Aconselhamento Psicológico: Auxílio nas crises de ansiedade

Autor(res)

Taynan Filipini Bonini
Celcidia Neves De Novaes
Maria Aparecida Bastos Biondo

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE OSASCO

Resumo

A ansiedade tem se tornado mais presente na sociedade e afetando a vida dos indivíduos, levando desde uma ansiedade positiva que o coloca em alerta até efeitos desproporcionais que afeta o convívio no ambiente de trabalho e toda vida social. O aconselhamento psicológico procura levar o indivíduo a uma compreensão e reflexão nos momentos de crise de ansiedade. Esse resumo trata de um relato e experiências com pesquisas realizadas em maio de 2024, com articulação em matérias disponíveis na biblioteca virtual. No aconselhamento abriu-se espaço para relato, diante da ansiedade, que levaram os pacientes a viverem angústias e sofrimento com o objetivo de promover reflexões e desafios. O aconselhamento psicológico e acolhimento são meios que contribuem para ajuda na promoção e prevenção de saúde mental em meio a ansiedade.