

A importância da psicoterapia pessoal para estudantes de psicologia

Liliam dos Anjos¹
Patricia Carvalho Sarmiento²
Paula Estaite Maciel³
Sabrina Colela da Silveira⁴
Simone dos Santos Ferrazzo⁵
Rafael Zanoni Bossle⁶

Resumo: O presente artigo tem por objetivo apresentar a importância da psicoterapia pessoal para estudantes de Psicologia. Para isso, realizou-se uma pesquisa de campo com a aplicação de um mini questionário, em quatro turmas aleatórias do curso de Psicologia da Faculdade Cesuca, visando a identificar quantos estudantes, desse grupo pesquisado, fazem psicoterapia pessoal e as motivações que os levam a essa busca. Posteriormente, os dados obtidos foram analisados, revelando que a maioria dos alunos não faz psicoterapia. Essa informação é preocupante, pois no decorrer do curso os professores alertam para a relevância do tratamento psicológico para os graduandos, e o resultado da pesquisa demonstra que seria viável enfatizar mais este tema com os alunos. Dentre os autores abordados, evidencia-se Skinner, o qual explica a questão do autoconhecimento que é um dos frutos que a psicoterapia pode oferecer, e afirma-se que quando o indivíduo se conhece, ele pode com mais facilidade prever e controlar seu comportamento em todos os âmbitos da vida, inclusive na prática profissional. Concluiu-se, que, apesar de muito benéfica para o desenvolvimento pessoal e profissional dos graduandos, a psicoterapia ainda é buscada mais no final do curso atrelando-se a chegada do estágio profissional e aos conflitos internos decorrentes desse processo. Entre os diversos benefícios que a psicoterapia pessoal pode oferecer para cada indivíduo, salienta-se o auxílio na busca pelo autoconhecimento, cujo saber refletirá positivamente no seu desempenho no Estágio Profissional, e, também, para que cada um possa aprender a lidar com suas questões pessoais gerando uma melhora na qualidade de vida.

Palavras-chave: Psicoterapia pessoal; Estudantes; Psicologia.

Abstract: This article intends to present the importance of personal psychotherapy for psychology students. For that, a field survey was carried out with the application of a mini questionnaire, in four random classes of the Psychology course of the Cesuca College, in order to identify how many students from this group are doing personal psychotherapy and the motivations that lead them to this quest. Subsequently, the data obtained were analyzed, revealing a high incidence of the majority of

¹Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: liliam.anjo@gmail.com

²Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: patthykarvalho.pc@gmail.com

³Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: paulaestaite@yahoo.com.br

⁴Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: sabrina.colela31@gmail.com

⁵Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: simoneferrazzo@yahoo.com.br

⁶Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: rafaelbossle@cesuca.edu.br

students not doing psychotherapy. This information is worrying because during the course of the course teachers warn of the relevance of psychological treatment for undergraduates, and demonstrates that it would be feasible to emphasize this topic more with the students. Among the authors, is evidenced Skinner, where he explains the question of self-knowledge that is one of the fruits that psychotherapy can offer, and it is stated that when the individual is known, he can more easily predict and control their behavior in all areas of life, including professional practice. It was concluded that, although very beneficial to the personal and professional development of undergraduates, psychotherapy is still sought after at the end of the course, linking the arrival of the professional stage and the internal conflicts arising from this process. Among the many benefits that personal psychotherapy can offer to each individual, we highlight the help in the search for self-knowledge, whose knowledge will positively reflect on their performance in the Professional Internship, and also so that each one can learn to deal with your issues improving the quality of life.

Keywords: Personal psychotherapy; Students; Psychology.

