

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

Me. Dr. Rodrigo Almeida  
CRP 15/5100

## Exploração em Profundidade

- Nessa segunda fase do processo de Aconselhamento o psicólogo irá auxiliar o cliente a ampliar a compreensão de suas questões, engajando-o em um processo de autodiagnóstico.
- Ou seja, o psicólogo auxilia o cliente a ter um maior insight da sua demanda.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)



## Exploração em Profundidade

- Essa fase é muito importante, tendo em vista que o processo de mudança tem como base a tomada de consciência.
- Esse insight é singular para cada cliente: em alguns tem a ver com questões sintomatológicas, como ansiedade, outras tem a ver com carreira, em outros casos perceber sobre como os próprios atos impactam nas outras pessoas, etc.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

## Exploração em Profundidade

- Muitos clientes não compreendem que suas ações ou a ausência delas têm relação direta com as suas queixas.
- O sofrimento psíquico pode ser tão intenso que o cliente não consegue sozinho, ter um insight da situação, de como podem estar recalculando emoções, negando a existência de determinadas questões, projetando demandas suas em outras pessoas, etc.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

## Exploração em Profundidade

- Para que esse insight do cliente aconteça é necessário que o psicólogo faça a exploração de temas repetitivos, evitados, distorcidos, acting-out e passagens ao ato, etc.
- O psicólogo deve se posicionar de tal forma a favorecer que esses conteúdos inconscientes possam vir à tona e o cliente venha a ter uma tomada de consciência desses conteúdos.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

