

# **Aconselhamento Psicológico: Fases do Aconselhamento Psicológico I.**

Me. Dr. Rodrigo Almeida  
CRP 15/5100

## Descoberta Inicial

- Sendo o Aconselhamento um processo de interação pessoa-a-pessoa que estimula a mudança de posição subjetiva por parte do indivíduo, é importante discriminar as três etapas deste serviço.
- Nesta primeira etapa, que é a de descoberta inicial, o psicólogo deverá proporcionar condições para que seja possível o desenvolvimento de uma relação de confiança e trabalho.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)



## Descoberta Inicial

- Nessa primeira fase o objetivo do psicólogo é construir relações com o cliente, estabelecendo o *rapport*, devendo dedicar tempo e energia para desenvolver uma relação que seja caracterizada por:
  1. Confiança mútua;
  2. Franqueza;
  3. Bem-estar;
  4. Otimismo quanto à importância do processo de Aconselhamento na vida do cliente.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

## Descoberta Inicial

- Há clientes que buscam o serviço de Aconselhamento de forma voluntária.
- Em geral são pessoas que estão conscientes do que as incomoda e se percebem precisando de ajuda.
- O nível de sofrimento psíquico varia, podendo ser leve ou muito intenso.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

## Descoberta Inicial

- Nesse tipo de cliente, que tem consciência de suas questões, o sofrimento psíquico é utilizado como o motivo para a busca de ajuda e geralmente estão dispostos a se implicar em um processo de Aconselhamento.
- Geralmente uma pergunta do tipo: “O que te traz aqui?” é suficiente para que a pessoa se abra e relate suas questões.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

## Descoberta Inicial

- Todavia, existem clientes que apresentam uma postura de resistência frente ao processo de Aconselhamento.
- São pessoas que estão vivenciando algum tipo de conflito, mas que resistem em buscar ajuda.
- Geralmente são cliente que, quando procuram o psicólogo o fazem a partir da pressão de terceiros e geralmente colocam muitos obstáculos ao profissional.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

## Descoberta Inicial

- Além disso, embora alguns cliente iniciem o processo de Aconselhamento voluntariamente, a maioria sempre apresenta inconscientemente ansiedade e resistência.
- É natural que haja algum tipo de resistência, pois o processo de Aconselhamento requer que o cliente revele informações sobre si mesmo e sua vida pessoal a uma pessoa relativamente estranha.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

## Descoberta Inicial

- Parte dessa resistência advém do medo do desconhecido, por não saber previamente o que irá lhe acontecer ao se submeter ao processo de Aconselhamento.
- Por isso, essa primeira fase do Aconselhamento tem o intuito de auxiliar o cliente a sentir-se à vontade em relação ao processo de comunicação.
- Também deve auxiliá-lo a sentir-se menos ansioso quanto a efetuar contato pleno, sincero e em profundidade com suas questões.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

## Descoberta Inicial

- Nesse sentido, o psicólogo deverá auxiliar o cliente nesse momento de descoberta inicial, devendo estar atento:

1. As mensagens corporais do cliente;
2. As mensagens verbais e aos “não-ditos”;
3. Não deve, em momento algum, dar “conselhos” ao cliente;
4. Dar “aula” ao cliente, usando-se excessivamente de seu saber Psi;
5. Tomar cuidado com o questionamento excessivo.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

## Descoberta Inicial

- Logo, o sucesso do processo de Aconselhamento depende da operacionalização dessa primeira fase de forma adequada.
- É a partir do desenvolvimento de uma relação de trabalho efetiva que o processo de Aconselhamento poderá ter prosseguimento, seguindo para as segunda e terceira fases.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

## Referências

FORGHIERI, Y. C. **Aconselhamento terapêutico: origens, fundamentos e prática.** São Paulo: Cengage Learning, 2016.

PATTERSON, L. E.; EISENBERG, S. **O Processo de aconselhamento.** 4<sup>a</sup> ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2013.

SCHEEFFER, R. **Aconselhamento psicológico: teoria e prática.** 7<sup>a</sup> ed. São Paulo: Atlas, 1979.

SCHEEFFER, R. **Teorias de aconselhamento.** São Paulo: Atlas, 1983.

SCORSOLINI-COMIN, F. **Aconselhamento psicológico: aplicações em gestão de carreiras, educação e saúde.** São Paulo: Atlas, 2015.