1 INTRODUÇÃO

O presente artigo tem por objetivo apresentar a importância da psicoterapia pessoal para estudantes de psicologia, demonstrando o impacto que a mesma pode causar na vida de um psicólogo em formação. Sabendo da relevância desse tema, buscou-se na literatura suporte teórico para corroborar com os dados amostrais, além de encontrar evidências dessa prática. Acredita-se que a procura por apoio psicológico seja buscada por um desejo de cada pessoa para se conhecer melhor, pois isso poderia refletir no fortalecimento do futuro profissional, cujos indivíduos poderiam por fim lidar melhor com os seus próprios problemas pessoais, e, porventura dos estágios. Através de uma pesquisa de campo, os dados levantados serão analisados de forma quantitativa e qualitativa, tendo como objetivo principal identificar a quantidade de alunos do curso de psicologia que fazem psicoterapia pessoal. E, a partir disso, será analisado através do conteúdo das respostas, o que levou estes alunos a buscarem a ajuda de um psicólogo(a), relacionando teoria e pesquisa.

2 REVISÃO DA LITERATURA

¹Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: liliam.anjo@gmail.com

²Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: patthykarvalho.pc@gmail.com

³Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: paulaestaite@yahoo.com.br

⁴Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: sabrina.colela31@gmail.com

⁵Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: simoneferrazzo@yahoo.com.br

⁶Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: rafaelbossle@cesuca.edu.br

A formação profissional em psicologia exige muito mais do que teoria. Para se construir uma carreira sólida e satisfatória torna-se imprescindível a prática de psicoterapia pessoal, a qual servirá de suporte para os anseios e conflitos, que podem emergir durante o processo terapêutico. Do mesmo modo, a psicoterapia também se faz necessária para os estudantes do curso de psicologia, que, mais do que ninguém, necessitam dessa ajuda psicológica para compreenderem aspectos da vivência prática, envolvidos durante o decurso da graduação (KICHLER; SERRALTA, 2014).

Partindo dessa proposição, pode-se inferir que a “formação em psicologia se constitui de uma jornada complexa, pois, os estudantes se preparam para entender os processos geradores de sofrimento psicológico em seus pacientes, mas, ao mesmo tempo, passam por processos que colocam em jogo a sua própria subjetividade” (SILVA; SOARES, 2014, p.1).

Esse preparo acadêmico engloba aptidões técnicas, pessoais e éticas, que visam a extrair dos estudantes uma ampla gama de conhecimentos e habilidades. E, sendo a sua própria pessoa, a principal ferramenta de trabalho do psicólogo, torna-se indispensável o investimento em si, através da psicoterapia pessoal, articulando teoria e prática (MEIRA; NUNES, 2005; KICHLER; SERRALTA, 2014).

Tal investimento possibilitará o pleno funcionamento do estudante, uma vez que desenvolverá “a capacidade de escuta e as ‘práticas de si’; ou seja, o desenvolvimento do estudante enquanto pessoa, de modo que se relacione com o outro buscando incrementar os vínculos interpessoais, tão importantes para a atuação profissional do psicólogo.” (KICHLER; SERRALTA, 2014, p. 56).

Essa busca por apoio psicoterapêutico facilita o manejo dos estudantes quanto às demandas que venham a surgir futuramente no campo profissional. Desta forma, os conflitos internos não causarão interferência no processo de psicoterapia com o paciente, uma vez que os mesmos já terão sido trabalhados e, o então profissional, estará bem consigo mesmo.

No estudo realizado por Gomes, Teixeira, Crescente, Fachel, Sehn e Klarmann (1996), é enfatizada esta ideia: muitas vezes; é por influência dos professores que os estudantes procuram tratamento psicoterapêutico como parte da sua formação profissional, e, mostram-se favoráveis a eles por serem incentivados na graduação. (MEIRA; NUNES, 2005, p. 341)

¹Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: liliam.anjo@gmail.com

²Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: patthykarvalho.pc@gmail.com

³Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: paulaestaite@yahoo.com.br

⁴Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: sabrina.colela31@gmail.com

⁵Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: simoneferrazzo@yahoo.com.br

⁶Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: rafaelbossle@cesuca.edu.br

O estudante precisa aprender a lidar com as suas próprias questões, para então saber trabalhar com as problemáticas do outro. Essa prática consolida o conhecimento teórico e permite uma vivência única da psicologia clínica, aplicada em si mesmo. A psicoterapia pessoal é algo comum na vida do estudante de psicologia. Muitas vezes tende a ser indicada pelos próprios professores e supervisores, que acreditam que esta é o suplemento necessário à formação do estudante (MEIRA; NUNES, 2005; KICHLER; SERRALTA, 2014).

