

CATEGORIA: RESUMO EXPANDIDO

DIFICULDADES E DESAFIOS DOS TERAPEUTAS EM FORMAÇÃO: UMA REFLEXÃO À LUZ DA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

Maria Luiza da Silva Alves^{1}, Diva Rodrigues Daltro Bezerra (^{PO})*

1. Graduanda do curso de Psicologia, UniFanor | Wyden, Fortaleza-CE

2. Docente do curso de graduação em Psicologia, UniFanor | Wyden, Fortaleza-CE²

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo discutir as dificuldades e desafios dos terapeutas iniciantes em uma Clínica Escola localizada em Fortaleza-Ce. Essa análise é feita a partir dos referenciais teóricos da psicologia humanista, e mais especificamente, da Abordagem Centrada na Pessoa. As dificuldades em relação as inseguranças vivenciadas no *setting* terapêutico, são principalmente ligadas ao fato de não saber ao certo como agir, pois, as situações no início dos atendimentos tendem a envolver ansiedades e traduz expectativas criadas diante do desconhecido. Tal grau de ansiedade expressa as inseguranças do futuro com o cliente e da habilidade para estar realmente com ele. Zaro et al. (1980) mostra que o possível motivo para a ansiedade do estagiário iniciante está ligado ao fato de fantasiar sua atuação baseada no projeto de terapeuta ideal. Para pensar essa problemática, utilizaremos como referencial teórico os pressupostos da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), desenvolvida por Carl Rogers (1902-1987). O estudo metodológico objetivou entender o desenvolvimento do psicoterapeuta por meio de uma pesquisa bibliográfica, buscando compreender as dificuldades que esses encontram durante seu processo de formação. Portanto, por meio de leituras de livros e artigos pesquisados nas plataformas acadêmicas online *SciELO* e *Google Acadêmico*, priorizando periódicos publicados a partir do ano de 2010. Quanto aos descritores foram empregados: terapeuta iniciante, psicoterapia, desafios, ACP e psicologia. Como critérios de inclusão utilizou-se referências que abordavam temas como: dificuldades e desafios mostrados por terapeutas iniciantes, relação com o cliente, e atitudes essenciais ao terapeuta humanista. Diante disso, consideramos importante a reflexão sobre a vivência do estagiário-terapeuta iniciante frente a sua atuação. A falta de experiência clínica, dificuldade de relacionar teoria e prática, lidar com a angústia frente o sofrimento do outro, separar vida pessoal e vida profissional, são algumas das dificuldades e desafios enfrentados pelos terapeutas que estão se graduando.

Palavras-chave: Terapeuta iniciante. Dificuldades. Desafios. Experiência. Clínica.

INTRODUÇÃO

O presente trabalho surgiu a partir da experiência de Estágio Específico I, no Núcleo Integrado de Saúde – NIS, Clínica Escola do Centro Universitário UniFanor |Wyden. Através de uma revisão literária pretende-se fazer uma reflexão acerca dos percalços enfrentados pelos terapeutas que estão se formando, explorando as dificuldades que os alunos sentem em



encontrar formas de entendimento acerca do sofrimento humano em suas mais profundas expressões e os desafios que enfrentam diante a iniciação dos atendimentos na clínica psicoterápica, o que exige uma postura profissional e integração da teoria com a prática. Dessa forma, a base teórica escolhida para pensar sobre essas questões foi a Abordagem Centrada na Pessoa.

Estar diante de um cliente na clínica é visto como um momento único, o que exige do terapeuta sua presença por inteiro naquele momento. As palavras ditas, expressões e emoções apresentadas no *setting* são essenciais na relação terapêutica. É nesta relação que o psicólogo tem a oportunidade de experienciar as situações reais do cliente e de que maneira se vê congruente no seu jeito de ser naquele espaço. Faz-se necessário que os estudantes iniciem seus exercícios já tendo refletido sobre os aspectos profissionais, éticos e legais de seu trabalho, de modo responsável conforme ao que é determinado com ampliação da ótica do “fazer psicologia”. Entretanto, dificuldades e desafios existem no processo de formação desses profissionais que estão iniciando seu percurso enquanto terapeutas.

