

RELATO DE EXPERIÊNCIA NO ESTÁGIO

Elaine de Almeida Amadeu
Graduanda em psicologia
elainealmeida1976@hotmail.com

Rosimeire de Moraes Amorim Naves
Docente do curso de Psicologia
rosimeire.amorim@univag.edu.br

Aline Ramminger
Coordenadora da clínica escola do curso de Psicologia
aline.ramminger@univag.edu.br

(1) **Introdução:** O texto é apresentado na perspectiva de experiência em atendimento psicológico e conceitos, definições, características e procedimentos que possibilitam a adequada compreensão de uma experiência de estágio que se estrutura e se desenvolve a partir da produção teórica de outros autores e abordagem da Terapia Cognitivo-comportamental. Como acadêmica do décimo semestre do curso de Psicologia, tive a oportunidade de realizar meu estágio supervisionado na clínica escola do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), uma oportunidade de integrar a teoria aprendida ao longo do curso com a prática clínica. Os estagiários podem aplicar técnicas de avaliação, intervenção e acompanhamento de pacientes, reforçando a importância da teoria na prática, ademais é um ensejo de desenvolver habilidades clínicas: como a escuta ativa, empatia, observação e intervenção. Essas competências são fundamentais para o trabalho do psicólogo e são aperfeiçoadas por meio da prática supervisionada. Compreensão do Funcionamento do Serviço de Saúde Mental: que proporciona uma imersão no funcionamento de uma clínica ou serviço de saúde mental. Os acadêmicos aprendem sobre a dinâmica da equipe multidisciplinar, a gestão de casos e a importância da ética profissional, além das normas e legislações que regem a prática psicológica. Desenvolvimento da Identidade Profissional: um espaço para a construção da identidade do psicólogo, uma forma de refletir sobre sua prática, valores e estilo de intervenção, ajudando-os a definir seu caminho dentro da psicologia e a compreender sua vocação. Supervisão e Feedback: Outro objetivo importante é a supervisão clínica, durante o aprendizado, são realizadas orientação de profissionais experientes, que oferecem feedback construtivo sobre sua prática. Essa supervisão é essencial para o crescimento profissional, permitindo identificar pontos fortes e áreas que precisam de desenvolvimento. Contribuição para o Paciente: um dos objetivos mais significativos da prática na clínica é a contribuição para o bem-estar dos pacientes. Os acadêmicos têm a chance de auxiliar na promoção da saúde mental. Diante disso, este trabalho pretende levantar a problemática: como o estágio na clínica escola contribuiu para o aprendizado? (2) **Objetivo:** O presente relato tem como principal objetivo apresentar a minha experiência de estágio durante o décimo semestre de Psicologia na clínica do UNIVAG. (3) **Orientação teórica, contendo abordagens, teorias e conceitos:** A Teoria Cognitivo-Comportamental foi criada por Aaron Beck na década de 1960. Essa abordagem segue um modelo diretivo, isto é, as sessões são previamente estruturadas, de modo que o terapeuta segue um roteiro durante os atendimentos. Este roteiro é composto dos seguintes elementos básicos: *rapport*, ponte com a sessão anterior,

