



**RELATO DE EXPERIÊNCIA: ESTÁGIO SUPERVISIONADO ESPECÍFICO
ABORDAGEM EM TEORIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL.**

Michele Lemos Pereira Vargas

Discente do curso de Psicologia UNIVAG

E-mail: milpvargas@gmail.com

Profª Rosimeire de Moraes Amorim Naves

Docente do curso de Psicologia UNIVAG

E-mail: rosimeire.amorim@univag.edu.br

Profª Aline Mercedes Fonseca Ramminger

Docente do curso de Psicologia UNIVAG

E-mail: alineramminger91@gmail.com

Este trabalho é um relato de experiência de estágio em uma clínica escola é um ambiente educacional e de prestação de serviços, as clínicas-escola são unidades de atendimento que se destinam a prestação de serviço à comunidade, dando oportunidade para população com menos poder aquisitivo, feita através de uma aliança colaborativa entre profissionais formados e estudantes. A clínica escola da UNIVAG, Campus Várzea Grande 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 Várzea Grande, oferece um ambiente clínico supervisionado e orientação de prática de atendimento clínico, 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 da aluna com essa experiência de estágio? O presente trabalho tem por objetivo documentar e relatar a experiência vivida pela discente, do curso de Psicologia da UNIVAG Campus Várzea Grande, aluna do décimo semestre, cumprindo a matéria de Estágio Supervisionado Específico: Políticas de Saúde II, 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 (2013) e essa abordagem entende 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. 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 (2013) as crianças desenvolvem determinadas ideias sobre si mesmas, sobre as outras pessoas e o mundo. Essas crenças, com o tempo e experiências, se tornam crenças nucleares que vão basear os pensamentos e comportamentos de cada indivíduo. O autor 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 consideradas como o nível mais superficial de cognição, ou seja, é a partir do monitoramento desses pensamentos que podemos acessar as crenças da paciente. 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 (2013) ressalta a importância de tornar o processo compreensível tanto para o terapeuta quanto para o paciente, pois o ideal é o 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, com o cuidado de não se tornar mecânica ou impessoal. 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. Os atendimentos clínicos ocorreram na clínica escola do UNIVAG, Campus Várzea Grande, todas as terças-feiras, período final da manhã, com sessões de 50 min, foram atendidos 01 (uma) paciente durante todo o semestre de 2024/1. 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. Nas primeiras sessões foi realizado o processo de entrevista inicial, o qual consiste em coletar dados da vida do paciente para que haja maior compreensão do caso, e assim ser possível relacionar com a teoria e realizar a devida conceitualização, essa etapa foi fundamental para compreender a demanda da paciente e ter maior segurança no atendimento. Durante os atendimentos também foi possível realizar intervenções fundamentais dentro da TCC, aplicando técnicas de autoconhecimento como: 1- Registro de Pensamento Disfuncional RPD: consiste em analisar os pensamentos, emoções, reações fisiológicas e comportamento frente a determinadas situações, a partir dela foi possível compreender de forma mais clara o modelo cognitivo dos pacientes; 2- Psicoeducação explicando questões importantes do tratamento, diagnóstico e sobre as atividades que serão propostas; 3-Roda da vida: possibilita ao paciente uma autoanálise e reflexão sobre as grandes áreas da sua vida. 4-Utilizamos de tarefas terapêuticas que possibilitem aumentar o bem-estar, percepção e competência: I Atividades Manuais, retomar atividades prazerosas; II Autocuidado com o corpo e o visual, dia de beleza; III Tarefas Afetivas, cozinhar algo especial para servir ou presentear alguém. Atividades recompensadora, presente, passado e futuro. Todas as tarefas que foram trabalhadas na busca de lidar melhor com a crença que foi identificada, o plano de tratamento assim como as intervenções



propostas, ferramentas essenciais na TCC, pois fornece um guia para o trabalho com o paciente, orientando cada intervenção. Beck (2013) 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. A paciente chegou na fase intermediária do tratamento, no total de seis sessões, ainda não concluídos os atendimentos do semestre, mas a paciente já sinalizou o interesse em continuar no próximo semestre. O início da experiência do atendimento clínico foi marcado por alguns sentimentos comuns a quase todos os alunos: o de não serem capazes de atender a demanda trazida por aquele paciente, insegurança por não saber como se daria o processo mas conforme o caso foi avançando e começando a ser perceptíveis as mudanças no paciente, foi possível experimentar sentimentos de gratificação e realização por fazer parte de um processo tão importante e essencial, 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.

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