A DIMENSÃO SUBJETIVA DE TORNAR-SE PSICÓLOGO: REFLEXÕES SOBRE SAÚDE MENTAL E AUTOCUIDADO DURANTE O ESTÁGIO

FLACH, Débora A.; BIDO, Eloisa.

Resumo

Sabe-se que o estágio curricular supervisionado ocupa um lugar imprescindível na formação conclusiva de qualquer graduando, uma vez que possibilita ao estudante aproximar os conhecimentos construídos ao longo da universidade perante as diferentes realidades que atravessam o exercício profissional. Ou seja, representa uma oportunidade de experimentar, questionar e desenvolver habilidades que participam da construção da identidade profissional. No âmbito do curso de Psicologia, as Diretrizes Curriculares Nacionais, instituídas pela Resolução CNE/CES nº 1/2023, respaldam e reforçam a importância dos estágios considerando determinada articulação entre formação acadêmica e prática profissional. Neste viés, a Clínica-Escola de Psicologia da UNOESC de São Miguel do Oeste, assume uma função determinante que visa a aproximação entre a universidade e a comunidade. Ao possibilitar o acesso da população aos serviços psicológicos, desempenha uma importante função social, ao mesmo tempo em que proporciona também aos estudantes o contato com diferentes histórias, demandas e realidades.

Nesse sentido, considerando a expansiva discussão voltada à qualidade dos serviços prestados nesse espaço e à formação dos futuros profissionais, este manuscrito tem como objetivo refletir sobre a prática clínica e o desenvolvimento do estagiário de psicologia em distintos contextos de atuação.

Entende-se que a experiência prática possibilita ao estudante uma tenra bagagem respaldada por diferentes vivências, percepções e desenvolvimentos técnicos. A partir disso, através das reflexões aqui apresentadas, busca-se convidar o leitor na imersão de alguns devaneios reflexivos que dissertam sobre o processo prático que atravessa essencialmente o estagiário enquanto pessoa.

Determinada temática surgiu por meio de trocas de experiências e diálogos com colegas nos encontros de supervisão, durante os intervalos de atendimentos na clínica-escola, bem como perante demais observações e mobilizações de cunho pessoal. Sendo assim, trata-se de um relato reflexivo construído a partir da vivência prática nesses diferentes contextos de estágio.

Ao longo dos cinco anos de graduação, observou-se que existe algo curioso no curso de Psicologia que apresenta pouco aprofundamento: os atravessamentos e sentimentos para com a subjetividade do estudante ou estagiário. Em outras palavras, de que maneira a práxis interfere no desenvolvimento de cada pessoa.

Conforme Minayo (2013), não existe uma neutralidade na Psicologia: o estudante não apenas investiga o ser humano, mas também se reconhece como parte daquilo que estuda. Na perspectiva das ciências humanas e sociais, não há como estudar o condicionamento do ser humano com a distância de quem observa de fora, como quem olha um peixe dentro de

um aquário. Certas teorias e práticas podem bater à porta de algumas lembranças ou ressignificações internas. Estuda-se o luto e recordam-se os próprios lutos. Estudam-se os vínculos e revisitam-se os que já foram construídos ao longo da vida, os que ainda se sustentam e os que, de alguma forma, ainda doem. Ou seja, ninguém atravessa a experiência formativa de forma ilesa: gradualmente o estudante passa a enxergar o mundo, a estruturação social e a si mesmo, de um jeito completamente diferente de como ingressou. Afinal, a matéria-prima da psicologia são as pessoas, e o próprio estudante também é parte disso. Isso não significa que o curso seja direcionado ao autoconhecimento próprio, mas lembra que, para acolher muitos "mundos", o estudante também precisa cuidar do seu.

Nessa perspectiva, as práticas de estágio configuram-se como uma comprovação palpável desse desafio intrínseco. É nessa oportunidade, em que o estagiário mergulha em demandas subjetivamente densas e delicadas, onde, ao mesmo tempo em que testemunha muitas evoluções, alegrias e avanços, ele também é constantemente desafiado em acessar seu repertório interno para contornar os possíveis atravessamentos dolorosos e a sensação de impotência que parecem "golpear" o íntimo.

