL na Bolívia, Escuela Europea de Negócios na Espanha, FABIC do Brasil, investigador cientista na Universidad Santander de México e membro-sócio da APBE - Associação Portuguesa de Biologia Evolutiva.

deabreu.fabiano@hotmail.com

ABSTRACT

The present work aims at bringing a literature review about the main approaches of humanistic psychology taking into consideration its philosophical bases, namely, both existential and phenomenological. Such psychotherapeutic approach started to develop in the 60's and 70's and had as main goal to present a new look on the individual different from the most widespread perspectives until then, psychoanalysis and behaviourism. This new look is more focused on man as a whole, his perceptions, his sense of existence as well as his purpose in life, psychological phenomena, his relations with others and with the world etc. For this reason, Humanistic Psychology serves to treat psychological disorders, but also to help people who wish to develop both emotionally and psychologically, since its main characteristics come from the philosophical current guided by anthropocentrism, rationality and scientism. Bringing a search for understanding and balance of emotions and feelings through, Anthropocentrism, where man is at the centre of knowledge; Scientism, in order to find scientific answers to natural phenomena; Rationalism, in which human reason prevails; Demonstration of the human figure, its expressions and details of proportions, based on classical Greco-Roman models; Decentralization of knowledge, where the Church loses the monopoly of knowledge with the development of the press.

Keywords: Psychology. Humanism. Existentialism. Phenomenology.

1. INTRODUÇÃO

A psicologia humanista é uma abordagem no campo da psicologia focada no desenvolvimento do próprio ser e coloca o indivíduo no centro da terapia levando-o lidar com as suas próprias escolhas, com as suas angústias, assim como a responsabilidade, liberdade, autoconhecimento, consciência de si, do próximo e do mundo. Criando assim um paralelo entre o que é pedagógico e terapêutico, como uma Escola para a Vida, onde o sentido de viver se dá na própria jornada do ciclo vital. A valorização da condição humana dentro do tempo cronológico de sua existência através da experiência desenvolvendo a própria essência, sendo a vida a escola e o tempo o professor, todo ser humano se torna aluno.

Esta vertente é uma das três grandes abordagens da psicologia juntamente com a psicanálise e o behaviorismo e se apresenta como uma resposta a essas duas abordagens ao considerar que o homem não é regido por variáveis inconscientes, sendo sobredeterminado, tendo um código genético que corresponde a algumas características



físicas e o meio que atua modulando (genótipo, fenótipo), autorresponsabilidade e não uma consequência de eventos ambientais, mas um ser livre e que independente das circunstâncias pode tomar as suas próprias decisões.

Ela entende que o homem é capaz de buscar por si mesmo o desenvolvimento das suas potencialidades, encontrar o seu papel no mundo e se integrar nele, ter um papel ativo nas relações interpessoais, melhorar a sua criatividade, motivação, regulando as suas emoções e o seu comportamento assim como a percepção da realidade. Essa autorregulação viria não do controle sobre si, mas da compreensão filosófica sobre o fenômeno da vida e suas alternâncias. Não ter o compromisso com a perfeição, dar a si e ao outro o benefício da dúvida e assumir o erro como possibilidade de aprendizagem.

O presente artigo se propõe a apresentar uma revisão de literatura sobre a psicologia humanista, observando as suas raízes, influências e suas grandes bases, o existencialismo e a fenomenologia. A primeira se trata da percepção do próprio ser, a intuição, metacognição, com as perdas da vida, o tempo e a morte. Compreender realisticamente a condição humana onde há duas características universais a imperfeição e a finitude.

A segunda propõe estudos da própria consciência e dos fenômenos da mente. Portanto, ela põe em perspectiva a personalidade do indivíduo, os seus valores morais e seus próprios compromissos com os outros e com o mundo para a construção de uma vida ideal de acordo com seus interesses (RUSU, 2019).