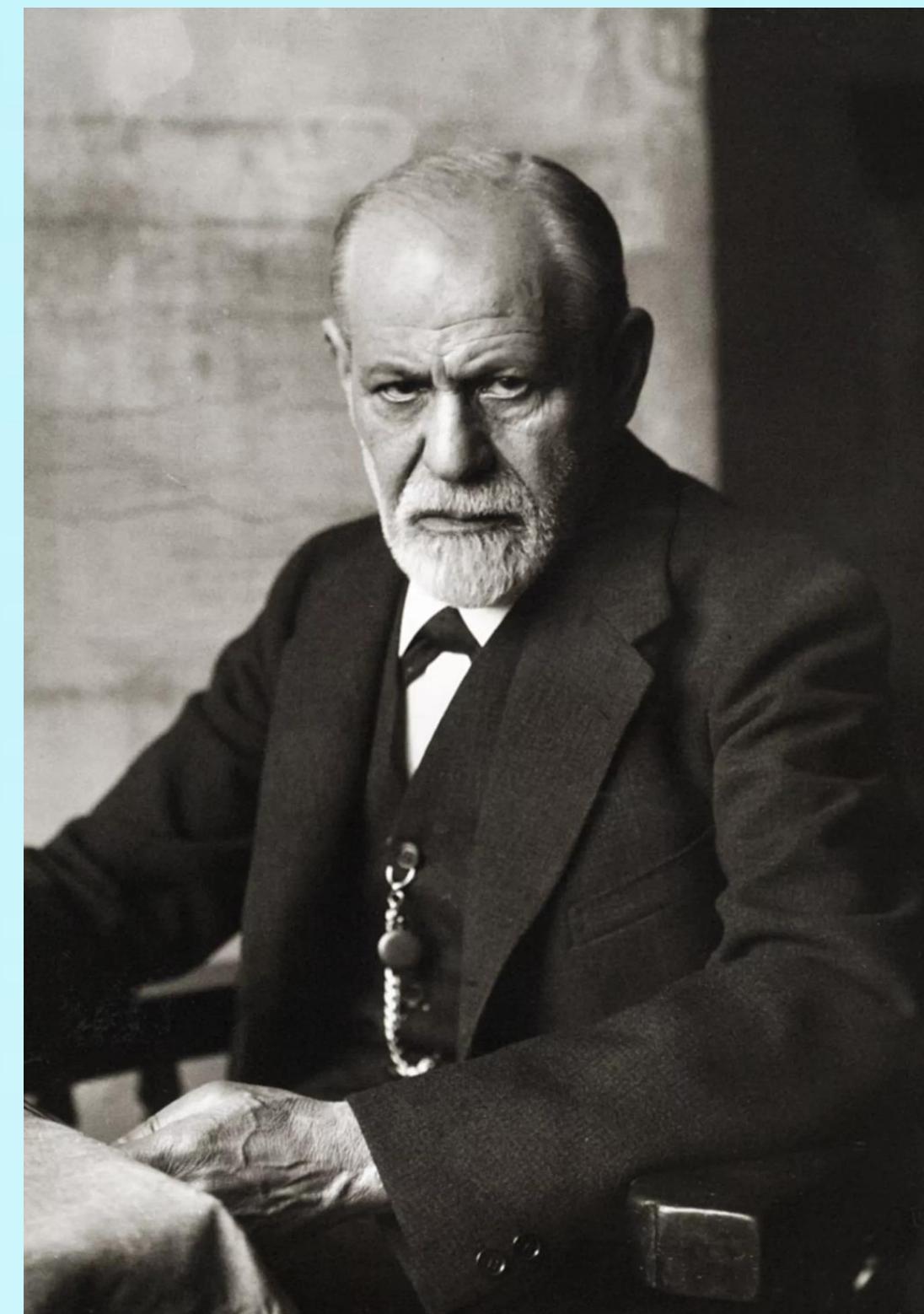
## Exploração em Profundidade

- A ideia é possibilitar ao cliente informações novas sobre suas questões.
- O psicólogo dá feedbacks ao cliente sobre os conteúdos que ele traz, como um espelho, refletindo para ele as suas questões não ditas e inconscientes.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

*“[...] existem em cada ser humano, desejos que ele prefere não comunicar a outros e desejos que ele próprio não quer admitir”.*

*(FREUD, 1900, p. 195)*



*“[...] A informação mais profunda e também mais difícil de ser assimilada é aquela que se refere ao eu: emoções vivenciadas, objetivos pessoais, sentimentos para com o próprio eu e para com outras pessoas significativas [...]. Ajudar o cliente a desenvolver novos insights sobre o eu leva tempo e, inevitavelmente, resulta em resistência. Parte da tarefa do conselheiro é controlar o espaço de tempo para o cliente receber nova informação, de modo que possa ser assimilada”.*

*(PATTERSON; EISENBERG, 2013, p. 56)*

## Exploração em Profundidade

- Ao oferecermos feedback ao cliente, é importante observarmos:
  - 1) Qual a postura do cliente ao receber o feedback (atitudes, tom de voz, linguagem corporal, resistência, etc.)?
  - 1) Certificar-se de que o cliente compreendeu o nosso feedback.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

## Exploração em Profundidade

- O psicólogo também deve sinalizar para o cliente, quando pertinente:
  - 1) Discrepâncias entre as imagens verbais e as corporais;
  - 2) Discrepâncias entre as ações e percepções do cliente;
  - 3) Discrepâncias entre os desejos e resultados reais.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

## Exploração em Profundidade

- O psicólogo não pode esquecer que assimilar um feedback é algo que não acontece de forma imediata.
- Ou seja, muitas pessoas precisam de um tempo para refletir sobre o que viram pois, dependendo do conteúdo do que é comunicado, aquilo vai reverberar por muito tempo no cliente.
- O psicólogo deve respeitar o tempo do cliente para assimilar a informação nova.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

## Exploração em Profundidade

- Também é importante que esse feedback seja feito de forma direta e clara.
- Cuidado com termos muito técnicos;
- Assim, é importante que o psicólogo nunca esqueça que é natural que haja resistências ao feedback.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

## Exploração em Profundidade

- Assim, o objetivo desta etapa do Aconselhamento é auxiliar o cliente a ter novas consciências e perspectivas a fim de poder posteriormente se engajar no processo de mudança que deseja, fazendo isso de forma consciente e responsável.

(PATTERSON; EISENBERG, 2013)

## Referências

**FREUD, S.** *A Interpretação dos sonhos (1900)*. São Paulo: Companhia das Letras, 2019. Obras Completas, v. 4.

**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.