revisão das tarefas de casa da sessão anterior, atualização, estabelecimento de uma agenda para a sessão, abordagem dos tópicos da agenda: verificação de humor, educação do cliente sobre o modelo cognitivo, educação do paciente sobre o seu transtorno, uso de técnicas e estratégias cognitivo-comportamentais, enquadramento, indicação de novas tarefas de casa, resumo da sessão e *feedback* (BECK, 2013). (4) **Método:** Durante meu estágio supervisionado na clínica de Psicologia, tive a oportunidade de aplicar diversos procedimentos técnico-metodológicos que foram fundamentais para meu aprendizado e desenvolvimento profissional. Os atendimentos clínicos ocorreram na clínica escola, nas terças feiras, no período da tarde, foram dois pacientes atendidos, sendo a primeira paciente atendida três vezes e o segundo paciente 6 sessões ao longo do semestre. Tive a chance de atender dois casos, sendo um caso de compulsão por compras e outro caso de possível hipótese de depressão no qual foi realizado encaminhamentos para psiquiatra e neurologista. Ambos os casos precisarão de sequência nos atendimentos para o próximo semestre. O foco principal do meu trabalho foi a Teoria Cognitivo-Comportamental (TCC), que me permitiu desenvolver habilidades práticas enquanto acompanhava pacientes em suas jornadas de autoconhecimento e superação. Procedimentos realizados: 1. Avaliação Inicial dos Pacientes: O estágio começou com a realização de avaliações iniciais, onde utilizei entrevistas semiestruturadas para coletar informações sobre a história de vida dos pacientes, suas queixas e objetivos terapêuticos. Essa etapa foi crucial para entender o contexto emocional e psicológico de cada indivíduo. 2. Estabelecimento de Metas: Com base nas informações coletadas, trabalhei junto aos pacientes para definir metas terapêuticas claras e alcançáveis. Essa colaboração ajudou a aumentar o engajamento dos pacientes no processo e a direcionar as sessões de forma objetiva. 3. Intervenções Baseadas na TCC: no decorrer das sessões, apliquei técnicas da TCC, como: Reestruturação Cognitiva: Ajudei os pacientes a identificar e desafiar pensamentos automáticos negativos, promovendo uma mudança na forma como eles percebiam suas situações. Exposição Gradual: Para pacientes com ansiedade, desenvolvi um plano de exposição gradual a situações temidas, permitindo que eles enfrentem seus medos de maneira controlada e segura. 4. Tarefas de Casa: Introduzi tarefas de casa que incentivaram os pacientes a praticar as habilidades adquiridas nas sessões. Essas atividades eram discutidas nas consultas seguintes, o que permitia refletir sobre os progressos e dificuldades enfrentadas. 5. Supervisão e Reflexão: Ao longo do estágio, participei de sessões de supervisão com profissionais experientes. Essas reuniões eram essenciais para discutir os casos atendidos, receber feedback e refletir sobre minha prática. A troca de experiências enriqueceu meu aprendizado e aprimorou minha abordagem terapêutica. (5) **Conclusão:** Ao concluir meu estágio, sinto que estou mais preparada para enfrentar os desafios da profissão. A experiência não apenas consolidou meu conhecimento teórico, mas também me proporcionou um olhar mais humano e empático em relação aos pacientes. Estou convencida de que o estágio é uma etapa imprescindível na formação de um psicólogo, pois nos permite entender a importância da prática clínica e a responsabilidade que temos em ajudar o próximo. Estou animada para dar continuidade à minha trajetória na Psicologia, levando comigo tudo o que aprendi durante esse período tão significativo. A prática na clínica é um momento decisivo na formação do psicólogo, pois é o espaço onde a teoria se encontra com a técnica. Através dele, pude perceber a complexidade do ser humano e a importância de uma abordagem ética e responsável no atendimento. Cada atendimento trouxe um novo aprendizado, desafiando-me a refletir sobre minhas crenças e preconceitos, e a desenvolver uma postura crítica em relação à prática profissional. Além disso, conheci a importância da supervisão e do trabalho em equipe e a oportunidade de trabalhar com a Terapia Cognitivo-Comportamental, o que ampliou minha visão sobre as diversas formas de compreender e intervir nos problemas psicológicos. A troca de experiências com outros estagiários e profissionais foi fundamental para meu crescimento pessoal e profissional. A conversa sobre casos, o compartilhamento de



dificuldades e as orientações recebidas foram essenciais para que eu me sentisse mais segura em minha atuação. Durante o estágio, pude observar e participar de atendimentos clínicos, sempre sob a supervisão de profissionais experientes. Essa experiência foi enriquecedora, pois, além de aplicar as teorias aprendidas, pude desenvolver habilidades práticas, como a escuta ativa e a empatia. A interação com os pacientes me ensinou a importância da relação terapêutica, mostrando como o vínculo pode influenciar o processo de tratamento. Este período foi fundamental para a minha formação, tanto no aspecto teórico quanto prático, permitindo-me vivenciar o dia a dia da profissão e entender a importância do estágio na consolidação dos conhecimentos adquiridos ao longo do curso

Palavras-chaves: Relato de experiência. Terapia cognitivo-comportamental. Estágio clínica escola.