



TREINO DE HABILIDADES SOCIAIS EM UMA UNIVERSITÁRIA: UM CASO DE PLANTÃO PSICOLÓGICO

Anna Luiza Grizzo Silveira; Maria Elisa Gisbert Cury

Centro de Ciências Humanas, Centro Universitário Sagrado Coração (UNISAGRADO)

annagrizzo@hotmail.com

O plantão psicológico inspira-se na proposta de atendimento clínico breve, fora dos moldes consultoriais, aberto à escuta de tudo aquilo que o sujeito relata, consistindo em um caráter já terapêutico. A intervenção visa acolher a população que necessita de atendimento emergencial, sendo que as pessoas atendidas podem ser encaminhadas à psicoterapia, avaliação psiquiátrica ou outros serviços multidisciplinares. As habilidades sociais abrangem relações interpessoais, incluindo assertividade, habilidades de comunicação, de resolução de problemas e comportamentos socialmente habilidosos. Esse artigo tem como objetivo analisar a eficácia das intervenções em habilidades sociais promovidas em atendimento de plantão psicológico de uma estudante universitária e investigar a validade do uso das técnicas de psicoeducação, respiração e comunicação assertiva. A participante trata-se de uma jovem universitária, do sexo feminino, de vinte e dois anos, cujas queixas eram dificuldade em relacionamentos interpessoais, comunicação pouco assertiva, que geravam sintomas ansiosos e baixa autoestima. Os atendimentos aconteceram em uma instituição particular de uma cidade do interior do estado de São Paulo. Foram realizados cinco encontros com a paciente, visando a melhora dos sintomas e a ressignificação dos conteúdos ali emergentes. As técnicas utilizadas foram: suporte, sugestões, clarificações, confrontações, psicoeducação, técnicas de respiração, orientações sobre comunicação assertiva e treinos de habilidades sociais com técnicas comportamentais sobre o impacto dos pensamentos nos sentimentos. O processo de plantão psicológico teve como resultado o alívio das angústias para a paciente, melhora nos sintomas ansiosos, desenvolvimento de uma comunicação mais assertiva e uma maior mobilização diante de suas queixas. A cliente apresentou uma boa evolução durante o processo, diante de comportamentos e falas apresentadas no final dos atendimentos, podendo-se evidenciar que as intervenções foram eficazes para a melhora dos sintomas ansiosos, nas habilidades interpessoais e perante alguns posicionamentos e decisões tomadas a partir da conscientização da paciente diante das queixas. Foi realizado o encaminhamento para as redes de apoio necessárias, como acompanhamento psicoterápico e avaliação psiquiátrica. O presente trabalho demonstrou que o treino de habilidades sociais podem diminuir as queixas diante de diversos contextos surgidos nas relações sociais, levando ao aprendizado de uma comunicação mais assertiva, assim como a diminuição da ansiedade.

Palavras-chave: Plantão Psicológico. Intervenção. Acolhimento. Habilidades Sociais.

Eixo: Práticas em Psicologia Clínica

Categoria: Paineis