



IMPORTÂNCIA DA PSICOTERAPIA EM GRADUANDOS DE PSICOLOGIA

Emanoeli da Silva Ferreira ¹
Raisa Karollay Majara Pinto ²
Gabrieli Batista de Lima ³
Or.Sandra Mara Dias Pedroso⁴

Resumo: *Esta pesquisa tem como objetivo apresentar a valor da realização de psicoterapia em graduandos de psicologia. Considera-se que a graduação é um momento de muitas mudanças na vida do indivíduo. A psicoterapia tem como premissa estudar todas as manifestações do ser humano, seja manifestações observáveis ou fenômenos mentais. Dando ênfase ao profissional de psicologia, percebe-se que, além do autoconhecimento, o mesmo deve saber enfrentar as informações que lhe são trazidas pelos seus pares no campo profissional, e é através da psicoterapia que essas questões serão levantadas.*

Palavras-chave: *Acadêmicos. Importância da psicoterapia. Psicólogos.*

Introdução

Sabe-se que ingressar no meio acadêmico é considerado o primeiro passo para quem deseja seguir uma carreira profissional, seja ela qual for, é na faculdade que ocorre o primeiro contato com a profissão almejada. Durante o período de graduação, muitas mudanças são observadas na vida do acadêmico, a metodologia utilizada na faculdade é diferente daquela do colegial, muitos acadêmicos mudam de cidade para a realização do curso ou viajam todos os dias, conciliam faculdade com emprego, entre outros.

Enfatizando os acadêmicos de psicologia, nota-se a importância da realização de um acompanhamento terapêutico, que auxiliará no autoconhecimento, bem como no acolhimento das situações estressantes que ocorrem no período da faculdade. Trabalhar na área da saúde não é uma tarefa fácil. Os profissionais estão junto dos problemas que os pacientes levam, ficando vulneráveis ao que lhes é confiado. Levando em consideração que essa profissão possui grande impacto na vida de um psicólogo em formação, aponta-se a psicoterapia como essencial nesse período, auxiliando os psicólogos em formação durante a graduação, bem como fortalecendo seu futuro profissional.

Metodologia

A pesquisa caracteriza-se como qualitativa, pois, de acordo com Sampieri *et al.* (2013, p. 33) “utiliza a coleta de dados sem medição numérica para descobrir ou aprimorar perguntas de pesquisa no processo de interpretação”, exploratória, visto

¹ Acadêmica do curso de Psicologia – Faculdade Sant’Ana (IESSA), emanoelif@gmail.com.

² Acadêmica do curso de Psicologia – Faculdade Sant’Ana (IESSA), raisa_karollay@hotmail.com

³ Acadêmica do curso de Psicologia – Faculdade Sant’Ana (IESSA), limabgabi@outlook.com

⁴ Docente da Faculdade Sant’Ana (IESSA), sandrrinha@bol.com.br

que, segundo Gil (2010, p. 27) “tem como propósito proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torna-lo mais explícito ou a construir hipóteses” e descritiva, que “tem como objetivo a descrição das características de determinada população.

Resultados/Resultados parciais e discussão

Bock *et al.* (2002), de acordo com inúmeros autores, apresenta as três mais importantes tendências teóricas da Psicologia neste século, sendo o Behaviorismo, que se baseia no comportamento; a Gestalt, que busca compreender o homem em sua totalidade; e a Psicanálise, que tem como objetivo o estudo do inconsciente.

Braghirolli *et al* (1995) *apud* Bleger (1979) assinala que a Psicologia não é a ciência apenas das manifestações observáveis e nem apenas dos fenômenos mentais, mas abarca o estudo de todas as manifestações do ser humano.

Flanagan e Flanagan (2006) destacam algumas definições sobre psicoterapia, as quais chegam bem próximo do padrão de precisão científica. (1) “Uma conversa com propósito terapêutico” (Korchin, 1976). (2) “[Uma] situação em que duas pessoas interagem chegar a um entendimento entre si, com o objetivo específico de obter alguma coisa benéfica para a pessoa queixosa” (Bruch, 1981). (3) “Tratamento psicológico de problemas emocionais no qual uma pessoa treinada estabelece deliberadamente um relacionamento profissional com o paciente para: (a) eliminar, modificar ou diminuir sintomas existentes; (b) estabilizar os padrões perturbados de comportamento; (c) promover o crescimento e o desenvolvimento positivos da personalidade” (Wolberg, 1995).

Vieira e Schermann (2015) *apud* Assis et al., (2013) apontam a existência de poucos estudos sobre estresse em acadêmicos, em especial do curso de Psicologia, fazendo-se necessárias mais pesquisas sobre o tema para que se possa enriquecer a literatura, subsidiando ações junto às coordenações de curso e docentes para uma mudança nesta área. Os autores fazem, também, recomendação da necessidade de um apoio psicológico aos discentes que vivenciam esse momento, algo de fundamental importância, pois traria ao estudante maior segurança, proporcionaria o desenvolvimento de mecanismos de enfrentamento ao lidar com os fatores desencadeadores de estresse, além de contribuir para um maior aproveitamento da própria formação.