Os sentimentos que surgem durante o período da graduação devem ser elaborados, de modo a permitir que novas etapas possam ser alcançadas. Para o estudante que faz uso da psicoterapia pessoal, o conhecimento teórico estará interligado à internalização proposta na sua terapia, tornando possível o entendimento do mundo interno e também uma melhor compreensão dos processos psíquicos (MEIRA; NUNES, 2005).

Para isso é fundamental que o aluno se disponibilize para o autodesenvolvimento, desde a sua iniciação no Ensino Superior (SILVA; SOARES, 2014). É primordial que o aspirante a psicólogo desenvolva-se pessoalmente, primeiramente, para conseguir trabalhar no crescimento das outras pessoas e nos seus relacionamentos, posteriormente. Essa necessidade propõe que o profissional não permita que os seus sentimentos interfiram no processo terapêutico do paciente (MEIRA; NUNES, 2005).

Esse autodesenvolvimento atrela-se à busca pelo autoconhecimento. "O autoconhecimento tem origem social, e ele é útil primeiro a comunidade que faz as questões. Depois, ele se torna importante para a própria pessoa, por exemplo, em se gerenciar ou controlar" (SKINNER, 1974, p.169, apud SOUZA; ABREU-RODRIGUES, 2007).

A utilidade do autoconhecimento está na possibilidade de previsão e no controle do comportamento. A própria pessoa pode prever ou fazer algo para fortalecê-lo ou extingui-lo, permitido por meio de técnicas de autocontrole. Quem tem autoconhecimento está em vantagem, pois pode controlar e prever o seu próprio comportamento (SKINNER, 1974, apud SILVA, 2007).

Meira e Nunes (2005) destacam:

... a prática da psicoterapia aborda temas decisivos na vida de quem necessita e procura por esse tipo de ajuda. Afirma-se ainda que ela não se destina apenas a

¹Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: liliam.anjo@gmail.com

²Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: patthykarvalho.pc@gmail.com

³Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: paulaestaite@yahoo.com.br

⁴Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: sabrina.colela31@gmail.com

⁵Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: simoneferrazzo@yahoo.com.br

⁶Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: rafaelbossle@cesuca.edu.br

auxiliar os casos agudos, mas também as pessoas que estão passando por fases transitórias: mudanças de vida, problemas matrimoniais, conflitos com filhos, adaptação à aposentadoria, fracasso profissional, e que poderão ter seus sintomas agravados e sofrerem prejuízos se forem tratadas de forma inadequada, ou por terapeutas sem a preparação necessária para este tipo de atendimento. (p. 342)

Em suma, “a psicoterapia pessoal reveste-se de importância, pois possibilita que os estudantes conheçam a si próprios, seus limites e potencialidades, identifiquem e diferenciem sentimentos na relação com o outro, e experienciem, na prática, o processo psicoterapêutico” (KICHLER; SERRALTA, 2014, p. 56). Assim sentir-se-ão seguros para trabalharem de forma ética e responsável com os problemas de outras pessoas.

Segundo Meira e Nunes (2005), existe uma valorização extremada do psicólogo como profissional liberal e autônomo, que está presente desde o início da graduação, sendo esta uma das maneiras mais corriqueiras de definição da profissão para o público externo. Isso, não quer dizer que esse profissional não tenha angústias inerentes ao seu trabalho, apesar de sua flexibilidade profissional. Contudo, a este também se aplica a necessidade da prática de psicoterapia pessoal.

