

Aconselhamento Psicológico: Diferenciando Aconselhamento Psicológico e Psicoterapia.

Professor Rodrigo Almeida
CRP 15/5100

Diferenciando Aconselhamento Psicológico e Psicoterapia:

- Foi a partir das contribuições de Carl Rogers que houve uma maior aproximação entre Aconselhamento e psicoterapia.
- Hoje o Aconselhamento e a psicoterapia são campos que em determinados momentos chocam-se, mesclam-se e complementam-se em diversas questões do processo de ajuda.

(SCORSOLINI-COMIN, 2015)



Diferenciando Aconselhamento Psicológico e Psicoterapia:

- Nesse sentido, para diferenciar ambos os serviços é importante entender que existem aproximações e distanciamentos entre psicoterapia e Aconselhamento;
- Não existe um consenso entre os estudiosos sobre esse assunto, mas é unânime a opinião de que, apesar de terem semelhanças, são serviços distintos.

(SCORSOLINI-COMIN, 2015)

Diferenciando Aconselhamento Psicológico e Psicoterapia:

• Aconselhamento	• Psicoterapia
<ul style="list-style-type: none">• Possui curta duração (poucas sessões);• Não aprofunda as queixas (atendimento mais pontual);• Tem como foco preventivo e na resolução de problemas (foco na ação);• Auxilia o sujeito a ampliar sua capacidade de tomar consciência de suas questões e não trata transtornos mentais;• Auxilia o sujeito a empregar seus recursos e potencialidades.	<ul style="list-style-type: none">• Possui uma duração mais prolongada;• Aprofunda as queixas do sujeito;• Tem como objetivo promover mudanças na estrutura de personalidade do sujeito (foco na reflexão);• Auxilia o sujeito a lidar com questões mais delicadas, como crises existenciais;• É indicada quando se tem o diagnóstico de algum transtorno mental.

(SCORSOLINI-COMIN, 2015)

Diferenciando Aconselhamento Psicológico e Psicoterapia:

- O Aconselhamento está mais ligado a ajudar o sujeito a tomar alguma decisão;
- Envolve situações mais objetivas, que permitem uma maior utilização de recursos e potencialidades pessoais.

(SCORSOLINI-COMIN, 2015)

Diferenciando Aconselhamento Psicológico e Psicoterapia

- As demandas pelo Aconselhamento estão mais voltadas para:
 - Conflitos ambientais e situacionais (acolhendo o sujeito em demandas graves);
 - Conflitos conscientes e acompanhados de uma ansiedade que não seja tão excessiva a ponto de se tornar patológica para o sujeito.

(SCORSOLINI-COMIN, 2015)

Diferenciando Aconselhamento Psicológico e Psicoterapia:

- Vale destacar que é muito comum que o sujeito que busca Aconselhamento seja posteriormente encaminhado para uma psicoterapia, caso haja necessidade de uma intervenção mais aprofundada e que demore mais tempo;
- Outra característica importante do Aconselhamento é o seu caráter educativo e preventivo, centralizado nos aspectos saudáveis do sujeito e nos aspectos conscientes da personalidade.

(SCORSOLINI-COMIN, 2015)

Diferenciando Aconselhamento Psicológico e Psicoterapia:

- O Aconselhamento está mais ligado à atividades de orientação e focado em questões específicas e que demandem respostas mais pontuais;
- Ou seja, as demandas trabalhadas no Aconselhamento não exigem um acompanhamento mais longo e aprofundado.

(SCORSOLINI-COMIN, 2015)

Diferenciando Aconselhamento Psicológico e Psicoterapia:

- O Aconselhamento é um processo que precisa ter um início, meio e fim;
- Mesmo que aconteça em apenas uma sessão, é importante que não fiquem *gestalts* abertas;
- Para que seja efetivo, o Aconselhamento deve auxiliar o sujeito a se deparar com suas questões e estabelecer, com o auxílio do psicólogo conselheiro, ações para lidar com aquilo que o levou a buscar o serviço.

(SCORSOLINI-COMIN, 2015)

O tempo lógico é constituído por três tempos. Primeiro, o instante de ver – que não é sem mistério, se bem que bastante definido nessa experiência psicológica da operação intelectual que é o insight. Depois, o tempo para compreender. Enfim, o momento de concluir. Isto é apenas uma recordação.

Lacan, 1964/2008, p. 45. **O Seminário, livro 11:** os quatro conceitos fundamentais da psicanálise. 2^a ed. Rio de Janeiro: Zahar, 2008.

Diferenciando Aconselhamento Psicológico e Psicoterapia:

- Apesar de ser breve, o Aconselhamento exige um árduo trabalho tanto da parte do sujeito quanto da parte do psicólogo-conselheiro;
- É um serviço que tem como base o código de ética profissional dos psicólogos, sendo caracterizado pelo sigilo, confidencialidade e segurança.

(SCORSOLINI-COMIN, 2015)

Diferenciando Aconselhamento Psicológico e Psicoterapia:

- Outro ponto importante é o fato de que o Aconselhamento pode ser ofertado em diferentes espaços (clínica, escolas, hospitais, empresas, etc.), partilhando da ideia de uma clínica mais ampliada.

(SCORSOLINI-COMIN, 2015)



Diferenciando Aconselhamento Psicológico e Psicoterapia:

- Finalmente, Scheeffer (1979) ao abordar as diferenças entre Aconselhamento e psicoterapia, destaca que é importante que os psicólogos tenham formação tanto em psicoterapia como em Aconselhamento;
- Assim ele terá mais facilidade para identificar com mais clareza qual o enquadre aquele sujeito poderia ser atendido, a depender do problema relatado, ou seja, para que oferte o serviço mais adequado à demanda daquele sujeito.

(SCORSOLINI-COMIN, 2015)

[...] mais do que buscar a diferenciação ou a aproximação entre essas modalidades, deve-se compreender a qualidade da ajuda oferecida em termos de atitudes básicas do psicólogo e se ele conhece os mecanismos pelos quais pode ofertar essa ajuda.

(SCORSOLINI-COMIN, 2015, p. 93)

Referências

LACAN, J. **O Seminário, livro 11:** os quatro conceitos fundamentais da psicanálise. 2^a ed. Rio de Janeiro: Zahar, 2008.

SCHEEFFER, R. **Aconselhamento psicológico:** teoria e prática. 7^a ed. São Paulo: Atlas, 1979.

SCHEEFFER, R. **Teorias de aconselhamento.** São Paulo: Atlas, 1983.

SCORSOLINI-COMIN, F. **Aconselhamento psicológico:** aplicações em gestão de carreiras, educação e saúde. São Paulo: Atlas, 2015.