

RELATO DE EXPERIÊNCIA DO ESTÁGIO NA CLÍNICA ESCOLA

*Valquíria Souza Costa
Discente do 9º*

*semestre do curso de psicologia do UNIVAG Campus Cuiabá. Email:
Valquiriasouzaacosta@gmail.com*

*Rosimeire de Moraes Amorim Naves
Docente do curso de psicologia do UNIVAG Campus
Cuiabá.*

Juliana B. Fitaroni

Responsável técnica da clínica escola de psicologia do UNIVAG Campus Cuiabá.

juliana.fitaroni@univag.edu.br

Este resumo expandido trata-se de um relato de experiência da aluna Valquíria Souza Costa, no cumprimento do estágio obrigatório e não remunerado em atendimentos clínicos psicológicos. Realizou o estágio do 9º semestre do curso de psicologia na clínica escola do Centro Universitário (Univag) campus Cuiabá. O estágio foi cumprido de forma ética, com comprometimento teórico e prático, baseado em muito estudo, dedicação e compromisso. A base teórica que fundamentou os atendimentos clínicos foi a abordagem da Terapia Cognitivo Comportamental, A clínica do Univag, Campus Cuiabá, oferece um ambiente supervisionado pela responsável técnica de campo, Professora Juliana Fitaroni onde os estudantes podem aplicar e desenvolver suas habilidades de escuta, contribuindo significativamente para seu desenvolvimento profissional. Junto a isso, oferece orientação teórica contínua pela Professora Rosimeire Naves.

O objetivo deste resumo é compartilhar as experiências adquiridas, as aprendizagens e os desafios enfrentados durante o estágio quanto a experiência acadêmica de psicologia no contexto da clínica sob a perspectiva da abordagem da Terapia Cognitivo-Comportamental.

No estágio atuei pela abordagem da Terapia Cognitivo Comportamental, já tinha familiaridade com essa abordagem quando realizei a triagem no semestre anterior. Mas não tinha conhecimento na prática como realizar a intervenção do paciente. Essa abordagem é do Aaron Beck (2013) e ela aborda o comportamento humano pelo modelo cognitivo que compreende que a forma como a pessoa entende ou interpreta as situações, ou seja, o funcionamento específico da sua cognição, impacta a maneira como nos sentimos e nos comportamos. A autora ressalta que as crenças nucleares são globais, rígidas e super generalizadas. Já os pensamentos automáticos, que podem aparecer como palavras ou imagens que passam pela mente da pessoa, são específicos para as situações e podem ser considerados como o nível mais superficial de cognição, ou seja, é a partir do monitoramento desses pensamentos que podemos acessar as crenças da paciente. O objetivo principal da TCC é identificar os pensamentos disfuncionais, ajudando os pacientes a reconhecer seus padrões de pensamentos negativos ou distorcidos. Sobre si, sobre as pessoas, sobre o mundo etc. Também estruturar a cognição, para substituir os pensamentos disfuncionais. E, assim, modificar seus comportamentos, desenvolver habilidades de enfrentamentos e principalmente promover o autoconhecimento. Esses objetivos visam proporcionar uma melhora no funcionamento emocional e social dos pacientes, promovendo um maior bem-estar. Utilizando com base a autora Beck

(2013) afirmamos que a TCC está baseada em uma formulação e uma conceituação individual diante de cada paciente abrangendo as demandas apresentadas por ele e observadas pelo terapeuta. Leva-se em consideração que serão necessárias a colaboração e a participação ativa do paciente, pois a abordagem é orientada pelos objetivos terapêuticos e metas, focando nos problemas e intervindo no pensamento, humor e comportamento. Para isso, no decorrer do processo deve-se psicoeducar sobre o funcionamento cognitivo, ensinando o paciente a ser o seu próprio terapeuta e a identificar possíveis recaídas e nada menos importante, criar um bom vínculo com o paciente. Além disso, as sessões são preparadas e estruturadas previamente, elaborando a agenda de cada atendimento.

Os atendimentos ocorreram na clínica escola do Univag, Campus Cuiabá, todas as segundas-feiras, período da manhã, com sessões de 50 a 60 min, foram atendidos 03 (três) pacientes durante todo o semestre de 2024.2. E, para os meus atendimentos com os pacientes, busquei conduzir a primeira sessão, seguindo o roteiro da sessão inicial que tem como finalidade: realizar uma anamnese, levantamento das demandas, definir objetos terapêuticos, etc. Desde o início foi utilizado o rapport, ou seja, busquei construir uma relação empática com o paciente desde o contato inicial, utilizei de falas que revelam o foco desse espaço é o paciente, criando um ambiente acolhedor e seguro. A partir dos dados levantados nos primeiros atendimentos foi possível identificar junto a orientadora as crenças centrais disfuncionais dos pacientes, pensamentos automáticos e fazer a formulação e conceituação do caso, já estabelecendo um plano de tratamento para cada paciente. Para alguns casos foram feitas algumas intervenções como: RPD (Registros de pensamentos automáticos) (Regulação emocional), tarefas terapêuticas que incluem a psicoeducação dos pacientes. Os pacientes estão ainda em fase de avaliação inicial e indo para a fase intermediária da elaboração do plano de tratamento (com as intervenções propostas). Por fim, as pacientes permanecerão em atendimento no próximo semestre, tendo em vista que ainda estão em tratamento.

O início do estágio na clínica foi uma experiência muito rica e colaborativa para a minha formação. É perceptível que no início houve ansiedade e nervosismo diante da responsabilidade de lidar com pacientes, casos reais pela primeira vez, junto a sensação de não ser capaz de ajudar adequadamente os pacientes. No entanto, frente a oportunidade de aplicar na prática os conhecimentos teóricos adquiridos ao longo do curso se tornou uma motivação para buscar mais teorias, aplicar dentro da sala terapêutica e crescer profissionalmente. Refletindo sobre as atividades realizadas, destaco a importância da escuta ativa e do estabelecimento de vínculos com os pacientes, que são habilidades cruciais para a prática clínica. Além disso, a abordagem da Terapia Cognitivo-Comportamental me proporcionou ferramentas valiosas para trabalhar com questões emocionais e comportamentais.

Esse estágio não apenas ampliou minha compreensão teórica, mas também reforçou meu compromisso com uma prática ética e responsável. Estou mais preparada para enfrentar os desafios do mercado de trabalho e ansiosa para continuar meu desenvolvimento na área da psicologia. Agradeço a todos que contribuíram para essa experiência enriquecedora e espero que o aprendizado adquirido se reflita na minha atuação futura como psicóloga.

Palavras-chave: Experiência de estágio. Terapia Cognitivo-comportamental, Clínica escola.