Ainda, de acordo com estes autores, destaca-se que os futuros profissionais devem ter maior consciência sobre a concepção de ser psicoterapeuta e suas implicações práticas na formação profissional.

A transição da ênfase teórica para a vivência exige uma modificação da postura do aluno frente ao curso, frente a si mesmo e aos colegas. É uma grande reformulação que tem a ver com a identidade profissional do psicólogo em formação. Ele tem que passar daquele que estuda o ser humano para aquele que trabalha com o ser humano, no caso os clientes pelos quais vai se responsabilizar (AGUIRRE, 2000, p. 26).

A busca terapêutica deverá gerar satisfação e não somente uma obrigação, imposta pela graduação, tornando evidente a eficácia do tratamento psicoterapêutico (AGUIRRE, 2000).

¹Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: liliam.anjo@gmail.com

²Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: patthykarvalho.pc@gmail.com

³Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: paulaestaite@yahoo.com.br

⁴Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: sabrina.colela31@gmail.com

⁵Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: simoneferrazzo@yahoo.com.br

⁶Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: rafaelbossle@cesuca.edu.br

3 METODOLOGIA

Para realizar essa pesquisa aplicou-se um mini questionário, que foi o instrumento de coleta de dados utilizado. Nesse, perguntou-se a idade, o sexo, o semestre, e, se o indivíduo faz ou não psicoterapia pessoal. Nessa pergunta, caso fosse positiva, questionou-se o que o motivou a fazê-la.

Esse questionário foi aplicado em 107 estudantes do curso de psicologia da Faculdade Cesuca, que constituíram a população alvo, sendo esses de 4 turmas aleatórias. A amostra obteve a participação de 16 homens e 91 mulheres, com idades variadas entre 18 e 62 anos, que informaram estar entre o 3º e o 10º semestre.

4 RESULTADOS

Desse total, 72 estudantes informaram que não fazem psicoterapia pessoal, enquanto que 35 estudantes disseram que fazem. Abaixo, podemos ver a distribuição, por semestre, daqueles que fazem psicoterapia pessoal:

Tabela 1 – Distribuição dos alunos entrevistados.

Semestre	Nº Estudantes	Porcentagem de estudantes
Terceiro	3	8,6%
Quarto	6	17,1%
Quinto	5	14,3%
Sexto	6	17,1%
Sétimo	5	14,3%
Oitavo	7	20%
Nono	1	2,9%
Décimo	2	5,7%
Total	35	100%

Fonte: Arquivos dos autores.

¹Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: liliam.anjo@gmail.com

²Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: patthykarvalho.pc@gmail.com

³Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: paulaestaite@yahoo.com.br

⁴Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: sabrina.colela31@gmail.com

⁵Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: simoneferrazzo@yahoo.com.br

⁶Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: rafaelbossle@cesuca.edu.br

A presente pesquisa pode ser qualificada como quantitativa, pois utilizou resultados numéricos, que apontam preferências e tem um caráter mais objetivo; e também qualitativa, uma vez que uma das finalidades foi descobrir o que motivou as pessoas a fazerem psicoterapia pessoal, permitindo que respondessem livremente com base em suas experiências individuais. A análise dos dados qualitativa teve como principal meta entender o caráter multidimensional das suas manifestações, para poder compreender os diferentes significados de uma experiência vivida pelas pessoas, para poder auxiliar no entendimento desse contexto (ALVES; SILVA, 1992). A análise de dados quantitativa baseou-se na teoria de Bardin, que seria uma análise de conteúdo, a qual consiste em um conjunto de técnicas de análise de comunicações, que tem por meio os procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, tendo como propósito a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção ou recepção, podendo sofrer inferência de indicadores quantitativos ou não (MOZZATO; GRZYBOVSKI, 2011).

Com base nisso, uma análise atenta foi feita, a fim de averiguar as respostas dadas ao questionamento das motivações que levaram os estudantes a fazer uso da psicoterapia pessoal, no caso das afirmações positivas, buscando entender os motivos de cada um ao procurar por esse serviço, compreendendo as suas variações motivacionais.

