

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DO ESTÁGIO***Amanda E. S. S. S. Portela<sup>1</sup>**Tauana Melli<sup>2</sup>**Rosimeire de Moraes Amorim Naves<sup>3</sup>**Juliana Batista Fitaroni<sup>4</sup>***Resumo**

As clínicas-escola são unidades de atendimento que se destinam a prestação de serviço à comunidade, por meio da aliança colaborativa entre profissionais formados e estudantes. A clínica escola da UNIVAG oferece serviço de Psicologia gratuito e é essencial na formação dos futuros psicólogos, pois proporciona um equilíbrio entre o conhecimento teórico e a aplicação prática. Nesse contexto, a clínica da UNIVAG, Campus Cuiabá, oferece um ambiente clínico supervisionado pela professora Juliana Fitaroni e orientação de prática de atendimento clínico pela professora Rosimeire Naves, pautada na abordagem da Terapia Cognitivo Comportamental. Na clínica-escola os estudantes desenvolvem habilidades de escuta e atendimento psicológico, competências cruciais para seu desenvolvimento profissional. Essa modalidade de atendimento em clínica escola não só aprimora as competências clínicas dos alunos, como empatia e análise crítica, mas também oferece serviços psicológicos acessíveis à comunidade, cumprindo a função social da Psicologia e contribuindo com a sociedade. A supervisão contínua por profissionais experientes permite que os alunos recebam orientação caso a caso contando com todo conhecimento e perícia técnica dos orientadores, troquem conhecimento a partir da discussão de casos em supervisão, aprimorem suas práticas e adotem uma abordagem ética na prática profissional. A variedade de casos clínicos atendidos prepara os alunos para desafios profissionais diversificados, facilitando a transição para o mercado de trabalho e valorizando a experiência prática na formação acadêmica. Diante disso, este trabalho pretende levantar a problemática: quais implicações no aprendizado das alunas com essa experiência de estágio? O presente trabalho tem por objetivo documentar e relatar as experiências vividas pelas discentes Tauana Melli e Amanda Portela, do curso de Psicologia da UNIVAG, alunas do nono e décimos semestres respectivamente, cumprindo a matéria de Estágio Supervisionado Específico I: Políticas de Saúde, segundo ementa do curso. A realização do estágio obrigatório se deu em campo, por meio de atendimentos clínicos de psicoterapia realizados gratuitamente, abertos a comunidade, durante o semestre letivo 2024/1, mediante agendamento e disponibilidade de horário a fim de fortalecer a importância da prática para a formação profissional. No estágio atuamos pela abordagem da Terapia Cognitivo Comportamental, do Aaron Beck, e essa abordagem entende o comportamento humano pelo modelo cognitivo que compreende que a forma como a pessoa entende ou interpreta as situações. Dito de outro modo, os pensamentos têm influência nos nossos sentimentos, comportamentos e até mesmo nas reações fisiológicas do nosso corpo. Esses pensamentos são baseados em crenças, e essas são formadas durante a nossa infância e adolescência, enquanto ainda estamos construindo a nossa personalidade. Para Beck, as crianças desenvolvem determinadas ideias sobre si mesmas, sobre as outras pessoas e o mundo. Essas crenças, se tornam crenças nucleares que vão basear os pensamentos e comportamentos de cada indivíduo. 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. Dessa maneira, o objetivo principal da terapia na TCC é entender