Foram observadas as influências da filosofia existencialista de Martin Heidegger, Jean-Paul Sartre, Soren Kierkegaard, Nietzsche e da filosofia fenomenológica de Husserl sendo, logo em seguida, apresentadas algumas das abordagens com os seus diferentes propósitos que foram surgindo ao longo do tempo e que possuem a psicologia humanista como base.

Serão apresentadas ao longo deste artigo diferentes psicoterapias humanistas, seus criadores e seus objetivos.

A Gestalt-terapia trabalha com a percepção e com os fatores de obstrução para a regulação das emoções e dos pensamentos, muitas vezes intensificados pela incapacidade de entender a si mesmo, os outros e o entorno de maneira eficiente devido à forma como o indivíduo vê o mundo. A Abordagem Centrada na Pessoa traz uma nova perspectiva



sobre a relação paciente/terapeuta, onde o terapeuta entrega ao paciente um ambiente de total aceitação e empatia, sem julgamentos dos seus atos e pensamentos. Em seguida a Teoria das Necessidades propõe que os homens estão em busca de auto-realização, mas para que ela ocorra é necessário a satisfação de necessidades primárias apresentadas em uma cadeia hierárquica de demanda. A Logoterapia trabalha com o sentido da vida, a busca do homem por um propósito e sua liberdade de sentir e agir independente das circunstâncias. O Psicodrama trabalha com relações em grupo e se propõe a dramatizar um conflito psicológico e/ou emocional de um protagonista com a ajuda de outros indivíduos em diferentes papéis com ele relacionados.

Por fim, a terapia através da Psicoconstrução, traz uma nova visão sobre a psicoterapia, os dados genéticos e a memória primitiva também são responsáveis por influenciar comportamentos, mente e emoções.

2. PSICOLOGIA HUMANISTA

O psicólogo americano Mahlon Brewster Smith (1990) definiu a psicologia humanista como um movimento dos anos sessenta e setenta e que foi iniciado tanto por mudanças sociais quanto por mudanças dos paradigmas da ciência psicológica que até então se mantinham firmes nas teorias psicanalistas e behavioristas.

Tal movimento foi logo abraçado pela contracultura que colocou o homem e suas escolhas no centro, deixando de lado posturas determinantes e mecanicistas do comportamento humano, e uniu a psicologia aos pensamentos filosóficos existenciais e fenomenológicos formando, assim, a terceira força da psicologia.

Esta vertente trabalha com aconselhamento em diferentes áreas e está focada na realização e desenvolvimento do indivíduo em todas as suas potencialidades levando em consideração a sua personalidade, os seus valores morais e o seu lugar no mundo. Podemos dizer que o seu objetivo é a autorrealização.

Existe na corrente do pensamento humanista filosófico, um entendimento de que o homem é capaz de fazer as suas próprias escolhas e não está preso ao meio em que vive nem ao próprio inconsciente. Os teóricos humanistas trabalham, com a percepção do homem em relação a si mesmo com as suas fraquezas e forças e ajuda-o a lidar com



perdas, angústias, escolhas difíceis, tempo, responsabilidade, seu sentido de vida, morte. Com uma postura introspectiva e holística e em busca da totalidade do ser, ela a corrente humanista leva ao desenvolvimento da metacognição, criatividade, intuição, motivação, percepção da realidade, integração consigo e com o mundo e a regulação das emoções melhorando sua qualidade de vida e sua postura diante das dificuldades (RUSU, 2019).

A abordagem humanista tem como base duas escolas filosóficas distintas. Ambas foram se unido ao logo da concepção, evolução e amadurecimento da psicologia humanista, tornando-as quase sinônimos dentro desta perspectiva psicológica.

De acordo com Zieske (2020), o existencialismo observa o mundo em acordo com a mortalidade do homem e apresenta análises mais profundas sobre a vida saindo do âmbito das trivialidades. Ele coloca sobre a mesa questões sobre as relações humanas, a sensação de vazio, o isolamento, a solidão, a falta de sentido na vida, a liberdade, o livre arbítrio e as consequências das próprias escolhas.

