

## EXPERIÊNCIA FORMATIVA EM PROCESSOS CLÍNICOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Gabriel Pereira<sup>1</sup>; Márcia Jager<sup>2</sup>

### RESUMO

O presente trabalho descreve a prática supervisionada de estágio específico I e II com ênfase em processos clínicos, vinculados ao curso de Psicologia de uma Universidade privada localizado no centro do estado do Rio Grande do Sul, que ocorreu ao longo do segundo semestre letivo de 2021 e primeiro semestre letivo de 2022. Estágio esse que gera e desenvolve a habilidade para o planejamento da intervenção, utilização e aplicação de procedimentos e técnicas psicológicas a partir de um referencial teórico-prático reconhecido no campo da Psicologia clínica. Realizado no laboratório de práticas da universidade, o qual é uma clínica-escola destinada aos estágios dos estudantes de graduação em Psicologia, que presta serviço à população geral. A experiência permitiu um enriquecimento pessoal, acadêmico e profissional para ingressar no mundo da Psicologia.

**Palavras-chave:** Clínica-escola, intervenção, Psicologia

**Eixo Temático:** Atenção Integral e Promoção à Saúde (AIPS).

### 1. INTRODUÇÃO

Este trabalho tem como objetivo relatar a prática de estágio específico I e II com ênfase em processos clínicos vinculados ao curso de Psicologia de uma Universidade privada localizada no centro do estado do Rio Grande do Sul, ao longo do segundo semestre letivo de 2021 e primeiro semestre letivo de 2022. Busca-se evidenciar a relevância da prática para a formação em Psicologia, especialmente no que se refere à prática em processos clínicos. O local no qual as práticas foram desenvolvidas foi o Laboratório de Práticas da Universidade. Os estágios citados têm como objetivo geral desenvolver a habilidade para o planejamento da intervenção, utilização e aplicação de procedimentos e técnicas psicológicas a partir de um referencial teórico-prático reconhecido no campo da Psicologia clínica.

<sup>1</sup> Autor/Apresentador - Universidade Franciscana, gabrieltepereira@gmail.com

<sup>2</sup> Orientadora - Universidade Franciscana, marcia.jager@ufn.edu.br

A psicoterapia, de acordo com a Resolução CFP Nº010/00, de 20 de dezembro de 2000, é um processo científico de compreensão, análise e intervenção, de prática do psicólogo. Sendo um processo de compreensão científica, é realizada por meio da aplicação sistematizada e controlada dos métodos e técnicas psicológicas, tendo em vista sempre a ética profissional. Seu objetivo é a prevenção e promoção de saúde mental e condições para o enfrentamento de conflitos e transtornos psíquicos, seja por atendimentos individuais ou de grupo.

A abordagem teórica utilizada como referência para os atendimentos clínicos na experiência de estágio foi a abordagem cognitivo-comportamental, especialmente o modelo da Terapia do Esquema de Jeffrey Young (YOUNG; KLOSKO; WEISHAAR, 2008) e o modelo da Terapia Cognitiva de Aaron Beck (BECK, 2013). Os modelos indicados foram utilizados de forma integrativa, sendo definido conforme a demanda clínica apresentada pelo paciente e os objetivos terapêuticos planejados colaborativamente.

## **2. METODOLOGIA**

O estágio foi realizado no Laboratório de Práticas de uma Universidade privada localizada no interior do estado do Rio Grande do Sul. Trata-se de um serviço destinado aos estágios dos estudantes de graduação em Psicologia que prestam serviços à população em geral, cobrando apenas um valor simbólico pelo atendimento, considerando que o objetivo do local é potencializar a experiência dos futuros profissionais da área. Todos os atendimentos clínicos e práticas desenvolvidas no serviço são constantemente supervisionados por professores vinculados ao curso, com formação adequada e experiência na área da clínica psicológica. O público alvo dos atendimentos do serviço são a população geral da cidade e região. O acesso dos pacientes ao serviço se dá por meio de uma inscrição por e-mail ou telefonema, para vagas na lista de espera, que são abertas nos períodos de início de semestre.

## **3. RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Ao longo da prática do estágio descrito foi entrado em contato com um total de sete pacientes com a intenção de realizar processos de psicoterapia individual. Na elaboração deste trabalho, seus nomes foram trocados para preservar suas identidades e garantir o sigilo profissional. Relata-se a experiência desenvolvida com cinco pacientes, visto que os demais não permaneceram no serviço em tempo de caracterizar psicoterapia.