quais são as crenças disfuncionais do sujeito e concentrar os esforços em diminuir a potência dessas crenças. Beck ressalta a importância de tornar o processo compreensível tanto para o terapeuta quanto para o paciente, pois o ideal é que o paciente entenda o seu funcionamento e seja capaz de se regular sem a necessidade de interferência externa. A psicoterapia deve ser conduzida de forma eficiente para aliviar o sofrimento tão rápido quanto possível, seguindo uma agenda semanal e ensinando ferramentas terapêuticas. É importante participar o paciente do seu plano de tratamento, pois assim ele sabe o que esperar, compreende suas tarefas, entende a sua responsabilidade no processo terapêutico e se sente parte de um time, com uma ideia clara do progresso esperado ao longo das sessões. O objetivo maior é melhorar o humor do paciente durante a sessão e criar um plano para que ele se sinta melhor e funcione melhor durante a semana. Essas “tarefas” têm como objetivo aumentar a autoconsciência e autorresponsabilidade do paciente, a fim de que eventualmente ele seja capaz de se regular a si mesmo e não fique dependente da figura do terapeuta durante toda a sua vida. Para que isso seja possível, nos primeiros atendimentos é solicitado ao paciente que ele observe os seus pensamentos automáticos, para que possamos identificar as crenças disfuncionais e fazer futuros exames de evidência. Na clínica-escola buscamos conduzir os atendimentos a partir dos roteiros preestabelecidos, e da agenda de cada sessão que ocorreram semanalmente, e discutida em supervisão com a Professora Rosimeire Amorim. Nos primeiros atendimentos damos início ao processo terapêutico coletando informações acerca da vida do paciente que seria a Avaliação inicial, para então desenvolver junto à orientadora uma formulação de caso e conceituação do caso, e o plano de tratamento com as intervenções propostas, pois fornece um guia para o trabalho com o paciente, além disso, é crucial revisá-lo e atualizá-lo conforme necessário para garantir o melhor resultado. Em alguns casos, que a(o) paciente apresentou sintomas clínicos de algum transtorno psicológico, tivemos que lançar mão de instrumentos de entrevistas estruturadas com critérios característicos do DSM-5-TR, para auxiliar no diagnóstico e escolher o protocolo de tratamento correto. Diante da formulação, conceituação de caso pronto e um plano de tratamento bem delineado, foi realizada a psicoeducação com os pacientes de forma simples sobre o seu funcionamento cognitivo e sobre os seus planos de tratamentos. Beck diz que a maneira mais rápida e eficiente de ajudar o paciente a se sentir melhor e a se comportar mais adaptativamente é facilitar a modificação direta das suas crenças nucleares disfuncionais porque, depois disso, o paciente tende a interpretar situações ou problemas futuros de maneira mais construtiva. Além disso, foram aplicadas tarefas terapêuticas, como automonitoramento e/ou registro de pensamentos disfuncionais (RPD) e ou técnicas de regulação emocional, como: respiração diafragmática, autotranquilização, relaxamento, etc. para alguns pacientes que apresentavam alguma desregulação emocional/crises que de necessitava de alguma intervenção pontual antes mesmo de termos definido o seu plano de tratamento. O início da experiência dos atendimentos clínicos foi marcado por alguns sentimentos comuns a quase todos os alunos: medo do desconhecido, de não ser capaz de atender a demanda trazida por aquele paciente, ansiedade por não estarmos familiarizados com o processo, constrangimento pela falta de traquejo e as vezes até uma atuação mais “robotizada” de quem segue um cronograma preestabelecido para não correr o risco de se perder no meio do caminho. Aos poucos todo esse nervosismo foi dando espaço a muito estudo e preparação, o que nos ajuda, enquanto estagiárias, a sabermos o que fazer, em qual momento e com que objetivo. A entrevista inicial é um território seguro, parte por conta da experiência prévia da triagem no semestre anterior, parte por ser apenas uma conversa onde o objetivo é entender um pouco da história de vida daquela pessoa e a forma como a sua biografia moldou a construção das suas crenças. De acordo com a nossa experiência em campo, desde o primeiro contato já se inicia o caráter terapêutico do acompanhamento psicológico porque a fala por si só já é organizadora. O fato de termos todo o aporte teórico e olhar treinado de um profissional experiente nos auxiliando nessa construção,

torna essa análise muito mais fácil. Passada a parte do planejamento, é hora de colocar em prática tudo que, junto com a nossa orientadora, pensamos para aquele paciente (e toda a sua família, considerando que somos seres sociais e as mudanças vividas por nós impactam um bocado de outras pessoas). É realmente muito gratificante poder ser agente de transformação e, de alguma forma, guiar as pessoas a uma versão melhor de si mesmo. O estágio na clínica foi uma experiência muito enriquecedora, colaborativa para nossa formação e sem dúvidas motivou o início da construção da nossa identidade profissional. Ao final do semestre, foi recompensador ver o progresso dos pacientes e perceber o impacto positivo da Psicologia em suas vidas. Isso reforçou o propósito da nossa escolha profissional e destacou a importância da formação contínua, do cuidado com nossa própria saúde mental, os contornos éticos da prática psicológica, além de nos fazer crescer como pessoas.

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

1 - Discente do 10º semestre do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG, campus Cuiabá [aemanoellesantos@gmail.com](mailto:aemanoellesantos@gmail.com)

2 - Discente do 9º semestre do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG, campus Cuiabá [tauana\\_melli@hotmail.com](mailto:tauana_melli@hotmail.com)

3 - 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](mailto:rosimeire.amorim@univag.edu.br)

4 - Mestra em Psicologia pelo PPGP/UFSC Supervisora de campo do estágio, Professora do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG [juliana.fitaroni@univag.edu.br](mailto:juliana.fitaroni@univag.edu.br)