O intuito deste trabalho é refletir acerca das inseguranças vivenciado por terapeutas iniciantes nos primeiros atendimentos e do desafio que é o processo de amadurecimento emocional para esses novos profissionais, apontando o crescimento pessoal que pode ser obtido por meio das formas de enfrentamento dos obstáculos que surgiram ao longo do caminho. A falta de experiência clínica, dificuldade de relacionar teoria e prática, lidar com a angústia frente o sofrimento do outro, separar vida pessoal e vida profissional, são algumas das dificuldades e desafios enfrentados pelos terapeutas que estão se graduando.

MÉTODO

Foi utilizado como método para a elaboração desse trabalho a revisão bibliográfica, que segundo Alves (2012) propõe a revisão literária importante para que o pesquisador tenha conhecimento sobre o que está investigando e assim, contribuído para a elaboração da pesquisa.

A metodologia se deu, portanto, por meio de leituras de livros e artigos pesquisados nas plataformas acadêmicas online *SciELO* e *Google Acadêmico*, priorizando periódicos publicados a partir do ano de 2010. Quanto aos descritores foram empregados: terapeuta iniciante, psicoterapia, desafios, ACP e psicologia. Como critérios de inclusão utilizou-se referências que abordavam temas como, dificuldades e desafios mostrados por terapeutas iniciantes, relação com o cliente e atitudes essenciais ao terapeuta humanista. Artigos que analisaram terapeutas em geral, profissionais de psicologia que não atuam na área clínica e estudos realizados com estagiários clínicos de outras abordagens foram excluídos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao acompanhar o cliente, ajudando-o a perceber os possíveis significados presentes no fluxo de suas vivências, o terapeuta ajuda a pessoa a focalizar pontos de referência e a vivenciar os significados de forma mais plena. Para estar com o cliente é preciso que o terapeuta deixe de lado, neste momento, seus próprios pontos de vista e valores para entrar, sem preconceitos, no mundo do cliente. Em certo sentido, afirma Rogers (1977), é colocar de lado o próprio Eu. Quando falamos em terapeutas que estão se graduando, por vezes conseguir separar o que é seu e o que é do outro se torna algo difícil. Desse modo, fazer suas próprias psicoterapias pessoais pode ajudar os terapeutas nesse processo de separação pessoal x profissional.

Toda atividade de um psicólogo cujo a base teórica escolhida para subsidiar sua prática foi o humanismo, é perpassado por duas qualidades fundamentais – a maturidade emocional e compreensão de si, caracterizadas como a capacidade da pessoa de poder transformar-se, através da elaboração de suas inseguranças e expectativas, gerando o desenvolvimento e



enriquecimento da sua personalidade. Esses aspectos permitem que o psicólogo possa lidar com situações conflitantes, equilibrando suas apreensões e aprendendo a separá-las de sua realidade prática.

Ao iniciar sua prática enquanto terapeuta, os alunos estão em diferentes fases de amadurecimento pessoal e profissional. Contudo, se encontram com as mesmas angústias por medo de agir inadequadamente nos primeiros contatos com os clientes (Ribeiro, 1997). Diante do cliente o estagiário primeiramente aponta os recursos teóricos mais próximos a sua abordagem. Nesse momento se tem a concepção de que se deve prioritariamente oferecer uma escuta atenta.

O terapeuta iniciante passa por dificuldades em relação ao que terá de ser dito e de que forma. Pode conformar-se com o silêncio em alguns momentos, ou mesmo quebra-lo inadequadamente para livrar-se da angústia diante do vazio que se instaura na relação, que pensa poder ser entendido pelo outro como uma impotência de sua parte. Para Rogers e Kinget (1977) o silêncio pode ser uma tarefa muito significativa no processo terapêutico. A fala do terapeuta iniciante acontece sobretudo quando há pontuações a serem feitas de acordo com o que foi expresso na relação, quando há esclarecimentos a serem feitos, através de perguntas chave ou ainda quando se está seguro do que deverá ser dito.

Compreende-se a importância de evitar respostas prontas aos questionamentos do cliente, pois, frequentemente este apresenta expectativas acerca do atendimento psicológico com intuito que o terapeuta responda efetivamente as suas queixas. Nesse caso, o estagiário terá que se preparar para o atendimento mediante leituras prévias e supervisão do professor orientador, o que irá dar embasamento para estar diante do outro e prepará-lo para lidar com o atendimento no *setting* terapêutico.

Entender o processo de aprendizagem do estudante ao longo das etapas de identificação que se inicia no estágio, demonstra a necessidade de ter em mente que estão aprendendo habilidades novas, e que talvez não terão um bom desempenho desde o início. As inseguranças vivenciadas são principalmente ligadas ao fato de não saber ao certo como agir, pois, as situações no início dos atendimentos tendem a envolver ansiedades e traduz expectativas criadas diante do desconhecido.