Uma das pessoas atendidas apresentou como demanda inicial emoções e pensamentos desadaptativos, decorrentes da sua relação com seus pais. De acordo com Miranda (2013), a personalidade de cada indivíduo se constrói a partir da combinação de elementos vinculados às experiências vividas durante sua vida, e muito influenciada pelas interações com suas figuras de apego que tendem a serem os pais e/ou responsáveis. E no caso da paciente, o seu relacionamento causava um significativo sofrimento psíquico. No decorrer dos atendimentos e com a aplicação do Questionário de Esquemas, versão breve (YSQ-S3), de Young, o qual tem como objetivo identificar os esquemas do avaliado, a partir da pontuação dada por ele mesmo em algumas afirmações gerais, foi possível identificar esquemas iniciais desadaptativos. Estes, segundo Young, Klosko e Weishaar (2008), são caracterizados como padrões amplos, formados por memórias, emoções e sensações corporais, tendo origem na infância e na adolescência, e elaborados durante toda a vida do sujeito, desenvolvidos por necessidades emocionais básicas não supridas pelas figuras de apego, especialmente primárias. Assim, o objetivo terapêutico foi compreender o funcionamento de seus pais, para que junto à paciente fossem criadas estratégias para amenizar as queixas vindas das atitudes passadas e presentes dos seus responsáveis. Próximo ao final do período dos atendimentos, já foi possível notar uma boa evolução no comportamento e pensamentos das pacientes, uma vez que a mesma se sentia menos afetada pela relação, até então, disfuncional com seus pais.

A segunda pessoa buscou o serviço devido a pensamentos e comportamentos relacionados a ansiedade constante, o que estava causando dificuldade para que conseguisse se concentrar em suas tarefas acadêmicas. Outro fator apresentado

por ela como queixa, era o uso excessivo do celular, que também impedia que realizasse suas tarefas acadêmicas. Dessa forma, foi estabelecido como objetivo da terapia, colocar em prática algumas estratégias comportamentais para ajudá-la a melhorar seu desempenho e tornar sua relação com o celular mais funcional, como a criação de uma rotina de estudos, técnicas de atenção seletiva e eliminação de estímulos, gestão do tempo e construção de objetivos de curto, médio e longo prazo. Todas elas focando na organização de seus dias, levando em conta as diversas tarefas que a paciente realiza por semana, bem como suas demandas pessoais. Mesmo tendo sido utilizadas técnicas comportamentais e algumas mudanças foram percebidas em sua rotina, ampliando seu foco e aumentando seu desempenho acadêmico, foi possível identificar esquemas desadaptativos, os quais podem ser considerados prováveis fatores motivos de suas dificuldades relacionadas à demanda inicial, afetando na área acadêmica, profissional e social de sua vida. Com a diminuição da demanda manifesta inicial, o processo terapêutico voltou-se para o foco na compreensão de sua personalidade e a relação com seus problemas / demandas atuais.

Outra pessoa que foi atendida durante o período do estágio teve, desde o primeiro encontro, sua principal demanda relacionada ao seu ex relacionamento afetivo-sexual, o qual lhe gerava sofrimento, gerando muitos desconfortos em sua vida e baixando seu rendimento no trabalho, por conta de uma grande desconfiança na outra pessoa da relação. De forma colaborativa, ao longo do processo psicoterapêutico, construiu-se com a paciente a tomada de consciência sobre a condição abusiva que permeia a relação. Assim, traçamos juntos de início, formas de amenizar seu sofrimento psíquico, vindo de seu relacionamento, o que também causou um distanciamento do seu “eu” (forma que era relatado durante as sessões), no sentido de que não realizava mais as coisas que gostava de fazer antes do início da relação. A condição abusiva da relação foi identificada a partir de diversos episódios de brigas e reconciliações, bem como Macarini e Miranda (2018) descrevem o que chamam de um ciclo de violência. Os autores colocam que este ciclo é formado por quatro fases: tensão, que leva a agressão, nesse caso era psicológica, então ocorrem as desculpas, e para no fim a reconciliação. Também foi

possível identificar esquemas desadaptativos nesse caso, os quais podem ser relacionados à demanda inicial, o que levou a tornar o objetivo terapêutico na compreensão de sua situação e ampará-la em uma tomada de decisão importante. Este sujeito, nas últimas sessões, apresentou grande avanço e melhora no seu bem estar-mental, conseguindo inclusive, afastar-se da condição abusiva na qual se encontrava.