Após um ano de estágio, atendendo semanalmente diversos pacientes, é possível identificar repercussões significativas decorrentes da prática, como por exemplo, a própria sensibilidade mais aflorada, inclusive em relação a outros âmbitos da vida. A empatia se apresenta para o profissional em formação como uma "janelinha aberta", que não se condiciona somente aos cinquenta minutos dos atendimentos, mas permanece acionada para além do espaço clínico, acompanhando o profissional em formação ao longo da vida e atravessando as suas relações com o mundo, com outras pessoas e, sobretudo, consigo mesmo.

Portanto, não raro, alguns casos desafiadores, atravessamentos e descontentamentos retornam à mente no cotidiano, no banho ou no meio do trajeto de carro de volta para casa, sem pedir licença para se instalar. Esse fenômeno encontra correspondência com um estudo realizado recentemente com psicoterapeutas-aprendizes de clínicas-escola, na qual reconheceram a identificação com as vivências emocionais do paciente como uma das experiências mais recorrentes da formação prática (Gomes; Reis, 2022). Diante desse cenário, aos poucos entende-se que a empatia não se sustenta na fusão com a experiência do outro, mas na capacidade de permanecer ao seu lado sem perder de vista a própria identidade. Afinal, a intensa mobilização despertada por alguns atendimentos revela indicadores que também precisam ser acolhidos e compreendidos no próprio estagiário (RUDIO, 2003).

Para além disso, evidencia-se ainda a constante autocobrança em aperfeiçoar a própria prática, estudar os casos separadamente e atender às demandas que parecem "muito superiores" à competência do aprendiz. Assim, torna-se fundamental relembrar que o estagiário ainda está em formação, para tanto, em condição de aprendiz.

Nesse sentido, observa-se que o estágio, para além de uma experiência prática, assume uma importante funcionalidade de lapidação interna, que por vezes mobiliza aspectos pessoais muito mais profundos do que se imagina, respingando em diferentes direções da vida do estudante. Em outras palavras, ao mesmo tempo em que o estagiário fica muito inebriado com a evolução dos pacientes que acompanha, está a todo momento tentando ampliar sua habilidade de "driblar" os atravessamentos que o transpõem enquanto ser humano.

Dessa forma, em um único dia de estágio clínico, ao estar em contato com diferentes pessoas e diferentes histórias de vida, o estudante tem a possibilidade de vivenciar vários tipos de emoções, como por exemplo: felicidade genuína, tristeza, medo, preocupação, euforia. Como se fosse uma espécie de montanha-russa, que muitas vezes o leva à alegria indescritível de testemunhar alguém se reencontrar consigo, e no instante seguinte o faz refletir sobre o sentimento de incapacidade que nenhuma literatura descreve.

Por fim, considerando o exposto, torna-se fundamental reforçar a importância do autocuidado ao longo da formação prática, não como recomendação genérica, mas como responsabilidade concreta do próprio processo formativo. Gomes e Reis (2022) apontam a supervisão clínica e a psicoterapia pessoal como dispositivos essenciais para que o estagiário nomeie e elabore aquilo que a prática mobiliza nele. As trocas dialógicas entre colegas, as mesmas que deram origem a esta reflexão, somam-se a esses dispositivos como rede de apoio igualmente necessária. Conclui-se, portanto, que a formação em Psicologia exige do estudante uma escuta constante de si mesmo, capaz de identificar os momentos em que os próprios limites estão sendo ultrapassados e de buscar, nesses momentos, os dispositivos de apoio disponíveis.

Referências

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. **Resolução CNE/CES nº 1, de 11 de outubro de 2023.** Institui as Diretrizes Curriculares Nacionais para os cursos de graduação em Psicologia. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 23 out. 2023. Seção 1, p. 55-57.

GOMES, Andréa Kioko Sonoda; REIS, Maria Elizabeth Barreto Tavares dos. Emoções vivenciadas pelos psicoterapeutas-aprendizes nos serviços-escolas: uma leitura psicanalítica. **Psicologia em Estudo**, v. 27, e48423, 2022.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento:** pesquisa qualitativa em saúde. 13. ed. São Paulo: Hucitec, 2013.

RUDIO, Franz Victor. **Orientação não-diretiva**: na educação, no aconselhamento e na psicoterapia. 14. ed. Petrópolis: Vozes, 2003.

Email: flachdeboraflach@gmail.com

Email: eloisabido@unoesc.edu.br.