



RELATO DE EXPERIÊNCIA: DESAFIOS E CRESCIMENTO NA PRÁTICA CLÍNICA

Huda Moraes de Araujo Cortes

Acadêmica do curso de Psicologia do Univag Centro Universitário - 10º Semestre
moraeshuda@gmail.com

Rosimeire de Moraes Amorim Naves

Mestra em Psicologia pela UFMT
Orientadora do estágio, Professora do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG
rosimeire.amorim@univag.edu.br

Juliana B. Fitaroni

Mestra em Psicologia pela PPGP/UFSC
Supervisora de campo do estágio, Professora do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG
juliana.fitaroni@univag.edu.br

O presente texto consiste no relato de experiência de estágio que aborda sobre as experiências vivenciadas no estágio da Clínica-Escola. Reconhecendo a importância do estágio na formação acadêmica, compreendo que é na prática que esse entendimento se traduz em experiências e conhecimentos concretos. Durante o estágio supervisionado específico II: Políticas de Saúde estagiei na Clínica Escola do curso de Psicologia (Univag) Campus Cuiabá, minha referência teórica foi da abordagem da Terapia Cognitivo-Comportamental em casos supervisionados pela professora Rosimeire de Moraes Amorim Naves. Durante o estágio também tive o suporte da supervisora de campo, Professora Juliana Fitaroni e pude vivenciar um ambiente de clínica-escola organizado, ético e disciplinado. Assim, com esse relato de estágio pretendemos resolver uma problemática: quais as implicações na prática e aprendizado de uma estagiária na clínica-escola? (2) Este relato de experiência tem por objetivo registrar a vivência do estágio obrigatório específico, destacando as adversidades enfrentadas e a evolução na percepção clínica. Também se propõe a refletir sobre como a estagiária percebe seu desenvolvimento profissional, abordando os desafios que surgem no cotidiano da prática na clínica-escola. (3) O relato de experiência e a articulação teórica apresentada neste texto refletem as intervenções realizadas durante a prática clínica supervisionadas ao longo do estágio ocorrido no período de agosto a novembro de 2024 na Clínica-Escola do Univag, em Cuiabá. Durante esse período, os encontros com as pacientes foram realizados semanalmente, no período matutino com três pacientes adultas, feminino, sendo que cada sessão teve duração de uma hora, todas fundamentadas na Terapia Cognitivo-Comportamental desenvolvida por Aaron Beck. A TCC tem como princípio básico a ideia de que a percepção e interpretação que a pessoa tem de si mesma, dos outros e do mundo pode ser influenciada por padrões disfuncionais. Utiliza-se também de técnicas a fim de modificar as cognições e comportamentos dos pacientes, tratando, assim, diversas condições de saúde mental, como os transtornos de ansiedade, de humor e a depressão. A abordagem se baseia em uma relação colaborativa entre paciente e terapeuta, aos quais possuem um papel de mútua troca ao longo de todo o processo psicoterápico. Através da reestruturação cognitiva, terapeuta e paciente definem estratégias na resolução de metas (Beck, 1997). (4) Baseada na teoria de Aaron Beck, a prática na clínica-escola teve implicações profundas e multifacetadas, impactando tanto meu desenvolvimento profissional quanto pessoal. Durante o estágio supervisionado, me oportunizou aplicar diversas técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), incluindo Reestruturação Cognitiva e Intervenções