Destacamos abaixo a relação proporcional das respostas fornecidas pelos participantes da pesquisa.

Tabela 2 – Distribuição das respostas.

Respostas	Nº de vezes que a resposta apareceu	Porcentagem das respostas
Autoconhecimento	10	28,6%
Experiência para a vida profissional/estágio	7	20%
Para o curso necessita-se fazer psicoterapia	8	22,9%
Problemas familiares	2	5,7%
Problemas pessoais	7	20%
Problemas profissionais	4	11,4%

¹Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: liliam.anjo@gmail.com

²Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: patthykarvalho.pc@gmail.com

³Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: paulaestaite@yahoo.com.br

⁴Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: sabrina.colela31@gmail.com

⁵Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: simoneferrazzo@yahoo.com.br

⁶Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: rafaelbossle@cesuca.edu.br

Procurou ajuda por ter ansiedade	2	5,7%
Ser uma pessoa melhor	4	11,4%
Outras respostas	8	22,9%

Fonte: Arquivos dos autores.

Referente ao item “outras respostas” da tabela acima, ressaltamos que as mesmas foram agrupadas, pelo fato de terem uma representatividade menor. Entretanto, se faz necessário salientar as respostas que fazem parte deste grupo, as quais são as seguintes: aprender a lidar com os problemas, fez quando começou a ter pensamentos suicidas, encontrar um norte, problemas na infância, desabafar com uma pessoa fora do ciclo, por reconhecer os benefícios da psicoterapia com pessoas conhecidas, dificuldades para dormir e questões afetivas.

5 ANÁLISE DOS DADOS

Ao analisar as respostas fornecidas pelos participantes da pesquisa, constatou-se uma concentração maior, de alunos que fazem psicoterapia pessoal, no oitavo semestre. Isso se deve, provavelmente, ao fato de estarem iniciando o estágio profissional, e com isso, o surgimento de uma demanda elevada nas questões pessoais e as necessidades do próprio estágio. Essa hipótese relaciona-se com o levantamento das respostas dissertativas, quando os estudantes informaram que esta é uma necessidade relativa à etapa de estágio.

Com base nos resultados obtidos na pesquisa, através das respostas motivacionais dos alunos que fazem psicoterapia, pôde-se inferir que estas se relacionam e comprovam o que a teoria postula sobre a importância da psicoterapia pessoal para alunos de psicologia. Nesse sentido, Silva e Soares (2014) afirmam que, a construção do profissional de psicologia engloba e envolve questões muito complexas, que para entender os processos geradores de sofrimento de seus pacientes eles precisam estar muito bem consigo mesmos para não colocar em risco as suas próprias subjetividades. Portanto, os estudantes que fazem psicoterapia têm mais chances de obterem sucesso no tratamento com seus futuros pacientes e também terão mais facilidade para separar a sua vida pessoal da profissional.

¹Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: liliam.anjo@gmail.com

²Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: patthykarvalho.pc@gmail.com

³Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: paulaestaite@yahoo.com.br

⁴Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: sabrina.colela31@gmail.com

⁵Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: simoneferrazzo@yahoo.com.br

⁶Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: rafaelbossle@cesuca.edu.br

