|  |
| --- |
| **Prática Integrativa I****Universidade de Fortaleza****Abril de 2016** |

**Olhares sobre a Psicologia Clínica**

**Autores: Pietra Andrade Pinheiro e Stella Rabelo Colares**

**Profa. Orientadora: Maíra Maia de Moura**

*Psicologia. Clínica. Entrevistas. Senso Comum. Psicólogos.*

Resumo

 Neste trabalho, de Prática Integrativa I, supervisionado pela Ms. Maíra Maia de Moura, realizamos quatro entrevistas de modo qualitativo e semi-aberto, duas feitas com profissionais da área de psicologia clínica e as outras duas do senso comum.

 Observamos que algumas pessoas não possuem uma mínima ideia sobre a profissão do psicólogo e outras que já entendem mais e acham importante ter um acompanhamento. Com esse artigo nós deixamos de ter um olhar de senso comum e passamos a ter um olhar mais voltado para um lado profissional, percebendo que o psicólogo está voltado para se preocupar principalmente com a saúde do paciente.

 As entrevistas foram gravadas e transcritas, com o objetivo de desenvolver nossa capacidade de realizar entrevista durante o curso e nos dar possibilidade de ter um contato mais próximo da vida de um psicólogo, que será nossa profissão futuramente. Elas foram realizadas em dupla, de fevereiro a junho de 2016.

Introdução

 Este artigo trata-se de um trabalho da disciplina de Prática Integrativa I do curso de psicologia, disponível pela Universidade de Fortaleza (UNIFOR). Tem como objetivo geral desenvolver a habilidade de fazer levantamentos bibliográficos sobre entrevista, pesquisar e desenvolver a seleção e análise conceitual. Identificar o campo de atuação do psicólogo e as diversidades do seu trabalho, desenvolvendo o exercício de entrevistador. E tem como objetivo específico elaborar um roteiro de entrevista, desenvolver a habilidade de escutar, falar e de estabelecer um vínculo com o entrevistado (rapport) e de conduzir a entrevista para os fins planejados. Focando no planejamento e realização de entrevistas.

 A disciplina de Prática Integrativa I nos permite conhecer mais a realidade do trabalho de um psicólogo e como ele é visto pela sociedade. A psicologia tem várias áreas, como hospitalar, clínica, jurídica, organizacional, social, educacional, entre outras. A psicologia clínica foi a que mais chamou nossa atenção pelo método de trabalhar com os clientes, tem demandas mais diversificadas e é a que pretendemos atuar futuramente, e por isso, nos aprofundamos nessa área, entrevistando psicólogos clínicos e pessoas do senso comum. Esse trabalho nos ajudou a perceber a visão tanto de pessoas que trabalham nessa área, como de pessoas que possuem um mínimo conhecimento dessa profissão.

 Este trabalho foi realizado por uma pesquisa qualitativa e o instrumento de coleta de dados foi por meio de entrevistas semi-abertas. Foram entrevistadas quatro pessoas, divididas em dois grupos: dois psicólogos e dois do senso comum. Foi construído anteriormente um modelo de perguntas e o trabalho foi realizado em dupla, de fevereiro a junho de 2016. Como indicações de referenciais teóricos utilizados os textos de Jorge Duarte e Antonio Barros (2005), Martin Bauer e George Gaskell (2002), Antonio Carlos Gil (1994), Maria de Lourdes Trassi Teixeira, Ana Bock e Odair Furtado (2002).

 Este artigo está dividido em cinco partes, sendo estas: Introdução, onde apresentaremos aspectos gerais do trabalho; Metodologia, onde falaremos dos métodos e técnicas; Resultados e discussões, onde discutiremos o tema e faremos nossa análise; Considerações finais, trazendo as conclusões do nosso trabalho; e por fim, as referências bibliográficas.

Metodologia

 A natureza do estudo se dá pela pesquisa qualitativa, que tem questões semi-estruturadas e não-estruturadas, entrevistas abertas ou semi-abertas, seguindo um modelo de roteiro ou uma questão central, em abordagem na profundidade e respostas indeterminadas. "A entrevista qualitativa, pois, fornece os dados básicos para o desenvolvimento e a compreensão das relações entre os atores sociais e a sua situação." (GASKELL e BAUER, 2002, pág. 65). E essa pesquisa tem um objetivo muito importante pois vai ampliar o conhecimento. "O objetivo é uma compreensão detalhada das crenças, atitudes, valores e motivações, em relação aos comportamentos das pessoas em contextos sociais específicos." (GASKELL e BAUER, 2002, pág. 65). Qualitativa significa coletar dados, fazer uma descrição detalhada e desenvolver conceitos mais elaborados sobre um determinado assunto pesquisado. Segundo Gaskell e Bauer (2002), a finalidade real da pesquisa qualitativa não é contar opiniões ou pessoas, mas ao contrário, explorar o espectro de opiniões, as diferentes representações sobre o assunto em questão.