Demandas que levam a procura da psicoterapia

Antes de observar quais as principais demandas para a procura de psicoterapia por acadêmicos de psicologia, cabe mencionar o trabalho de Magalhães (2001) em que fez uma pesquisa com 146 acadêmicos, tendo o intuito de descobrir qual o objetivo dos calouros terem escolhido o curso de psicologia. Em sua pesquisa ela observou que a principal característica desses acadêmicos é a vontade de ajudar o próximo, tal motivação possui grande relevância no trabalho com o Outro.

Entretanto, Silva (2013) enuncia também outra característica em comum entre profissionais que trabalham com o público em função de ajuda é que, em sua história infantil:

(...) transcorrida em um ambiente familiar em que os pais ou responsáveis, possuíam intensas necessidades emocionais. Para garantir o amor dos pais, essas crianças, extremamente sensíveis às necessidades alheias, desenvolveram uma grande capacidade de se adaptar, perceber e corresponder às necessidades inconscientes destes. Ao se tornarem adultos, eles podem com frequência, escolher para si a profissão de

psicoterapeutas, devido a essa sensibilidade especial adquirida na infância (SILVA, 2013, p.5)

Visto que há então uma necessidade reprimida, Silva (2013) coloca que, cabe ao estudante de psicologia ou o profissional buscar a psicoterapia individual, pois se entende que nessa necessidade há “raízes de distúrbio”. A Psicoterapia vem como uma possibilidade para conhecer a própria história de vida e também como prevenção para que não transfira ao paciente tais sentimentos que estão no inconsciente. Essa procura pode se dar início já no começo da vida acadêmica.

Assim que se inicia a psicoterapia, o estudante/profissional se depara com alguns impactos. Esses são classificados, segundo a autora, em três níveis, o primeiro aponta “O psicólogo como pessoa” no qual ele se coloca no papel de paciente, nesse momento há um incomodo em se colocar no lugar de paciente. O segundo “Confrontar” e lidar com os problemas dos clientes, esse nível mostra como o terapeuta expressa em suas sessões o sentimento de impotência diante do problema de seu paciente. Tal exposição e conflito interno pode causa exaustão emocional, menta e física. E por último, “ouvir histórias traumáticas” pode ser traumatizante, estar exposto constantemente a histórias traumáticas podem fazer com que se desenvolvam traumas secundários no acadêmico/profissional de psicologia.

Em suma, podemos concluir que devido ao exercício da profissão seja ela em estágio profissional ou no exercício da função, o acadêmico/profissional deve estar ciente de sua história de vida e dos aspectos envolvidos dentro do setting terapêutico e buscar a sua psicoterapia pessoal, para que tenha um bom desempenho tanto acadêmico como profissional.

Considerações finais

Conforme já visto, a psicoterapia abarca além das manifestações observáveis do ser humano, os fenômenos mentais, estudando todas as manifestações do ser humano. Seu objetivo, através da escuta, é fazer com que os sintomas levados pelo paciente sejam eliminados, modificados ou diminuídos. O terapeuta deve estabilizar os padrões perturbados de comportamento e promover o crescimento e o desenvolvimento positivos da personalidade.

Foi observado que o fato de querer ajudar o próximo, é uma questão que levam muitos acadêmicos à formação em psicologia, dessa forma, faz-se necessário a realização da psicoterapia para que esses acadêmicos busquem seu autoconhecimento, para que não transfira alguns sentimentos próprios no paciente e, principalmente, para que saiba trabalhar, da melhor maneira possível, com as histórias algumas vezes traumáticas do paciente.

Para finalizar, observamos que esse é um tema ainda pouco explorado, que não possui grande número de pesquisas científicas, dessa forma, sugerimos que não só acadêmicos de psicologia, mas acadêmicos da área da saúde de maneira geral, invistam no cuidado da saúde mental, para que realizem um trabalho eficiente e prazeroso com aqueles que necessitam.

Referências

BOCK, Ana M. Bahia; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, Maria de Lourdes Trassei. **Psicologias: uma introdução ao estudo de psicologia**. 13 ed. São Paulo: Saraiva, 2002.

BRAGHIROLI, Elaine Maria; BISI, Guy Paulo; RIZZON, Luiz Antônio; NICOLETTO, Ugo. **Psicologia Geral**. Editora Vozes Ltda, 1995.

FLANAGAN, John Sommers; FLANAGAN, Rita Sommers. **Teorias de aconselhamento e de psicoterapia: contexto e prática: habilidades, estratégias e técnicas**. Rio de Janeiro: LTC, 2006.

GIL, Antonio Carlos. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Editora Atlas S.A., 2010.

SAMPIERI, Roberto Hernández; COLLADO, Carlos Fernández; LUCIO, María del Pilar Baptista. **Metodologia de Pesquisa**. 6. ed. São Paulo: Penso, 2013.

VIEIRA, Lidiani Nunes; SCHERMANN, Lígia Braun. **Estresse e fatores associados em alunos de psicologia de uma universidade particular do sul do Brasil**. Aletheia, Canoas, n. 46, p. 120-130, abr. 2015. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942015000100010&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 09 out. 2019.

SILVA, K.C. **A importância da psicoterapia pessoal para a formação do acadêmico em psicologia**. Disponível: <https://www.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/psicologia/a-importancia-da-psicoterapia-pessoal-para-a-formacao-do-academico-em-psicologia/56832>. Acesso em: 09/10/2019.