Comportamentais, que se mostraram eficazes e baseadas em evidências. Entre as abordagens empregadas, destaco: (a) As técnicas de relaxamento: mostraram eficácia na modificação de respostas emocionais e comportamentais, contribuindo significativamente para o bem-estar das pacientes, especialmente as com sintomas de ansiedade. (b) Protocolo de Risco Suicida: foram utilizados nos casos que demandaram atenção ao risco de suicídio, com vistas à prevenção e manejo adequado da crise; (c) O Registro de Pensamentos Automáticos (RPD) permitiu, por meio da observação e escuta ativa e pôde-se identificar padrões de pensamento disfuncionais das pacientes, aprofundando a compreensão de suas experiências emocionais. (d) Identificação das Crenças: com a utilização dessa abordagem objetivou ensinar as pacientes a identificar suas crenças e pensamentos disfuncionais através das técnicas utilizadas durante as sessões; (e) Kit Esperança: ferramenta motivacional e de suporte emocional, destinada a pacientes em momentos críticos, promovendo o engajamento e a resiliência. (f) Roda da Vida: esse método foi aplicado para promover reflexões sobre o equilíbrio entre diferentes áreas da vida das pacientes; (g) Verificação do Humor (Afetivograma): essa ferramenta foi utilizada para o monitoramento do estado emocional das pacientes, facilitando a análise de variações afetivas ao longo das sessões; (h) Cartão de Enfrentamento: foi desenvolvido em conjunto com os pacientes para fortalecer habilidades de enfrentamento em situações desafiadoras. (i) Baralho de Pensamentos Automáticos: técnica lúdica que auxiliou na identificação e reestruturação cognitiva de crenças disfuncionais; (j) foi realizado a investigação clínica utilizando dois instrumentos sendo eles: a Entrevista Clínica Estruturada para os transtornos do DSM-5(SCID-5-CV) (First et al., 2017) e o Inventário de Depressão (Greenberger e Padesky, 2016). No instrumento utilizado, a Entrevista Clínica Estruturada para os transtornos do DSM-5 (SCID-5-CV) (First et al., 2017): foram utilizadas para mensurar níveis de depressão e ansiedade, respectivamente e avaliar a evolução dos pacientes ao longo do tratamento, e a ferramenta diagnóstica para identificar e monitorar sintomas relacionados ao trauma. Conforme discutido com a professora orientada, o processo terapêutico foi prolongado por meio do empirismo colaborativo, o que envolveu coletas de dados, observações e a aplicação de técnicas. Esse processo permitiu a elaboração e implementação de planos de tratamento individualizados, construídos em parceria com as pacientes e sempre com o suporte da orientadora. Os planos de intervenção foram baseados em diagnósticos clínicos e objetivos terapêuticos, foram ajustados conforme a evolução apresentada por cada paciente. Essa prática não só facilitou a aplicação do conhecimento teórico, mas também me desafiou a desenvolver uma postura empática e colaborativa, aspectos fundamentais para o sucesso do processo terapêutico. O estágio me oportunizou trabalhar com as pacientes para potencializar sua autoestima, abordando os quatro pilares fundamentais: autoestima, autoconfiança, autoafirmação e autoimagem. Essas intervenções visam promover uma compreensão mais profunda de suas capacidades e valor pessoal, auxiliando-as a desenvolver uma relação mais positiva consigo mesmas e a fortalecer sua resiliência emocional. Foram sugeridas várias tarefas prazerosas para as pacientes, realizadas tanto nas sessões de terapia quanto em suas casas para fortalecer o aprendizado e a aplicação prática dos conceitos discutidos. O estágio clínico aprimorou minha relação terapêutica, enfatizando a construção de um vínculo de confiança com as pacientes. Essa experiência desenvolve empatia e escuta ativa, criando um ambiente seguro para o compartilhamento das experiências. A experiência me permitiu lidar com as resistências dos pacientes de forma acolhedora, criando um ambiente de acessibilidade, além de gerenciamento, transferência e contratransferência, essencial para o bom andamento do processo terapêutico. Na clínica-escola, estive constantemente sob supervisão, o que teve importantes implicações para meu aprendizado. O feedback da orientadora e da supervisora foram valiosos, as orientações recebidas me proporcionaram a oportunidade de ajustar minhas intervenções, enriquecendo minha prática clínica, me permitindo correção e aprimoramento contínuo. Considerando a reflexão crítica sobre as práticas, essa experiência incentivou o meu desenvolvimento na capacidade de autocrítica construtiva, essencial para o meu crescimento profissional e a eficácia do

atendimento. A supervisão criou um espaço seguro para aprender com as falhas, favorecendo o desenvolvimento da resiliência e a melhoria contínua de minha atuação como estagiária. O estágio foi crucial para meu crescimento pessoal e profissional, especialmente na gestão das emoções durante os atendimentos, me proporcionando o desenvolvimento de Habilidades Pessoais, essa experiência me proporcionou maior equilíbrio emocional, permitindo-me lidar com situações intensas, como relatos de traumas, ideação suicida e abusos. Também me ajudou a desenvolver o autocuidado emocional, fundamental para atuar com eficiência e evitar a sobrecarga emocional, assegurando assim a qualidade do atendimento aos pacientes. Proporcionou-me vivenciar a complexidade dos casos reais, que muitas vezes não seguem padrões teóricos, exigindo ajustes nas intervenções conforme as necessidades e o contexto do paciente, isso aprimorou minha capacidade de pensar criticamente e adaptar teorias à prática individualizada. Com o avanço da prática, me oportunizou maior autonomia na condução dos casos. Inicialmente, devido à insegurança, dependia mais da minha orientadora para formular hipóteses e escolher intervenções. Com o tempo, passei a tomar decisões clínicas de forma mais independente, sempre com base no conhecimento adquirido e na reflexão crítica, sob orientações da supervisão, o que é essencial para minha transição ao mercado de trabalho. Durante o estágio, enfrentei dilemas éticos e legais, como a gestão do sigilo profissional e a confidencialidade dos pacientes, situações delicadas, como ideação suicida e abusos, exigiram intervenções com o apoio da minha orientadora, ensinando-me a equilibrar necessidades clínicas e responsabilidades éticas. O estágio também fortaleceu minha autoconfiança na condução dos atendimentos e no manejo dos desafios apresentados. (5) A experiência na Clínica-Escola do Univag foi essencial para minha formação como psicóloga, permitindo uma integração significativa entre teoria e prática ao longo da graduação, contribuindo significativamente para o desenvolvimento das minhas habilidades técnicas. A supervisão constante foi crucial para meu desenvolvimento, permitindo reflexões críticas e aprendizado com os erros, o que aumentou minha autonomia nos atendimentos. A interação eficaz com a supervisora, orientadora e colegas aprimoraram minhas habilidades, essa vivência não apenas expandiu meu conhecimento técnico, mas também aprofundou minha compreensão do sofrimento humano, fortalecendo meu compromisso com o autocuidado emocional e a qualidade do atendimento. Estou confiante de que essas experiências constituem uma base sólida para minha futura atuação profissional, sempre guiada por uma abordagem ética, humanizada e empática.

Palavras-chave: Estágio. Clínica-escola. Terapia Cognitivo- comportamental.