Nas suas bases primárias estão presentes as escolas filosóficas de Soren Kierkegaard e Nietzsche, desenvolvendo-se mais tarde com Martin Heidegger, Jean-Paul Sartre, Merleau-Ponty entre outros. Hoje é possível observar a sua grande influência na literatura, psicologia social, psicoterapia, filosofia e ciências sociais além de encontrar, durante a história, vários pensadores considerados existenciais que ou rejeitavam ou eram de épocas anteriores ao surgimento do termo, mas que apresentam no cerne dos seus trabalhos, observações semelhantes em relação a certos problemas relacionados à existência humana, absurdismo, intencionalidade e niilismo (CROWELL, 2020).

Além do existencialismo, a fenomenologia, fundada por Edmund Husserl no princípio do século XX, é um método de observação e estudo dos fenômenos e objetos da consciência e como explicam Rosso e Lebl (2006) para Husserl os fenômenos da consciência devem ser estudados da forma como surgem e como são captados e apreendidos pelos sentidos, compreendendo de maneira lógica a intencionalidade dos fenômenos da consciência orientando a mente para a metacognição e uma percepção realista do mundo.

O método terapêutico da psicologia humanista e a relação psicólogo/paciente têm como base três aspectos fundamentais que refletem de maneira positiva na dinâmica do

relacionamento entre ambos e no melhor desenvolvimento do paciente: a autenticidade, a aceitação condicional e a empatia.

A autenticidade, também chamada de congruência, se relaciona com a capacidade do psicólogo e do paciente de estarem frente a frente despidos de qualquer máscara, autoengano. O paciente deve encontrar um espaço seguro em que possa se apresentar de maneira sincera, um lugar de desabafo onde ele pode dizer o que está em sua mente livre para expressar seus sentimentos sejam eles positivos ou negativos.

A aceitação condicional é praticada pelo psicólogo que vê o paciente com respeito e como um ser único e especial independente da sua condição e dos seus valores. Suas ações não devem sofrer julgamentos. Para Rosso e Lebl (2006), a aceitação condicional garante a qualidade e segurança na relação entre ambos sendo um elemento de grande importância para a construção de um sentimento de pertencimento do paciente que procura ajuda em estágios da sua vida de grande confusão.

A empatia está ligada aos aspectos afetivos da relação entre paciente e psicólogo. É compreender e aceitar os sentimentos e os pensamentos do paciente tal como ambos se apresentam naquele momento. É deixar o paciente expressar-se livremente e entender suas frustrações e dúvidas e assim ele pode refletir melhor sobre si mesmo e sobre o mundo.

Diante disso, observa-se que a psicologia humanista apresenta diferenças tanto conceituais como terapêuticas o que permitiu o surgimento de várias abordagens que se aproximam ou se distanciam do cerne da psicologia humanista.

Após a sua formação foi possível observar uma quantidade considerável de novas abordagens cada uma com suas características e objetivos distintos, mas que bebem da mesma fonte humanista, existencial e fenomenológica.

3. ABORDAGENS TERAPÊUTICAS HUMANISTAS

3.1. Gestalt-terapia

Criada por Frederick Perls, a sua conceituação foi influenciada por diversas correntes de pensamento desde o humanismo e existencialismo até à psicanálise, psicologia da Gestalt e do zen-budismo.

Para a Gestalt, os fenômenos do organismo não devem ser observados de maneira isolada, mas sim, como uma configuração completa. A terapia é voltada para o indivíduo de maneira integral e não apenas observando os sintomas (MOREIRA, 2009, p 3-12).

Ela foi responsável pela introdução de ideias tais como o todo é maior que a soma de suas partes que buscam observar o ser humano através de uma visão holística na terapia e o conceito de figura-fundo que exprime a ideia de que observamos apenas a figura, a imagem que está próximo aos olhos e não o fundo, o todo, que o configura.

