



PLANTÃO PSICOLÓGICO E REESTRUTURAÇÃO COGNITIVA: UMA PROPOSTA DE INTERVENÇÃO PARA SENTIMENTOS DE CULPA

Fábio Henrique Paulino¹; Tatiana de Cassia Ramos Netto²; Ana Carla Vieira³.

¹Graduando do curso de Psicologia; Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru, paulino.fabio@yahoo.com

²Docente do curso de Psicologia, Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru, taty_psy@yahoo.com.br

³Docente do curso de Psicologia, Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru, ana.vieira@usc.br

A prática do Plantão Psicológico é compreendida como uma modalidade de atendimento clínico emergencial. Realizada em poucos atendimentos sem duração estabelecida previamente, essa prática acolhe qualquer pessoa no momento de sua crise visando ajudá-la a compreender melhor sua emergência e, se necessário, realizar encaminhamentos para outros profissionais. O psicólogo deve atuar como facilitador, colaborando para que o cliente tenha uma visão mais clara de si mesmo e da problemática existente em seu contexto atual. Este estudo objetiva apresentar um caso atendido no Plantão Psicológico numa clínica-escola de Psicologia do interior paulista. As intervenções realizadas durante o processo tiveram como objetivo principal a realização de uma breve reestruturação cognitiva da paciente, visando a retomada de suas atividades cotidianas e a diminuição do sofrimento causado pelas distorções existentes. Foi colaborador do estudo, uma mulher de 46 anos, casada, que apresentou como principal queixa um sofrimento intenso causado pelo sentimento de culpa relacionado a perda da mãe. Os atendimentos aconteceram na seguinte estrutura: acolhimento inicial, dois retornos e *follow up* após 30 dias do último retorno. O foco interventivo foi a reestruturação das ideias relacionadas à morte de sua mãe, considerando que a paciente vivenciava um sentimento de culpa muito intenso, mesmo sem motivos racionais para isso. As principais técnicas que embasaram as intervenções em crise foram: questionamentos socráticos; identificação e desafio de pensamento automático disfuncional; psicoeducação sobre diabetes; distanciamento; ativação comportamental e cartões de enfrentamento. Após finalizar a quarta e última sessão, a problemática envolvendo a culpa pela morte de sua mãe já era praticamente inexistente, assim como suas consequências emocionais que caracterizavam uma crise. Entretanto, a paciente ainda apresentava um índice considerável de sofrimento devido a questões envolvendo seu contexto familiar e financeiro. Dessa forma, foi encaminhada para a psicoterapia estendida na abordagem cognitivo-comportamental. Considerando o relato aqui exposto, podemos concluir que o Plantão Psicológico pode colaborar de forma positiva para que os pacientes retomem ao funcionamento cognitivo sadio, assim como na remissão considerável dos sintomas da crise. Sendo assim, evidencia-se o caráter preventivo de tal prática, que visa intervir no conteúdo emergente do paciente em sofrimento antes que este se torne urgente, facilitando o processo de autocura dos usuários do serviço.

Palavras-chave: Plantão Psicológico. Reestruturação Cognitiva. Psicologia clínica.