



ANSIEDADE EM ESTAGIÁRIOS DE PSICOLOGIA: REFLEXÕES A PARTIR DA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO

Julia Vilela Silva

Bacharel em Psicologia 8º semestre – juliavilela26@outlook.com

Nicole Carla Lucas Godinho

Bacharel em Psicologia 8º semestre – nicolegodinho@gmail.com

Juliana Batista Fitaroni

Msc. Guilherme Augusto Duarte
Docente

O presente trabalho discute a experiência do estágio supervisionado em Psicologia, realizado na Clínica Escola do Centro Universitário de Várzea Grande – Polo Cuiabá, com foco na atuação clínica fundamentada na análise do comportamento. O início da prática clínica no estágio de Psicologia tem como característica recorrente ser acompanhado por sentimentos ansiosos, uma vez que atender um cliente pela primeira vez, ainda em processo de formação, mobiliza sentimentos de insegurança e autocobrança significativos. Conforme destaca Farias *et al.* (2010), a formação da psicóloga clínica envolve não apenas a aquisição de conhecimentos teóricos, mas também o desenvolvimento de habilidades práticas que são constantemente influenciadas por variáveis ambientais e históricas da própria psicóloga em formação. Estes sentimentos ansiosos podem ser compreendidos dentro da perspectiva da Análise do Comportamento como um conjunto de respostas condicionadas e mantidas por contingências específicas do ambiente acadêmico e clínico, que incluem desde a avaliação dos supervisores até as expectativas pessoais de desempenho. O presente resumo parte da experiência de estágio supervisionado na clínica-escola para refletir sobre essa temática, destacando o papel da análise funcional e da supervisão no manejo dessas dificuldades, elementos fundamentais para o desenvolvimento de um repertório comportamental mais adaptativo e eficaz na prática clínica inicial.

Nos primeiros atendimentos é comum observar nos estudantes comportamentos que indicam medo de possíveis consequências aversivas, como críticas, falhas ou repreensão. De acordo com Shinohara (2003, *apud* Farias *et al.* 2010) "[...] se a ansiedade atrapalha a vida de um indivíduo, por impedir que este faça o que gostaria ou precisaria fazer, então é provável que haja um problema [...]". O sentimento de ansiedade nesse contexto, pode se revelar com comportamentos de silêncio extenso, medo de intervir ou dificuldade de seguir com o acolhimento.

Farias *et al.* (2010) refletem sobre a importância da psicóloga compreender não apenas o comportamento de seus clientes, mas também o seu próprio, uma vez que ambos estão submetidos a variáveis ambientais e históricas. Nesse contexto, é possível compreender que os discentes, ao iniciarem sua prática clínica, enfrentam diversas preocupações relacionadas às expectativas como da instituição ou subjetivas, como a autocrítica e a comparação com os colegas. A partir da perspectiva da Análise do Comportamento, tais manifestações podem ser analisadas em função de seus antecedentes e consequências, o que permite uma compreensão mais precisa dos comportamentos emitidos em situações de ansiedade.

Dessa maneira entende-se a importância da supervisão realizada, não apenas para a discussão e apresentação dos casos, mas também para acolhimento das experiências adquiridas por esses discentes no momento da triagem, podendo assim pensar em suas atuações, medos e obter um entendimento melhor desse processo, até agora inexplorado, o qual repetidamente mencionado no qual a maioria tem seu primeiro contato. Logo, cria-se um ambiente onde se é livre para apresentar suas inseguranças sem punições, contribuindo assim para a construção de um repertório clínico mais funcional e confiante.

Desse modo, reflete-se sobre o dito por Farias *et al.* (2018), a formulação de caso pode beneficiar a psicóloga em formação, garantindo um entendimento maior de suas respostas no ambiente clínico. A formulação de caso na análise comportamental clínica constitui-se em um processo sistemático de organização das informações coletadas sobre o cliente, permitindo a identificação das variáveis relevantes que controlam os comportamentos-alvo. Quando aplicada à própria experiência da psicóloga iniciante, essa ferramenta possibilita o reconhecimento de padrões comportamentais que emergem no contexto clínico e suas variáveis controladoras. Nesse sentido, a análise funcional pode ser benéfica à própria psicóloga, de forma que ela entenda os padrões que intensificam o sentimento de ansiedade, assim essa pode utilizar de estratégias para ajudar em seus atendimentos. Farias *et al.* (2010) destaca que o autoconhecimento da psicóloga é parte fundamental do processo terapêutico, uma vez que suas próprias respostas emocionais e comportamentais influenciam diretamente a relação com o cliente. Ao identificar os antecedentes e consequentes de suas respostas ansiosas durante os atendimentos, o estagiário pode desenvolver estratégias de manejo mais eficazes, como técnicas de respiração, reestruturação cognitiva e planejamento detalhado das sessões.

Compreender os sentimentos ansiosos dos estagiários a partir da Análise do Comportamento permite ir além da visão patologizante ou puramente emocional do fenômeno. De acordo com Farias *et al.* (2010), na análise comportamental clínica, o sujeito é considerado simultaneamente produto e produtor das contingências que o cercam, pois age modificando o ambiente e é modificado por suas próprias ações. Nesse sentido, a ansiedade manifesta-se como um comportamento operante com função adaptativa específica: evitar situações potencialmente aversivas e preservar o senso de competência profissional em formação. Dentro deste contexto, essa perspectiva funcional possibilita uma compreensão mais abrangente do fenômeno, reconhecendo que os comportamentos ansiosos não são meramente respostas emocionais descontextualizadas, mas padrões comportamentais que emergem de contingências específicas do ambiente de formação clínica.

A experiência em clínica-escola demonstra que o apoio da supervisão, aliado a uma escuta funcional das dificuldades do estágio, pode transformar os sentimentos ansiosos, autocobrança e medo em ferramenta de autoconhecimento e desenvolvimento profissional. Farias *et al.* (2010) enfatiza que o vínculo terapêutico é fundamental para a continuidade do processo clínico, onde a psicóloga utiliza seus conhecimentos científicos e habilidades técnicas para planejar intervenções que auxiliem o cliente a superar medos. De modo análogo, a relação supervisor-estagiário estabelece-se como um vínculo de caráter assistencial e formativo, no qual o supervisor emprega seu repertório técnico-científico para orientar o desenvolvimento das competências clínicas do supervisionado. Esse processo de supervisão, quando conduzido em um ambiente acolhedor e não punitivo, permite que o estagiário desenvolva habilidades de auto-observação e análise funcional de seus próprios comportamentos, identificando variáveis que controlam suas respostas ansiosas e desenvolvendo estratégias mais adaptativas para lidar com os desafios da prática clínica. Assim, a atuação clínica, mesmo em formação, pode se tornar progressivamente mais segura e efetiva quando o discente em estágio também é acolhido e compreendido em seu processo.

Palavras chaves: Ansiedade; Formação Clínica; Análise do Comportamento; Supervisão em Psicologia.



REFERÊNCIAS

FARIAS, Ana Karina C. R. de; COLABORADORES. **Análise comportamental clínica: aspectos teóricos e estudos de caso.** Porto Alegre: Artmed, 2010.

FARIAS, Ana Karina C. R. de; FONSECA, Flávia Nunes; NERY, Lorena Bezerra. **Teoria e formulação de casos em análise comportamental clínica.** Porto Alegre: Artmed, 2018.