Entretanto, se o estagiário conseguir aceitar entrar em contato com suas próprias ansiedades, provavelmente acolherá seu cliente, sendo que este manejo não serve apenas para reassegurar o aluno, mas também uma preparação para que esse possa lidar com a ansiedade inevitável dos clientes diante do atendimento.

Os desafios que os alunos encontraram ao iniciarem os atendimentos, geralmente está somado à elevada expectativa pela experiência com a prática, onde na maioria das vezes produz ansiedade, motivada por medos e fantasias. Essas vivências permitem ao terapeuta iniciante o crescimento positivo inicialmente quando ele entende que precisa compreender a si diante do caminho que está se propondo percorrer, aprendendo com sua expressividade emocional e a habilidade de perceber aspectos de si durante o atendimento (PACHECO, RANGÉ, 2006). Posteriormente, quando percebe e experimenta de se pôr no lugar do outro como uma forma de entrar em contato consigo, o terapeuta é capaz de acessar seus sentimentos, vontades e opiniões, e por fim, quando se sente preparado para entrar por completo na relação terapêutica, torna-se possível a vivência do encontro.

CONCLUSÕES/CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em síntese, a partir desse trabalho foi possível refletir sobre as angústias dos momentos finais do curso onde os terapeutas iniciantes elaboram estratégias com base nas suas vivências teóricas e práticas para aprimorar sua atuação. A vivência clínica permite ao aluno transitar entre os papéis de aprendiz e profissional. Tal exercício representa um desafio para o terapeuta iniciante, pois a experiência clínica exige que o terapeuta tenha maturidade e autoconhecimento no seu jeito ser, com seus limites e potencialidades. A avaliação das dificuldades que provavelmente irão enfrentar é primordial para a melhora de seu desempenho, tais como estar presente e compreender de forma autêntica o que se escuta e o que é vivido na relação.

Neste momento, é pertinente salientar um dos grandes desafios dos terapeutas iniciantes é confiar em si e lidar com as angústias e incertezas de sua iniciação como profissional, pois o semi-profissional que está se formando deve construir seu próprio percurso, levando consigo reflexões de seu crescimento enquanto terapeuta.

REFERÊNCIAS

- BEZERRA, Márcia Elena Soares; BEZERRA, Edson Nascimento. **Aspectos humanistas, existenciais e fenomenológicos presentes na abordagem centrada na pessoa.** Rev. NUFEN, São Paulo, v.4, n.2, p.21-36, dez. 2012. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912012000200004&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 03 out. 2018.
- CARL, R. R. s e G. Marian Kinget. **Psicoterapia e Relações Humanas.** Brasília: Interlivros editorial, 1977.
- DEL PRETTE, G.; DEL . **Psicoterapia com crianças ou adultos: expectativas e habilidades sociais de graduandos de psicologia**PRETTE, Z. A. P; MEYER S. Ba. Estudos de Psicologia, vol. 24, n. 3, pp. 306-314, 2007.
- HERZBERG, E. **Efeitos Psicoterapêuticos do Processo Psicodiagnóstico: Vivências do Psicólogo em Formação.** Anais do Congresso Nacional de Avaliação Psicológica, Porto Alegre, pp.69-75,1999, 8.
- PACHECO P.; RANGÉ. B. **Desenvolvimento de habilidades sociais em graduandos de psicologia.** In: BANDEIRA, M.; DEL PRETTE, A.; DEL PRETTE Z. (orgs.). Estudos sobre habilidades sociais e relacionamento interpessoal. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006, pp. 199-216.
- RIBEIRO, J.(1997). **O Ciclo do Contato.** São Paulo: Summus Editorial.
- ROGERS, C. R. (1987). **Tornar-se pessoa** (2a ed.). (M. J. C. Ferreira, Trad.). São Paulo: Martins Fontes. (Original publicado em 1961).
- ROGERS, Carl, (1977) – **Tornar-se Pessoa, 4.^a edição, trad. M. J. Carmo Ferreira, Moraes Editores, Lisboa.**
- Zaro, J. S., Barach, R., Nedelman, D. J., & Dreiblatt, I. S. (1980). **Introdução a prática psicoterapêutica.** (L. R. Marzagão, Trad.) São Paulo: EPU.