

Avaliação terapêutica: Integrando psicodiagnóstico e intervenção breve



Contextualização

A avaliação psicológica é o processo de coleta de informações sobre uma pessoa, grupo ou instituição com o objetivo de compreender os fenômenos psicológicos envolvidos na demanda e planejar a intervenção ou encaminhamento. Dentre as modalidades atuais de avaliação, encontra-se a avaliação terapêutica, um processo psicodiagnóstico colaborativo que utiliza tanto da avaliação estruturada quanto intervenções psicoterapêuticas breves.

O processo tem como objetivo guiar o cliente no autoconhecimento a partir de sua história, assim como desenvolver estratégias iniciais para o enfrentamento de demandas emocionais. São 4 Etapas, e a quantidade de sessões de cada Etapa é flexível e ajustável de acordo com as demandas do cliente. O processo todo costuma utilizar 6 a 8 sessões de 1 hora cada.

Etapa 1 (entrevistas iniciais)

Conhecimento da história do cliente e da realidade em que está inserido, bem como das demandas e/ou encaminhamentos que fizeram com que procurasse atendimento. Ao final da primeira sessão, o cliente formula questões que deseja investigar e compreender sobre si mesmo ao longo do processo.

Exemplos de questões:

- Por que minha autoestima é tão baixa?
- Por que me incomoda tanto com a opinião dos outros?
- Como posso entender minha insegurança?

Etapa 2 (testes padronizados)

Aplicação de testes padronizados que contribuem para acessar informações importantes sobre o funcionamento psicológico do avaliando. Normalmente inicia-se pela aplicação de um inventário de autorrelato que permite ao cliente identificar aspectos relacionados às questões elaboradas. Na segunda sessão de testes, costuma-se utilizar um método projetivo, em que há menos participação do controle consciente nas respostas.

Testes mais frequentemente utilizados:

- Bateria Fatorial de Personalidade (BFP)
- Inventário Dimensional Clínico da Personalidade (IDCP-2)
- Teste de Apercepção Temática (TAT)

Etapa 3 (intervenção)

Nesta etapa busca-se responder às questões elaboradas, tomando-se o cuidado de não “entregar os resultados”, mas conduzir o cliente para encontrar relações entre o material produzido na Etapa 2 e a história de vida relatada nas entrevistas da Etapa 1. Os dados fornecidos durante as Etapas anteriores são utilizados como auxílio para que o cliente tome consciência de suas questões psicológicas. Nesse sentido, em vez de apontar, por exemplo, que “os testes mostraram que você se retrai muito do contato social com receio de desaprovação”, a estagiária pode trazer

exemplos de frases assinaladas nos inventários ou material verbalizado nos testes projetivos, agrupando temas e permitindo que o cliente possa reconhecer por si próprio características da sua personalidade.

Este também é um momento importante pois permite compreender quais aspectos são mais reconhecíveis e conscientes ao indivíduo, e quais aspectos ainda não são muito claros ou provocam estranheza ou defesas.

Além do autoconhecimento, um segundo objetivo desta Etapa é o cliente desenvolver possibilidades de mudanças. Em conjunto com a estagiária, o cliente elabora estratégias para que possa colocar em prática ao longo da semana, agora que já tem uma compreensão melhor dos motivos de se sentir ou se comportar. Por exemplo, se a queixa dizia respeito a não conseguir se comunicar, o próprio cliente elege pessoas com quem poderia apresentar suas opiniões ou seus sentimentos.

Esta etapa não tem o objetivo de substituir uma psicoterapia longa e profunda, mas desenvolver os primeiros passos que o cliente pode tomar para se conhecer melhor e ter uma relação mais saudável e adaptada com seu meio.

Etapa 4 (síntese e devolutiva)

No último encontro, o cliente traz informações sobre como conseguiu colocar em prática as mudanças propostas na Etapa 3. Neste momento, outros encaminhamentos podem ser feitos, como continuidade em psicoterapia.

Também neste momento a estagiária entrega uma devolutiva no formato de uma carta escrita. Em vez de utilizar termos técnicos, a carta é escrita em linguagem coloquial e resume todo o processo, desde os primeiros encontros e as questões até o desenvolvimento do cliente ao longo das sessões. Ressaltando o aspecto colaborativo do processo, a estagiária convida o cliente a alterar ou adicionar pontos à carta.

Informações do estágio

4º ano de Psicologia

Reuniões: Segunda-feira a partir das 14:00

Coordenador: Prof. Dr. Fabiano Koich Miguel

Estudantes 2025: Atlas Breno Correia Potiguara, Catharina Lemos dos Santos, João Pedro Merli, Laura Guerrelhas Gonçalves, Sofia Rosana Zappa Lodi