 Toda entrevista é uma forma de interação, onde tem troca de ideias a partir da fala. O instrumento de coleta de dados foi a entrevista semi-aberta, que faz parte da pesquisa qualitativa. Ela "parte de certos questionamentos básicos, apoiados em teorias e hipóteses que interessam à pesquisa, e que, em seguida, oferecem amplo campo de interrogativas, fruto de novas hipóteses que vão surgindo à medida que se recebem as respostas do informante." (TRIVIÑOS, 1990, pág.146). A entrevista semi-aberta tem o propósito de deixar cada pergunta mais aberta para o possível entendimento do entrevistador, estimulando respostas mais completas.

O roteiro exige poucas questões, mas suficientemente amplas para serem discutidas em profundidade sem que haja interferências entre elas ou redundâncias. A entrevista é conduzida, em grande medida, pelo entrevistado, valorizando seu conhecimento, mais ajustada ao roteiro do pesquisador.

(DUARTE e BARROS, 2005, pág.66).

 Tivemos supervisão da Ms. Maíra Maia de Moura, professora de Prática Integrativa I, no qual elaboramos um roteiro com perguntas destinadas á quatro pessoas divididas em dois tipos de grupos, dois psicólogos e duas pessoas do senso comum. O trabalho foi realizado de Fevereiro a Junho de 2016. Foram feitas quatro entrevistas, gravadas e transcritas, para análise. Por fins éticos de pesquisa, os nomes dos entrevistados serão resguardados.

Resultados e Discussão

 Estas entrevistas, tanto com os psicólogos clínicos quanto as pessoas do senso comum, nos proporcionaram um conhecimento mais abrangente sobre a área da Psicologia.

 Segundo Bock, Furtado e Teixeira (2002), o psicólogo não adivinha nada:

Ele dispõe, apenas, de um conjunto de técnicas e de conhecimentos que lhe possibilitam compreender o que o outro diz, compreender as expressões e gestos que o outro faz, integrando tudo isso em um quadro de análise que busca descobrir as razões dos atos, dos pensamentos, dos desejos, das emoções. (BOCK, FURTADO e TEIXEIRA, 2002, pág.151).

 Quando perguntamos quais instrumentos e técnicas eram utilizados nessa área, a psicanalista comentou:

Na minha aérea, eu não utilizo instrumentos de avaliação né, eu não utilizo testes... eu não faço nada disso. Meu único instrumento é o acesso ao inconsciente. Então o que eu uso de instrumento é o divã né, levo as pessoas pro divã, e a associação livre. Esses seriam os meus instrumentos. Então as pessoas que pretendem de fato se analisar, precisam deitar no divã e fazer uma coisa que parece ser muito mais difícil do que se imagina, que é falar o que está na sua cabeça naquele momento né, que é a associação livre, que parece que é quase impossível de se conseguir (risos). Então é isso os meus instrumentos de trabalho.(PSICÓLOGA 1).

 Em relação à motivação profissional, podemos observar que é variada, sendo algo bem pessoal. Uma se motivou porque sempre teve interesse em ajudar o ser humano e a outra psicóloga porque teve um membro de sua família que era desta área e isso chamou sempre sua atenção:

Bem, desde a minha adolescência que assim, que eu tenho uma afinidade muito grande pelo... Pelo trabalho da psicologia de uma forma geral, então é... A vontade de ajudar... A, a... Interação, a riqueza do ser humano, descobrir... A, a... Estudar um pouco o funcionamento da, das pessoas. Como as pessoas reagem, como as pessoas vivem... Isso sempre pra mim foi um objeto de curiosidade e a psicologia vem contemplar isso, no sentido da gente compreender melhor, é, o ser humano. (PSICÓLOGA 2).

Essa é uma pergunta que eu nunca soube responder muito bem né. Eu acho que a base disso tá no fato do meu pai ser psicanalista, então eu acho que eu acabei é... seguindo esse mesmo caminho. Eu achava engraçado quando eu era pequena né, ele adivinhava meus pensamentos, e isso me dava muita raiva na época. Aí só mais tarde eu fui entender que é porque ele estudava (risos). Ele não chegava a adivinhar por completo, mas ele sempre tava sempre certo, e aí eu acho que foi isso que me intrigou a vida inteira. (PSICÓLOGA 1).