Em relação à resposta que mais apareceu no questionário, no caso, a busca pelo autoconhecimento, sendo esse essencial para qualquer profissional, principalmente de psicologia, ficou evidente o que propõe Silva (2007), quando afirma que, quem se conhece pode prever e controlar o seu próprio comportamento. Assim, fortalecendo-o por meio de técnicas de autocontrole, e, com isso, dificilmente, se encontrará em uma situação, no seu trabalho, que possa atrapalhar o funcionamento da psicoterapia com os seus clientes, já que os seus sentimentos e problemas pessoais foram trabalhados antes, não tendo força para interferir no tratamento dos mesmos.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa apresentada possibilitou a constatação de que a quantidade de alunos de psicologia que se encontram em atendimento psicológico é, consideravelmente, menor do que aqueles que não tornaram a psicoterapia como parte de sua rotina habitual. E, que apesar da indicação teórica e também acadêmica, esta prática é deixada para um segundo momento, normalmente, no período de estágio profissional, que demanda mais do aluno, em todos os sentidos. Infelizmente, a prática de psicoterapia pessoal por parte desses acadêmicos não é uma realidade majoritária. Contudo, é esperado que essa situação seja revertida, sabendo que a psicoterapia pessoal é um instrumento de grande valia para o crescimento do estudante, tanto pessoal quanto profissional. De acordo com Meira e Nunes (2005, p. 342) “a psicoterapia pessoal para a formação do aluno seria uma experiência importante, e que traz um impacto através das atitudes daí decorrentes que irão contribuir de forma ímpar para a profissional”.

Em relação à aplicabilidade desse estudo na disciplina de Bioestatística, verifica-se que é possível fazer uso da mesma relacionando a temas tão importantes da psicologia. Assim, este trabalho proporcionou grande satisfação para o grupo acadêmico, que teve a oportunidade de pôr em prática conceitos teóricos, os quais contribuíram de forma significativa na construção do aprendizado global.

REFERÊNCIAS

- ¹Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: liliam.anjo@gmail.com
- ²Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: patthykarvalho.pc@gmail.com
- ³Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: paulaestaite@yahoo.com.br
- ⁴Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: sabrina.colela31@gmail.com
- ⁵Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: simoneferrazzo@yahoo.com.br
- ⁶Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: rafaelbossle@cesuca.edu.br

AGUIRRE, Ana Maria de Barros. A primeira experiência clínica do aluno: ansiedades e fantasias presentes no atendimento e na supervisão. *Psicologia: Teoria e Prática*, v. 2, n. 1, p. 3-31, 2000.

ALVES, Zélia Maria Mendes Biasoli; SILVA, Maria Helena Dias. Análise qualitativa de dados de entrevista: uma proposta. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, v. 2, p. 61-69, 1992.

KICHLER, Giselda Faes; SERRALTA, Fernanda Barcellos. As Implicações da psicoterapia pessoal na formação em Psicologia. *Psico*, v. 45, n. 1, p. 55-64, 2014.

MEIRA, Cláudia Hyala Mansilha Grupe; NUNES, Maria Lúcia Tiellet. Psicologia clínica, psicoterapia e o estudante de psicologia. *Paidéia*, v. 15, n. 32, p. 339-343, 2005.

MOZZATO, Anelise Rebelato; GRZYBOVSKI, Denize. Análise de Conteúdo como Técnica de Análise de Dados Qualitativos no Campo da Administração: Potencial e Desafios. *RAC*, v. 15, n. 4, p. 731-747, 2011.

SILVA, Jacqueline Santos Da. Em nome do patrimônio: Autoconhecimento como técnica psicoterapêutica para a mudança comportamental. Brasília, 2007. Monografia (Curso de Psicologia). CENTRO UNIVERSITARIO DE BRASILIA – UniCEUB.

SILVA, Karla Cristina; SOARES, Ednei. Em nome do patrimônio: A importância da psicoterapia pessoal para a formação do acadêmico em psicologia. Ipatinga, 2014. Monografia (Curso de Psicologia). Faculdade Pitágoras.

SOUZA, Alessandra da Silva; RODRIGUES, Josele Abreu. Autoconhecimento: Contribuições da pesquisa básica. *Psicologia em Estudo*, v. 12, n.1, p. 141-150. 2007.

¹Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: liliam.anjo@gmail.com

²Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: patthykarvalho.pc@gmail.com

³Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: paulaestaite@yahoo.com.br

⁴Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: sabrina.colela31@gmail.com

⁵Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: simoneferrazzo@yahoo.com.br

⁶Complexo de Ensino Superior de Cachoeirinha (CESUCA), Cachoeirinha, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: rafaelbossle@cesuca.edu.br