Para a Gestalt, a forma como os fenômenos são percebidos pelo indivíduo influencia o seu olhar sobre o mundo e sobre si mesmo.

Através da percepção, os indivíduos olham para o mundo e influenciados pelas suas experiências de vida iniciam um processo chamado de “fechamento”, um princípio gestaltico que afirma que o indivíduo, a depender dos estímulos recebidos, vê contornos, similaridades, ligações e reações de causa e efeito em situações da realidade que não apresentam parecença o que pode acarretar em significações equivocadas (VELASQUEZ, 2001), p. 1095; JAKEL, 2016, p,3-8).

3.2. Abordagem Centrada na Pessoa

Criada por Carl Rogers, psicólogo estadunidense, a partir de observações feitas durante a sua experiência clínica, foi responsável por introduzir as ideias de autenticidade, empatia e aceitação condicional na relação paciente/psicólogo e agregar o aspecto vivencial à ciência. Tal abordagem tem como foco a saúde mental, o bem-estar, a autoestima e a busca pela totalidade (BEZERRA, 2012, p.21).

Para Joseph (2021), Rogers considerava que um indivíduo para ser totalmente realizado em sua vida ele deve ser capaz de se abrir para novas experiências, ser receptivo ao mundo a sua volta e estar em contato com as próprias emoções, do porque de suas reações e das reações dos demais. Deve estar atento aos sinais verbais e não-verbais das pessoas e de si mesmo, entendendo de maneira madura os seus significados e respondendo a esses sinais de maneira empática e madura. É um indivíduo que não se

prende ao passado, vive completamente o momento presente sendo capaz se comunicar com os outros claramente, entendê-los de maneira empática sem julgamentos ou atitudes defensivas.

Para Rogers, o bom funcionamento físico, psíquico e emocional do indivíduo dever estar na certa Abordagem Centrada na Pessoa que busca para o paciente crescimento, desenvolvimento e autonomia. Todo organismo é movido por uma tendência inerente a desenvolver todas as suas potencialidades e a desenvolvê-las de maneira a favorecer sua conservação e enriquecimento. Observemos que a tendência atualizante não visa somente (...) a manutenção das condições elementares de subsistência como as necessidades de ar, de alimentação, etc. Ela preside, igualmente, atividades mais complexas e mais evoluídas tais como a diferenciação crescente dos órgãos e funções; a revalorização do ser por meio de aprendizagens de ordem intelectual, social, prática' (Rogers e Kinget, 1977a, p.159-160).

Rogers (1977b) reitera o fato que o objetivo do terapeuta centrado na pessoa é o de "participar da experiência imediata do cliente", ou seja, ao invés de julgar, avaliar, analisar, interrogar, deve-se seguir o caminho natural do próprio cliente, em suas respostas, a partir de seu pensamento, buscando englobar os significados deste, "ao ponto de retomá-lo e lhe dar uma forma equivalente ou, pelo menos, suscetível de ser reconhecida como sua. Por isto a resposta característica da abordagem rogeriana é conhecida pelo nome de 'reflexo'" (p.53).

A idéia de "reflexo" consiste em estabelecer um canal de comunicação entre terapeuta e cliente que torne efetivamente "comum" os sentidos. Igualmente visa explicitar esses sentidos para o próprio sujeito.

Evidentemente que esse modelo de resposta tem perfis ou gradações. Rogers (1977b) coloca que seriam de três tipos:

- (1) a reiteração ou reflexo-simples;
- (2) o reflexo de sentimentos; e,
- (3) a elucidação.

3.3. Hierarquia das Necessidades Humanas ou a Pirâmide de Maslow

Tal abordagem tem como base fundamental a motivação. Com influências psicanalistas, antropológicas, humanistas e behavioristas ela foi criada por Abraham Maslow e tem como pressuposto a ideia de que determinadas necessidades humanas só poderiam ser satisfeitas se outra necessidade mais fundamental e basilar fosse concretizada.

