

Explorando Intervenções Terapêuticas para Saúde Mental e Dependência Química: Experiência de Estágio

Autor(es)

Sabrina Mariano Da Silva
Guilherme Galves Rodrigues
Caroline Boiko Guitel

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE ITAPECERICA DA SERRA

Introdução

A psicologia e as clínicas de reabilitação são dois campos que se unem para promover o bem-estar coletivo das pessoas inseridas nesses locais com diversos objetivos, como melhorar a saúde física, mental ou emocional. No caso deste estágio, foram trabalhadas dinâmicas e atividades de escuta junto aos acadêmicos de psicologia, com o intuito de promover a saúde mental dos internos, que estavam lá por diversos motivos, mas compartilhavam o vício em algum tipo de substância. A interseção entre a psicologia e as clínicas de reabilitação desempenha um papel fundamental na promoção do bem-estar coletivo dos indivíduos que frequentam esses espaços. Segundo a teoria biopsicossocial, a saúde não pode ser compreendida apenas sob a ótica biomédica, pois resulta da interação entre fatores biológicos, psicológicos e sociais (ENGEL, 1977).

Objetivo

Promover melhora significativa no bem-estar emocional e psicológico dos participantes, através da aplicação de técnicas psicológicas sob supervisão, utilizando ferramentas da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), técnicas de terapia de grupo e arteterapia.

Material e Métodos

Utilizando como base técnicas da TCC, reestruturação cognitiva, em terapias de grupo e arteterapia, com base nos textos de Aaron Beck (1967) sobre a TCC e Beck et al. (1993) sobre o tratamento de dependências, a abordagem é de extrema eficácia no tratamento de dependências ao ajudar o indivíduo a identificar e modificar comportamentos e pensamentos disfuncionais. Em conjunto com as técnicas de terapias em grupo, que proporcionam um ambiente de apoio que promove a saúde coletiva, e com a arteterapia, que facilita a expressão emocional e o autoconhecimento dos internos, essas abordagens combinadas visam não apenas a redução dos sintomas relacionados ao vício, mas também a promoção do bem-estar psicológico e emocional dos participantes. Foram aplicadas dinâmicas, atividades de conversação e de expressão artística, como desenhos, representações teatrais e criação de esculturas de argila para incentivar o pensamento crítico, a mudança de pensamentos, crenças e hábitos.

Resultados e Discussão

No início das atividades, houve resistência por parte dos indivíduos do local, devido à familiarização inicial com os acadêmicos e o receio da presença no que se refere às possíveis propostas a serem realizadas, no entanto, essa resistência diminuiu gradativamente à medida que foram implementadas dinâmicas e atividades projetadas para promover o conforto e a aceitação da participação dos acadêmicos na clínica. À medida que as dinâmicas de expressão artística foram introduzidas, juntamente com a curiosidade e a preocupação acerca das produções, os internos começaram a se expressar e a interagir com maior facilidade. Ficou evidente que os acadêmicos estavam interessados em ouvi-los e empenhados em compreender suas questões. O desenho livre utilizado com o intuito de facilitar a interação verbal, utilizando da arte para expor suas questões internas e até então inacessíveis.

Conclusão

Foi essencial abordar o local com uma perspectiva crítica em relação às situações enfrentadas pelos internos antes de chegarem à instituição, mantendo o respeito e auxiliando aqueles que tinham dúvidas sobre o que lhes era transmitido. Assim, foi evidenciado na prática a importância da busca contínua pelo conhecimento, pesquisa, prática e profissionalismo. O estímulo constante ao entendimento das abordagens comportamental, psíquica e humana demanda dedicado estudo, pesquisa e prática.

Referências

- ANDRADE, L. Q. Linhas teóricas em arte-terapia. In: CARVALHO, M. M. M. J. de (Org.). *A arte cura? Recursos artísticos em psicoterapia*. Campinas, SP: Editorial Psy II, 1995. p. 52.
- BECK, Aaron T. *Depression: Causes and treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 1967.
- BECK, Aaron T.; WRIGHT, Fred D.; NEWMAN, Cory F.; LIESE, Bruce S. *Cognitive therapy of substance abuse*. New York: Guilford Press, 1993.
- ENGEL, George L. The need for a new medical model: a challenge for biomedicine. *Science*, v. 196, n. 4286, 1977.
- MILLER, William R.; ROLLNICK, Stephen. *Motivational interviewing: helping people change*. 3. ed. New York: Guilford Press, 2013.
- MORENO, J. L. *Psychodrama: Volume I: Theory and Therapy*. Beacon House, 1977.