

**O PROCESSO DE TORNAR-SE PSICOTERAPEUTA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIAS
DIANTE DAS PRÁTICAS DE ESTÁGIO**

Giovana Coletto

André Marcos Spiecker Gasparin

Resumo

INTRODUÇÃO: O presente resumo abordará sobre o processo de tornar-se um psicoterapeuta. Este resumo expandido será construído a partir de experiências e vivências obtidas no componente curricular de Estágio Curricular Supervisionado II, disciplina do curso de Psicologia, oferecido pela Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC). Este resumo tem como objetivo geral explorar o processo de formação do psicoterapeuta, diante das experiências vividas ao longo dos estágios. E como objetivos específicos, têm-se: identificar os desafios emocionais e práticos, relatar a importância da supervisão de casos clínicos e refletir sobre a construção da identidade e ética profissional.

DESENVOLVIMENTO: Com o final da graduação em Psicologia, chegam os estágios, o momento de colocar em prática os aprendizados obtidos ao decorrer dos anos e diante desta prática, muitos questionamentos, inseguranças e medos assolam um psicoterapeuta em construção, devido a complexidade e a responsabilidade exercida com a vida de outra pessoa que

vem para a psicoterapia com o intuito de compartilhar suas questões mais delicadas e complexas.

Faleiros (2004), destaca sobre a responsabilidade e complexidade da tarefa de responder terapêuticamente ao pedido de ajuda de outro ser humano, que justifica a necessidade de maior consciência do futuro profissional sobre a concepção a respeito do que é ser psicoterapeuta e sua implicação de ordem prática na qualidade da sua formação profissional.

Bacaro, Reis e Gomes (2020), discorrem que o futuro psicoterapeuta trava uma batalha com um modelo idealizado de bom psicólogo criado por ele mesmo ao qual se compara constantemente, sentindo-se sempre em posição inferior, apresentando dúvidas quanto ao seu desempenho como psicólogo. Dito isto, cabe salientar que o primeiro atendimento realizado por um psicoterapeuta em construção é o que mais gera incertezas, dúvidas, ansiedade, expectativa, medo e questionamentos, "será que fiz certo?", "será que falei algo que não deveria?", "será que soube acolher o/a paciente?", "será que a pessoa irá voltar?" entre tantos outros questionamentos que causam muitas incertezas. Cria-se no psicoterapeuta iniciante uma comparação a outros profissionais que já atuam ou aos próprios colegas estagiários, o que gera sensação de impotência e angústias.

Diante de todas essas incertezas e de todos esses questionamentos que perpassam as primeiras práticas clínicas de um estagiário, destaca-se a importância da supervisão dos casos clínicos e do quão necessária ela é no processo de formação de um psicoterapeuta e os efeitos que ela tem na prática clínica dos estagiário para que o mesmo sinta-se mais seguro de suas intervenções.

De acordo com Faleiros (2004), a supervisão apresenta como possibilidade respostas às dificuldades, o despertar e a liberação da espontaneidade/criatividade no papel em desenvolvimento de terapeuta. Ainda, Faleiros (2004) destaca que a dinâmica da supervisão pessoal ou grupal tem a intenção de dar ao estagiário a oportunidade de compreender a dinâmica interna de seus pacientes. Faleiros (2004) também destaca que a

supervisão “[...] proporciona uma busca pela formação da identidade profissional.”

A supervisão de casos clínicos é orientada por um professor psicólogo que possui CRP ativo, onde o mesmo aponta aspectos da sessão que por vezes não são percebidos por um psicoterapeuta iniciante, além de correlacionar teoria e técnica à sessão psicológica, proporcionando ao estagiário maior domínio teórico. A supervisão de casos clínicos, também proporciona um espaço de reflexão e construção que propicia ao estagiário o desenvolvimento da autoconfiança dentro da sua prática clínica.

Diante do exposto, nota-se o quão importante são as supervisões por um professor psicólogo que possui uma maior experiência e pode auxiliar o psicoterapeuta iniciante nas suas dúvidas e incertezas. A supervisão contribui para que o estagiário desenvolva suas habilidades, sinta-se seguro diante das suas intervenções e práticas na sessão psicológica, além de proporcionar o desenvolvimento de um olhar clínico e ético para cada caso.