O quarto indivíduo, procurou o serviço depois de ter sido diagnosticado com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH), assim nossas sessões iniciais tiveram como objetivo identificar como os sintomas apareciam na sua vida e quais os níveis de prejuízos funcionais causados por eles na sua rotina. Para tal objetivo, utilizou-se a Escala de Prejuízos Funcionais - TDAH (EPF-TDAH), que tem como objetivo explorar os prejuízos funcionais que podem ser relacionados ao TDAH, os quais um adulto experimenta em nove importantes áreas do seu cotidiano. Após o resultado, nossas sessões visaram entender como os sintomas apareciam nessas áreas do seu dia-a-dia, e utilizar de algumas técnicas cognitivas e comportamentais para diminuir os prejuízos causados. Outro ponto levantado em sessão, foi a identificação de que alguns dos sintomas relatados pelo paciente, na verdade, a partir de um melhor entendimento do caso, são apenas questões referentes a uma dificuldade de socialização, causada por experiências de sua infância e adolescência. Também, foi indicado a utilização do Registro de Pensamentos Disfuncionais (RPD), consistindo no paciente anotando seus pensamentos automáticos, emoções e comportamento, mediante a alguma situação que ele considerasse gatilho para seus sintomas do TDAH, para assim buscar padrões individuais, tornando mais efetivas as intervenções. Como se tratou de uma pessoa que sempre demonstrou interesse no processo terapêutico, é possível constatar que no final do período do estágio ele já apresentava uma significativa melhora nos comportamentos disfuncionais relacionados ao TDAH.

A sexta pessoa que foi contatada trouxe como demanda inicial algumas questões importantes acerca de um relacionamento abusivo que vivenciou com um dos membros de sua família, o que gerou uma relação disfuncional com a comida como forma de regulação emocional. Mesmo se tratando de um assunto muito



delicado, por ser carregado de muitos traumas afetivos, foi possível, com todo o cuidado, sensibilidade e atenção necessária, notar que a paciente apresentou grande evolução sobre o caso, com uma redução significativa de ansiedade quando o assunto relacionado ao seu familiar era trazido à tona. Dessa forma, o foco da terapia passou a ser sua alimentação, mesmo sendo relacionada ao tópico anterior, e a partir de algumas técnicas comportamentais, ficou visível uma boa evolução, uma vez que se mostrou capaz de compreender rapidamente situações gatilho e intervir em cima delas, para assim não regular seus sentimentos e pensamentos ansiosos na comida. Ansiedade essa que era a principal causa identificada de sua relação disfuncional com sua alimentação, o que vai ao encontro com Isnard et al (2003), quando apresentam o fato de pessoas que comem de forma compulsiva, mostram altos índices de ansiedade. Infelizmente o tempo de terapia foi mais curto com este sujeito, por ter chegado à terapia na metade do período de estágio, mas é plausível dizer que mesmo tendo sido menos sessões, mostrou uma boa evolução clínica.

Durante a prática de estágio, também houve o envolvimento em um grupo de estudos, focado em estudar tópicos que tivessem relação com a terapia cognitivo comportamental (TCC) e a prática clínica. Foram abordados tanto assuntos mais gerais, relacionados a TCC e ciência, quanto a práticas mais específicas, como por exemplo a atuação em casos de TDAH. Tema este com especial relevância, considerando o caso em atendimento relatado com este diagnóstico. O grupo foi realizado durante o primeiro semestre de 2022, quinzenalmente, totalizando oito horas, e teve um ótimo aproveitamento, justamente por ter sido discutidos questões que conversaram diretamente com a prática de estágio realizada.

#### **4. CONCLUSÃO**

Durante o período dos estágios descritos neste trabalho, houve uma busca constante por novos conhecimentos, tenham sido por meio de indicações da professora supervisora ou por iniciativa própria. A experiência foi muito rica no aspecto de aprendizagem e para a formação como profissional da área de Psicologia como um todo. Na prática de atendimentos clínicos realizados teve-se como principal ponto o estudo da Terapia do Esquema de Jeffrey Young, o qual foi

introduzido pela professora supervisora e logo conquistou afeição, tornando-se então uma abordagem referência durante o estágio. Além disso, é a referência que seguirá norteando as demais práticas em Psicologia na carreira de psicólogo.

