

**FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

ANA CAROLINA DE MELO CORREA

**REFLEXÕES SOBRE O PROCESSO TERAPÊUTICO: por um estudante de
Psicologia**

**PATOS DE MINAS
2018**

**FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

ANA CAROLINA DE MELO CORREA

**REFLEXÕES SOBRE O PROCESSO TERAPÊUTICO: por um estudante de
Psicologia**

Resenha apresentada à Faculdade Patos de Minas como requisito para conclusão do Curso de Graduação em Psicologia para finalidade de obtenção do título de Bacharel, podendo gozar dos direitos de Psicólogo.

Orientador: Prof. Ma. Gema Galgani da Fonseca

**PATOS DE MINAS
2018**

FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA

ANA CAROLINA DE MELO CORREA

**REFLEXÕES SOBRE O PROCESSO TERAPÊUTICO: por um estudante de
Psicologia**

Banca Examinadora do Curso de Bacharelado em Psicologia, composta em 05 de
Julho de 2018.

Orientadora: Prof. Ma. Gema Galgani da Fonseca
Faculdade Patos de Minas

Examinador 1: Prof. Ma. Delza Ferreira Mendes
Faculdade Patos de Minas

Examinadora 2: Prof. Ma. Karla Priscilla Lemgruber
Faculdade Patos de Minas

DEDICO este trabalho a estudantes ou profissionais que de alguma forma possam utilizar o trabalho.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, que me deu forças para que eu pudesse alcançar meus objetivos e chegar até aqui.

Ao meu pai Domingos Alves Correa que faleceu, mas que tenho certeza que está torcendo pelo meu esforço e dedicação e a minha mãe Maria Dercy Gomes de Melo pelo incentivo de não ter desistido e por estar sempre ao meu lado nos piores e melhores momentos.

Aos meus irmãos Márcia, Maria Luiza, Ana Flávia e Vicente Gabriel por serem sempre meus melhores amigos e poder juntos com eles, compartilhar minhas angústias e felicidades. Meus sobrinhos Isaac, Davi e Helena meus anjos que encheram meu coração de amor e força de vontade para seguir em frente.

A minha orientadora, professora Ma. Gema Galgani da Fonseca por compartilhar sabiamente seus conhecimentos com carinho e paciência.

Ao coordenador do curso de Psicologia Prof. Me. Gilmar Júnior Antoniassi que esteve sempre comigo nas horas que mais precisei, dando o suporte nesse tempo todo.

“Conheça todas as teorias, domine todas as técnicas, mas ao tocar uma alma humana, seja outra alma humana”

Carl Jung

REFLEXÕES SOBRE O PROCESSO TERAPÊUTICO: por um estudante de Psicologia

Yalom, I.D (2006). *Os Desafios da Terapia: reflexões para pacientes e terapeutas*. Rio de Janeiro: Ediouro.

Por: Ana Carolina de Melo Correa¹

Gema Galgani da Fonseca²

1 CREDENCIAIS DE AUTORIA

Irvin Yalom é um psiquiatra, escritor de livros sobre Psicoterapia de grupo e romancista. Nasceu em Washington, D.C. em 13 de Junho de 1931. Iniciou Medicina decidido pela Psiquiatria e começou escrevendo para periódicos profissionais. Seu primeiro livro, psicoterapia de Grupo, virou uma espécie de texto de treinamento para terapeutas.

Seu romance *best seller*, Quando Nietzsche Chorou, rendeu-lhe a medalha de ouro da *Common wealth* por melhor ficção. Bibliografia: 2012 – O Problema Espinosa (*The Spinoza Problem*) 2008 – De Frente Para o Sol (*Staring at the Sun: Overcoming the Terror of Death*) 2005 - A Cura de Schopenhauer (*The Schopenhauer Cure*) 2001 – Os Desafios da Terapia (*The Gift of Therapy: An Open Letter to a New Generation of Therapists and Their Patients*) 1999 – Vou Chamar a Polícia (*The Yalom Reader*) 1996 – Quando Nietzsche Chorou (*When Nietzsche Wept*) 1989 – *Existential Psychotherapy* (Não lançado no Brasil) 1974.

