



AUTOMUTILAÇÃO EM DECORRÊNCIA DE CONFLITOS EMOCIONAIS NA ADOLESCÊNCIA: ESTUDO DE CASO

Michele Carnieto Tozadore; Maria Elisa Gisbert Cury Bittencourt
Centro de Ciências Humanas, Centro Universitário Sagrado Coração (UNISAGRADO)
m.tozadore@gmail.com, m.elisapsineuro@gmail.com

A adolescência é uma fase do desenvolvimento humano que pode apresentar inúmeras características vinculadas à vivência em grupos e reconhecimento de emoções, especialmente em âmbitos sociais de maior convivência como escolares e familiares. Alguns sujeitos experimentam conflitos emocionais que podem ser decorrentes desse período. Assim, buscam estratégias compensatórias para regulação de estados emocionais, sendo que algumas delas podem apresentar características menos funcionais como a automutilação. Fatores associados a essas estratégias podem incluir depressão e inconsistências familiares. Uma das maneiras de proporcionar o desenvolvimento de habilidades saudáveis para os conflitos emocionais é através da regulação emocional, processo que se refere à capacidade de avaliar, modular, monitorar e vivenciar experiências emocionais. O Plantão Psicológico é uma modalidade de atendimento que responde a essas técnicas, pois funciona como uma esfera de acolhimento e aconselhamento psicológico. O objetivo do presente trabalho é descrever procedimentos realizados em um atendimento em Plantão Psicológico a fim de auxiliar uma adolescente com diagnóstico de depressão a desenvolver estratégias de regulação emocional. Foram realizados três atendimentos com uma paciente do sexo feminino de dezoito anos de idade. Os atendimentos de aproximadamente 50 minutos aconteceram quinzenalmente entre abril e maio do ano de dois mil e dezenove, na clínica-escola de Psicologia de uma universidade localizada em uma cidade do interior paulista. Apesar do diagnóstico, a paciente não fazia uso de medicamentos no período dos atendimentos. As principais queixas apresentadas por ela foram: sintomas depressivos como angústia e solidão, crises de ansiedade e automutilação. Estratégias de escuta ativa, compreensão diagnóstica e observação de conteúdo foram aplicadas no primeiro atendimento, além de modelação de estratégias adaptativas para regulação emocional, como: técnicas de respiração e concentração; tabela para adequação de rotina e diminuição de ansiedade; tabela para descrição de sintomas, sentimentos e emoções durante as crises e; tabela para reconhecimento de ambiente pré-crise. Durante os atendimentos percebeu-se, através do relato verbal da paciente e do preenchimento das tabelas, que as estratégias aplicadas obtiveram efeitos positivos, sendo que os comportamentos de automutilação diminuíram de frequência. Assim sendo, é suposto que essas estratégias foram eficazes para esse atendimento. Estudos futuros devem avaliar a generalização das técnicas supracitadas em pesquisas com maior número de participantes.

Palavras-chave: Automutilação. Adolescência. Plantão Psicológico.
Eixo: Práticas em Psicologia Clínica

Categoria: Comunicação Oral