Segundo Mcleod (2007), os indivíduos possuem diversas necessidades que agrupadas em cinco grandes categorias vão desde alimento, água, descanso a aprender, entender, e se realizar. Tais categorias são: necessidades fisiológicas, segurança, afetividade, estima e realização pessoal. As necessidades fisiológicas devem ser supridas primeiramente para que o indivíduo possa avançar para níveis mais altos da pirâmide.

De acordo com dos Sampaio (2009), Maslow criticava o reducionismo e o mecanicismo na análise do comportamento humano e propunha uma visão holística dinâmica que considera o homem maior do que seu inconsciente, seu papel social, seus neurônios, seus comportamentos e deve ser visto como um organismo completo, com objetivos e propósitos de vida.

3.4. Logoterapia

Criada por Viktor Frankl, psiquiatra austríaco, a logoterapia é uma abordagem centrada na intencionalidade e sentido da vida, também conhecida como uma psicoterapia existencial.

De acordo com Lukas e Hirschi (2002), Viktor Frankl entendia que o conflito existencial do homem não estava preso a existência em si, mas em dar sentido a essa existência. Para o psiquiatra, a vida tem sentido em todas as circunstâncias independente do grau de sofrimento, as pessoas agem procurando um sentido para as suas ações e que as pessoas possuem livre arbítrio e podem escolher como agir em face do sofrimento em acordo com as limitações apresentadas.

Para Martins Filho (2019) o homem tem a capacidade de enfrentar as adversidades e dar sentido aos acontecimentos da sua vida, sejam eles os mais trágicos, eleva-o a um âmbito espiritual.

Para Viktor Frankl a sua forma de apresentar a filosofia é estava assente numa base mais otimista e na crença - resultado de sua experiência pessoal - de que o fim último da existência humana tem uma meta fora do próprio indivíduo, fim este que lhe confere o sentido da própria existência.

3.5. Psicodrama

Com suas raízes no teatro e na psicologia, o psicodrama é uma abordagem terapêutica que se utiliza de elementos do teatro e da dinâmica de grupo, que surgiu em meados dos anos 20 do século passado através dos trabalhos de Jacob Levy Moreno, médico romeno, que foi amplamente utilizado em ambientes de saúde como clínicas e hospitais para o tratamento de várias patologias, como a esquizofrenia, e dos sintomas provenientes do uso de substâncias tóxicas.

De acordo com Cruz et al (2018), o psicodrama tem como objetivo a representação dramática de um conflito interno dos participantes. Durante a improvisação dramática, um protagonista surge e a sua relação com os outros membros que assumem diferentes papéis de auxiliares, como cônjuges, pais, mães, filhos, colegas de trabalho etc. Os conflitos apresentados são amplos, como medos, fobias, dúvidas, conflitos interpessoais e desordens psicológicas e são abordados dentro da dramatização que propõe levar o protagonista para um espaço livre de descarga emocional de um trauma ou purificação da alma, fenômeno também conhecido como catarse.

De acordo com Lim et al (2021), o psicodrama se difere de outras abordagens por sua busca pela total espontaneidade e criatividade. O indivíduo deve ser livre para expressar os seus pensamentos e as suas emoções. Ele auxilia na expressão real de um conflito interno e subjetivo do protagonista e dessa maneira ele se torna capaz de “ver” o seu estado do “lado de fora” conhecendo-se melhor durante o processo, observando seus sentimentos, reações e comportamentos. Em muitos casos tal processo pode ser bastante doloroso, mas é extremamente fundamental.

As técnicas utilizadas durante a dramatização vão desde a inversão de papéis, o espelhamento, o *feedback* dos papéis quando uns agem em resposta ao agir do outro até a interação e utilização de objetos.