Durante o processo de formar-se um psicoterapeuta, nos deparamos com a importância de compreender como lidar e identificar os desafios emocionais e os desafios práticos. Os desafios emocionais estão ligados ao quanto nos sentimentos mobilizados pelas histórias dos clientes e do quanto precisamos ser maduros para saber lidar e separar as questões do cliente das nossas. Enquanto os desafios práticos estão ligados a nossa prática clínica, a desenvolver a aplicabilidade da teoria às questões práticas de cada cliente, de acordo com seu contexto e individualidade.

Matos e Borowski (2019), abordam que a profissão de psicologia exige de seus profissionais habilidades e competências específicas para lidar com o sofrimento alheio. A formação desse profissional está alicerçada na ideia de preparo emocional e psíquico para lidar com demandas pessoais e laborais. No entanto, isso nem sempre ocorre, o que pode impactar na maneira como cada profissional lida com os conteúdos emergidos em clínica ou nos contextos de trabalho.

Assim, nota-se a importância de desenvolver certa maturidade para não se mobilizar com os casos de cada paciente, para que isto não afete o

desempenho das práticas clínicas e faça com que nos compadecemos com paciente e perdemos nosso olhar clínico diante do caso. Este ponto requer muito autoconhecimento por parte do psicoterapeuta, para reconhecer as demandas das quais está preparado para lidar, que vai de encontro muito com a postura ética do profissional com o paciente.

Talvez um dos pontos que gere maior incerteza em psicoterapeutas iniciante e que é abordado como um desafio na citação, seja sobre a aplicação da teoria na prática, compreender qual o momento de aplicar a teoria ou de correlacionar a intervenção com algum aspecto teórico, reconhecer as questões do paciente e relacionar a aspectos teóricos, entre outros pontos, que podem gerar desconfortos, medo e incerteza ao psicoterapeuta e que possa fazer o mesmo questionar-se sobre a sua prática e sobre tudo o que aprendeu ao decorrer dos anos.

Por fim, salienta-se sobre a construção da identidade profissional de um psicoterapeuta em formação. Desenvolver autoconhecimento e pautar a atuação em princípios éticos são pontos fundamentais nesta construção. Zelar por decisões éticas, reconhecer nossos limites e prezar por uma postura ética em diferentes casos e contextos, são pontos essenciais, que vão além de desenvolver conhecimento, mas demonstram a integridade e a responsabilidade profissional, que são pontos fundamentais na construção de um profissional psicólogo que preza pelo cuidado com os outros e zela pela vida de todos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: Conclui-se então que o processo de formar-se um psicoterapeuta é atravessado por muitas dúvidas, questionamentos e medo sobre a sua prática clínica, devido a complexidade e responsabilidade necessária de um psicoterapeuta em formação, com a vida de outra pessoa. Destaca-se a importância da supervisão de casos clínicos, como ponto crucial no desenvolvimento da autoconfiança e na aplicabilidade teórica do estagiário com cada caso. Referente aos desafios enfrentados por um psicoterapeuta em construção estão presentes desafios emocionais e desafios da prática clínica. Dessa forma, salienta-se que o processo de forma-

se psicoterapeuta é marcado por muitas inseguranças e requer muito autoconhecimento.

REFERÊNCIAS:

BACARO, Renata Fernanda; REIS, Maria Elizabeth Barreto Tavares dos; GOMES, Andréa Kioko Sonoda. Sobre o início do tratamento: emoções do psicoterapeuta-aprendiz na clínica psicanalítica. *Contextos Clínic*, São Leopoldo, v. 13, n. 2, p. 340-364, ago. 2020. Disponível em: Sobre o início do tratamento: emoções do psicoterapeuta-aprendiz na clínica psicanalítica. Acesso em: 03 de novembro de 2024.

Faleiros, E. A. (2004). Aprendendo a ser psicoterapeuta. *Psicologia Ciência e Profissão*, 24(1), 14-27. Disponível em: 23.4art1.pdf. Acesso em: 03 de novembro de 2024.

MATOS, Marina da Silva de; BOROWSKI, Sílvia Batista Von. Vivências emocionais e estratégias de regulação emocional de psicólogos clínicos: um estudo qualitativo. *Est. Inter. Psicol.* 2019, 10, 3 [2024-11-03], pp.160-180. Disponível em: Vivências emocionais e estratégias de regulação emocional de psicólogos clínicos: um estudo qualitativo. Acesso em: 03 de novembro de 2024

giovana_coletto@outlook.com~
andre.m@unoesc.edu.br