O estágio Específico I e II, com ênfase em processos clínicos, é o primeiro momento durante a graduação que é possível o contato direto com pacientes para realizar psicoterapia com uma pessoa, tendo que colocar em prática tudo o que foi aprendido durante os anos de estudo. Assim, um dos maiores desafios enfrentados no início, foi a vontade de emitir opiniões aos pacientes que eles não conseguiam entender durante as sessões, mas com as orientações nas supervisões foi possível controlar essa vontade e perceber a importância de identificar o momento adequado para as intervenções. Outro desafio encontrado, também no início, foi entrar em contato com os pacientes, devido a ansiedade, sendo a primeira vez tendo que fazer isso, porém logo após a primeira ligação o desafio foi superado.

Mais próximo ao final das práticas, já era possível perceber estar mais tranquilo para a realização dos processos terapêuticos, e confiante com todo o aprendizado adquirido durante as disciplinas teóricas e práticas e supervisões acadêmicas realizadas na Universidade. Foram criados ótimos vínculos com todos os pacientes atendidos e com o acompanhamento de uma supervisão de boa qualidade.

Pode-se afirmar então, que as práticas realizadas nos Estágios Específicos I e II, foram muito positivas para o desenvolvimento tanto pessoal quanto como estudante e futuro profissional da área de Psicologia.

Sobre a apresentação desse trabalho para a comunidade acadêmica, ele possui relevância uma vez que a partir de um relato de experiência, dúvidas sobre a prática do fazer psicológico podem ser respondidas. Também, pode gerar uma atração na área clínica, o que pode motivar o indivíduo interessado a pesquisar e estudar mais sobre o assunto.

## REFERÊNCIAS

BECK, K. **Terapia Cognitivo-Comportamental: Teoria e Prática**. 2ª edição. Porto Alegre: Artmed. 2013.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução CFP nº 06/2019, de 11 de setembro de 2019**. Orientações sobre elaboração de documentos escritos produzidos pela(o) psicóloga(o) no exercício profissional. 2019. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2019/09/Resolucao-CFP-n-06-2019-comentada.pdf>.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução CFP nº 010/00, de 20 dezembro de 2000**. Especifica e qualifica a Psicoterapia como prática do Psicólogo. 2000. Disponível em: [https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2000/12/resolucao2000\\_10.pdf](https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2000/12/resolucao2000_10.pdf).

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução CFP nº 010, agosto de 2005**. Aprova o Código de Ética Profissional do Psicólogo. 2005. Disponível em [https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2005/07/resolucao2005\\_10.pdf](https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2005/07/resolucao2005_10.pdf).

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução CFP nº 11, de 11 de maio de 2018**. Regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meio de tecnologias da informação e da comunicação e revoga a Resolução CFP nº 11/2012. Brasil. 2018b. Recuperado de <https://site.cfp.org.br/wpcontent/uploads/2018/05/RESOLUÇÃO-No-1-DE-11-DE-MAIO-DE-2018.pdf>

KNAPP, Paula, BECK, Aaron. **Fundamentos, modelos conceituais, aplicação e pesquisa da terapia cognitiva**. Scielo, 2008. Disponível em:



<https://www.scielo.br/j/rbp/a/HLpWbYk4bJHY39sfJfRJwtn>

MACARINI, Samira Mafioletti e MIRANDA, Karla Paris. **Atuação da psicologia no âmbito da violência conjugal em uma delegacia de atendimento à mulher.** Pensando fam. [online], 2018, vol.22, n.1, p. 163-178. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-494X2018000100013](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2018000100013)

MIRANDA, Felipe Arady. **O direito fundamental ao livre desenvolvimento da personalidade.** Revista do Instituto do Direito Brasileiro, Lisboa, a, v. 2, p. 11175-11211, 2013. Disponível em: [https://www.cidp.pt/revistas/ridb/2013/10/2013\\_10\\_11175\\_11211.pdf](https://www.cidp.pt/revistas/ridb/2013/10/2013_10_11175_11211.pdf).

YOUNG, J. KLOSKO, J.S.WEISHAAR, M.E. **Terapia do Esquema:** Guia de técnicas cognitivo-comportamentais inovadoras. Porto Alegre: Artmed. 2008.