3.6. Terapia através da Psicoconstrução

É um método psicoterapêutico que apresenta um novo olhar para as disfunções psicológicas, principalmente relacionadas aos traumas na infância. O seu objetivo não é criticar métodos tradicionais, principalmente os relacionados à psicanálise, porém ela afirma que a busca por razões para os problemas psicológicos, comportamentos e sentimentos das pessoas no inconsciente pode muitas vezes se tornar limitante para o tratamento, em vista de como o cérebro funciona e o papel da memória primitiva (memória genética) que pode influenciar a criar, por diversas razões, memórias falsas que mais confundem do que ajudam no processo de cura.

O cérebro apresenta marcadores neuronais hereditários que influenciam os processos cognitivos principalmente a memória, que levam o paciente a agir de determinada maneira e desenvolver determinada personalidade. Intimamente ligada à memória primitiva, a psicoconstrução afirma que é possível o indivíduo carregar conflitos psicológicos dos seus antepassados, portanto, não há, por parte da psicoconstrução, uma invalidação dos traumas e comportamentos dos pacientes, mas sim a adição de novas variáveis no tratamento como, por exemplo, os dados genéticos.

Para a efetividade da terapia é necessário que o terapeuta entenda como cérebro funciona e seu papel na formação da razão, do intelecto, da personalidade e das emoções humanas (RODRIGUES, 2020).

4. CONCLUSÃO

Como conclusão, pode ser afirmado que a psicologia humanista, também chamada a terceira força da psicologia, se fundamentou na busca pela centralização do homem na terapia, observando-o de maneira integral e holística e não apenas as partes menores da

sua configuração humana, utilizando um modelo ecológico, trazendo o homem de volta ao seu contexto cotidiano e o responsabilizando pelas suas escolhas.

Aliada a pensamentos filosóficos existencialistas e fenomenológicos e extraindo diversos conhecimentos de outras forças da psicologia, como a psicanálise e behaviorista, além de outros campos metafísicos, ela se concretizou como parte fundamental desta ciência pré paradigmática, progenitora de diferentes abordagens terapêuticas voltadas para o desenvolvimento do potencial humano, cura psicológica, melhoria das relações interpessoais do indivíduo e seu papel no mundo. Utilizando o terapeuta como espelho humano, ego auxiliar onde projeta-se sua própria natureza humana, a perspectiva pedagógica e terapêutica da vida, onde o encontro cria um terceiro, uma relação real, única e tão humana quanto a vida fora do “setting terapêutico”.

Essa é a grande característica e diferencial, duas almas humanas em sua essência mais verdadeira a imperfeição e a finitude, onde podem se compreender e apoiar mutuamente. Responsabilização sobre as escolhas, rasgando a fantasia do autoengano e máscaras sociais, usar a relação como troca, sem a perspectiva a soberba ou humilhação e sim, a generosidade e humildade diante do dar e receber. Trazendo para o erro a perspectiva da possibilidade de aprendizagem e acerto.

A expectativa de uma vida mais bem-adaptada e feliz, parte do pressuposto de aumento de autoresponsabilidade e diminuição de expectativa sobre o outro. Estando comprometido consigo mesmo no projeto de vir a ser, se tornar melhor usando como elemento de comparação o próprio sujeito no eterno devir, que é a longa jornada dentro do ciclo vital.

5. REFERÊNCIAS

BEZERRA, Márcia Elena Soares et al. Aspectos humanistas, existenciais e fenomenológicos presentes na abordagem centrada na pessoa. **Revista do NUFEN**, v. 4, n. 2, p. 21-36, 2012. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912012000200004



CROWELL, Steven. Existentialism. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Summer 2020 Edition), Edward N. Zalta (ed.) Disponível em: <https://plato.stanford.edu/archives/sum2020/entries/existentialism>. (ESTÁ CITADO DE FORMA ERRADA)

CRUZ, Ana et al. The core techniques of morenian psychodrama: a systematic review of literature. **Frontiers in psychology**, v. 9, p. 1263, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01263>

RODRIGUES, Fabiano de Abreu. Psychoconstruction-the architecture of the human mind: from memory through the pituitary protected by the sphenoid to the mitochondrial eva. **International Journal of Development Research**, v. 10, n. 11, p. 41930-41935. Disponível em: <https://doi.org/10.37118/ijdr.20400.11.2020>