2 APRESENTAÇÃO DA OBRA

O autor se preocupa com a formação de futuros psicoterapeutas e dá dicas de como ser um terapeuta eficiente. Aconselha aos estudantes que não cedam às

¹ Graduanda em Psicologia pela faculdade Patos de Minas (FPM). carol_melo_correa@outlook.com

² Professora Orientadora, do DPGSPI/ FPM, do Curso de Graduação em Psicologia da Faculdade Patos de Minas (FPM). Mestre em Educação pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU). ggalganifonseca.@gmail.com

pressões do sistema de assistência médica pautado por atendimentos rápidos e sugere o uso de diferentes abordagens no atendimento terapêutico. Define a psicoterapia existencial como uma abordagem terapêutica dinâmica que se concentra nas questões enraizadas da existência. O relacionamento entre terapeuta e cliente é a base que impulsiona a terapia. Este tipo de terapia dá ênfase ao conteúdo e ao processo terapêutico. O conteúdo se concentra nas palavras ditas e conteúdos substantivos na terapia, já o processo se concentra no relacionamento entre terapeuta e paciente.

Os capítulos do livro direcionam o terapeuta a exercer sua profissão com cautela da seguinte forma: livre de obstáculos contra o crescimento, evite o diagnóstico, sim é importante, mas é limitador onde o sujeito passa a ser visto não como ser e sim como patologia. Enquanto a psicoterapia é um processo de conhecimento do terapeuta com o paciente. O terapeuta e paciente segundo Yalom, é a relação de dois companheiros de viagem, ou seja, ele faz o uso de metáfora para nos mostrar o privilégio que temos de entrar na vida de outras pessoas e aprender com elas.

Cada terapeuta encontra sua forma própria de apoiar e empenhar o paciente no tratamento, e esse apoio deve ser eficaz para que seja relevante na evolução do paciente. O paciente deve ser importante para o terapeuta, é necessário ser permissivo para que haja influência, para que haja modificação.

Outro ponto importante que o autor destaca é sobre a empatia. É nada mais do que ver o mundo com os olhos do paciente, ver o mundo da forma que ele vê. A empatia é uma das principais características de um bom terapeuta. Da mesma forma é indispensável à percepção de quais sentimentos são seus e quais são do outro. É importante que o paciente também seja empático, fazer com que o paciente sinta empatia pelo terapeuta fará com que ele consiga projetar empatia também com outras pessoas.

Todos nós somos passíveis de erros e saber reconhecê-los frente ao paciente é fundamental para a relação estabelecida, tentar ocultar esses erros para o paciente trará consequências para a terapia em algum momento. Diante disso, não há uma receita para se realizar um atendimento, cada paciente tem sua individualidade, e o decorrer da terapia é imprevisível. A terapia é um caminho para dois que se constrói no decorrer das sessões de forma autêntica e espontânea. Saber identificar nossos

próprios sentimentos é importante para que possamos aprender a distinguir o quanto daqueles sentimentos são nossos e o quanto são do paciente.

Um ponto de destaque do livro é o aqui- e- agora, pois são esses os momentos imediatos, onde não tira a importância do que aconteceu no passado, apenas não o enfatiza. O autor afirma que precisamos desenvolver ouvidos aguçados para o aqui-e-agora, e que devemos nos lembrar de que um estímulo traz diversas reações, pois cada um tem seu próprio mundo interno e irá perceber aquele estímulo à sua maneira. O aqui-e-agora não é algo totalmente separado dos eventos passados, qualquer evento vivido durante a relação com o paciente pode ser incluído, assim como na terapia de grupo, na terapia individual quando se concentra na relação paciente-terapeuta, a terapia é revigorada.

O terapeuta deve aprender a fazer o feedback de forma cuidadosa, para que o mesmo seja produtivo. É necessário saber usar os eventos do aqui-e-agora, as vezes é necessário falar sobre o evento na mesma hora, e outras vezes é necessário voltar a ele em outro momento, todos os eventos ocorridos na terapia são úteis para que ela seja alavancada, principalmente os em que as emoções estavam intensificadas.

Ao decorrer do tempo a relação terapeuta-paciente foi vista como uma "tela em branco", onde o terapeuta se mantinha passivo, para que o paciente pudesse projetar suas questões, essa forma de levar a terapia é vista como ineficaz e inadequada. O terapeuta deve revelar ao paciente, não há motivos para ficar oculto, o autor cita três tipos de auto revelação: o mecanismo de terapia, os sentimentos do aqui-e-agora e a vida pessoal do terapeuta.