SAMPAIO, Jáder dos Reis. O Maslow desconhecido: uma revisão de seus principais trabalhos sobre motivação. **Revista de administração-RAUSP**, v. 44, n. 1, p. 5-16, 2009. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/2234/223417526001.pdf>

JÄKEL, Frank et al. An overview of quantitative approaches in Gestalt perception. **Vision research**, v. 126, p. 3-8, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.visres.2016.06.004>

JOSEPH, Stephen. How Humanistic Is Positive Psychology? Lessons in Positive Psychology From Carl Rogers' Person-Centered Approach—It's the Social Environment That Must Change. **Frontiers in Psychology**, v. 12, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.709789>

LERNER, M. Introducción a la Psicoterapia de Rogers, Buenos Aires: **Ediciones Nueva Visión**, 1974.

LIM, Mengyu et al. Surveying 80 Years of Psychodrama Research: A Scientometric Review. **Frontiers in Psychiatry**, v. 12, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.780542>



LUKAS, Elisabeth; HIRSCH, Bianca Zwang. Logotherapy. 2002. Logotherapy. In F. W. Kaslow (Ed.), *Comprehensive handbook of psychotherapy: Interpersonal/humanistic/existential*, Vol. 3, pp. 333–356). John Wiley & Sons Inc. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/2003-00617-014>

MARTINS FILHO, José Reinaldo Felipe. Intencionalidade, Sentido e Autotranscendência: Viktor Frankl e a Fenomenologia. **Ekstasis: revista de hermenêutica e fenomenologia**, v. 8, n. 1, p. 21-37, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.12957/ek.2019.38992>

MCLEOD, Saul. Maslow's hierarchy of needs. **Simply psychology**, v. 1, n. 1-18, 2007. Disponível em: <https://canadacollege.edu/dreamers/docs/Maslows-Hierarchy-of-Needs.pdf>

MOREIRA, Virginia. La Terapia Gestáltica y el Enfoque Centrado en la Persona son enfoques fenomenológicos?. **Revista da Abordagem Gestáltica**, v. 15, n. 1, p. 3-12, 2009. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3577/357735512002.pdf>

SMITH, M. Brewster. Humanistic psychology. **Journal of Humanistic Psychology**, v. 30, n. 4, p. 6-21, 1990. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/002216789003000402>

ROGERS, C. R. *Terapia Centrada no Cliente*, São Paulo: **Martins Fontes**, 1992.

ROGERS, C. R.; KINGET, G. M. *Psicoterapia e Relações Humanas*, v. 1, Belo Horizonte: **Interlivros**, 1977a.

_____. *Psicoterapia e Relações Humanas*, v. 2, Belo Horizonte: **Interlivros**, 1977b.

ROSSO, Maria Angélica; LEBL, Blanca. Terapia humanista existencial fenomenológica. **Revista Ajayu**, v. 4, n. 1, p. 90-117, 2006. Disponível em: <http://scielo.org.bo/pdf/rap/v4n1/v4n1a5.pdf>

RUSU, Marinela et al. The process of self-realization—From the humanist psychology perspective. **Psychology**, v. 10, n. 08, p. 1095, 2019. Disponível em: 10.4236/psych.2019.108071



SPIEGELBERG, H. Phenomenology in Psychology and Psychiatry. A historical introduction, Evanston: **Northwestern University Press**, 1972.

VELÁSQUEZ, Luis Fernando. Terapia gestáltica de Friedrich Solomon Perls fundamentación fenomenológica-existencial. **Psicología desde el Caribe**, n. 7, p. 130-137, 2001. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/213/21300711.pdf>

ZIESKE, Christopher. A Brief History and Overview of Existential-Phenomenological Psychology. *American Journal of Undergraduate Research*. V 17, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.33697/ajur.2020.020>

Submetido em: 09/08/2022

Aceito em: 28/09/2022