O mecanismo de terapia, ser transparente segundo o autor, estabelece um relacionamento terapêutico com o paciente, e prepara o paciente para a psicoterapia. Revelando os sentimentos é necessário que o mesmo seja passado para o paciente, levando em conta se esses comentários serão para o melhor interesse do paciente. E por último, se revela a vida pessoal do terapeuta, onde é importante ressaltar que o sigilo exigido do é do terapeuta para com o paciente, e não se pode exigir isso dele, é necessário que o material pessoal trazido seja contextualizado com a sessão.

Através do feedback o paciente se aproxima da realidade, onde o indivíduo passa a se ver como os outros o veem. O feedback é uma ferramenta delicada que deve ser usada de forma cuidadosa, deve-se desenvolver formas que o paciente considere eficaz e aceitável para que ele receba as pontuações. É importante evitar o

feedback de forma geral, que seja dado por partes onde o paciente poderá assim, absorver gradativamente, onde o terapeuta se sentirá mais ousado e menos intrometido ao fornecer tal respaldo.

3 APRECIÇÃO DA OBRA

O livro dá conselhos de como conduzir bem um processo terapêutico, assim como habilidades que o terapeuta precisa para ter que consiga conduzir de forma ideal a terapia com o paciente. A partir dos muitos capítulos é possível identificar que seguindo alguns passos o terapeuta pode conduzir de forma cautelosa a terapia e utilizar-se de diferentes técnicas de forma eficaz. A obra é extensa, no entanto é possível ler observando os principais pontos onde, por fim, poderá adquirir um manual completo de como ser um terapeuta eficiente.

4 INDICAÇÃO DA OBRA

Esse é um texto que constitui uma sólida contribuição para os profissionais da Psicologia e deve ser indicado a todos aqueles que inseridos no processo terapêutico desejem melhorar sua prática. Aos estudantes de Psicologia se faz ainda mais enriquecedor à medida em que a obra oferece uma imagem da relação terapeuta paciente trazendo vividamente a experiência de um profissional que já percorreu um vasto caminho. Assim, a obra fornece a possibilidade do jovem aprendiz de terapeuta se colocar no lugar do experiente profissional visualizar como se dá o fazer terapêutico e sonhar com a possibilidade de ajudar as pessoas que buscarem seu auxílio.

ENDEREÇO DE CORRESPONDÊNCIA**Autor Orientando:**

Ana Carolina de Melo Correa
Rua: Trinta e Um de Março 69
Bairro: São Francisco
CEP: 38700-002
Patos de Minas- MG
(34) 99192-0585
carol_melo_correa@outlook.com

Autor Orientador:

Gema Galgani da Fonseca
Avenida Juscelino Kubitschek de Oliveira, 1220
Bairro: Cidade Nova
CEP: 38706-401
Patos de Minas-MG.
(34) 3818-2300
ggalgani.fonseca@gmail.com

DECLARAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Patos de Minas, 05 de Julho de 2018.

Ana Carolina de Melo Correa

Gema Galgani da Fonseca



FACULDADE PATOS DE MINAS



FACULDADE PATOS DE MINAS

Mantenedora – Associação Educacional de Patos de Minas

Portaria de Recredenciamento MEC – DOU N°. 1469 de 10 de Outubro de 2011.

Curso de Graduação em Psicologia

Bacharelado (Formação de Psicólogo)

Portaria de Reconhecido MEC – DOU N°. 371 de 30 de Agosto de 2011.

“Como Psicólogo, eu me comprometo a colocar minha profissão a serviço da sociedade brasileira, pautando meu trabalho nos princípios da qualidade técnica e do rigor ético. Por meio do meu exercício profissional, contribuirei para o desenvolvimento da Psicologia como ciência e profissão na direção das demandas da sociedade, promovendo saúde e qualidade de vida de cada sujeito e de todos os cidadãos e instituições.”

(Juramento do Psicólogo – Conselho Federal de Psicologia)

Rua Major Gote, 1901 – Centro – Campus Shopping/ 2º andar – Patos de Minas – MG – CEP 38700-001. Contatos: Tel. (34)3818-2350. www.faculdadepatosdeminas.com / cursopsicologia.fpm@hotmail.com / secretariadpqpqi.fpm@hotmail.com.