 O psicólogo tem como função principal ajudar no desenvolvimento do homem, tem a finalidade de deixá-lo mais saudável, investigando o funcionamento psicológico. De acordo com Bock, Furtado e Teixeira (2002), o psicólogo pode, junto com o paciente, desvendar razões e compreender dificuldades, caracterizando-se, assim, sua intervenção.

 Entretanto, assim como toda profissão, existem dificuldades enfrentadas na prática profissional. As psicólogas destacaram que:

Além da quantidade de esforço que a gente tem que fazer a nível de estudo, porque não acaba nunca gente, a psicologia é infinita, assim... você não para de estudar nunca. Tem a formação pessoal no sentido dos estudos e tem que tá inserido em grupos com outras pessoas, porque é uma profissão muito solitária. Análise em uma terapia é fundamental, se não a gente não consegue trabalhar que preste, a gente tem que se analisar. A maior dificuldade que eu encontro, acho que foi por isso que eu aceitei esse convite pra participar dessa equipe, é o isolamento, porque a gente trabalha com pessoas mas não é um contato social normal. Você tá ali trabalhando de uma forma muito específica com aquelas pessoas, não é uma conversa normal, e isso é bastante cansativo. (PSICÓLOGA 1).

Eu costumo dizer que eu tive muita sorte porque, é... Eu não, eu não enfrentei muitas dificuldades. Mas eu compreendo que a gente ainda sofre um pouco de preconceito e infelizmente, como eu trabalho com crianças a família ela ao invés de ajudar, em alguns casos pode atrapalhar, porque não tem a consciência... A, a consciência da importância do trabalho, ela desqualifica o trabalho do psicólogo. Então é preciso que a gente tenha muita segurança no que a gente faz, confiança no nosso trabalho e que a gente acredite no que a gente faz. (PSICÓLOGA 2).

 A visão que as pessoas tem de um psicólogo não é tão complexa, nem tão exata, como podemos observar no relato das psicólogas:

Variada. Lá na Europa, Portugal, é pior do que aqui. Lá eles ainda acham que são só loucos que vão pros psicólogos. Mas aqui, no Brasil, as coisas são bem mais evoluídas, eu acho.[...]. (PSICÓLOGA 1).

Bom, enquanto tem aqueles que reconhecem a importância do psicólogo, também tem aqueles que chegam achando que não vai adiantar de nada, que não muda nada, que ninguém muda ninguém e para essas pessoas eu costumo dizer, que de fato, ninguém muda ninguém, mas, nós enquanto profissionais, podemos dar os elementos necessários, para que o paciente possa fazer o seu processo de mudança. Nós... Enquanto terapeutas, a gente precisa trabalhar bastante a nossa... Nossa frustração e a nossa auto suficiência. A gente tem que compreender que nós não mudamos ninguém, isso é um fato, mas nós contribuímos para esse processo de mudança. é um trabalho em parceria com o paciente. (PSICÓLOGA 2).

 É fundamental que os psicólogos tenham uma relação interdisciplinar com os outros profissionais, pois está trabalhando com um ser que está "adoecido", precisando dessa interligação e como Bock, Furtado e Teixeira (2002) afirmam, a profissão do psicólogo deve-se caracterizar pela aplicação dos conhecimentos e técnicas da psicologia na promoção da saúde, senão vejamos:

Rapaz... antigamente, eu sentia um preconceito muito grande né, principalmente dos médicos com relação aos psicólogos né. Como se a gente não trabalhasse com nada real, digamos assim. Eles achavam que era um trabalho meio vazio. Mas hoje em dia, eles... É muito engraçado, hoje em dia eles são nossos aliados né. Tudo que eles não conseguem resolver eles mandam pro psicólogo porque isso aqui não tá no corpo. Então assim, eles já não dizem que não é nada, pelo menos a boa parte né. Antigamente eles diziam: isso não é nada, frescura, vai pra casa fazer qualquer coisa. Hoje não. Hoje eles dizem: isso não é nada do corpo, vai pro psicólogo que teu problema tá na cabeça. E eles tem procurado muito tratamento mesmo. Então assim... acho que os psicólogos trabalham... Os outros profissionais, terapeutas ocupacionais, psiquiatras, nutricionistas... outros profissionais da área de saúde sempre tiveram uma boa conexão com os psicólogos. A rixa era mais com os médicos, mas isso também tá diminuindo, felizmente. A gente trabalha de forma aliada hoje em dia. (PSICÓLOGA 1).

 Para a nossa formação, ser bem sucedida, nós recebemos algumas dicas dos profissionais entrevistados e ficou bem claro que precisa ter um acompanhamento psicológico e estudar bastante.

Bom... a primeira dica que eu dou não é muito.. A primeira sensação que eu tive, certo? A gente sai da faculdade e não sabe nada, certo? A gente assim... O psicólogo se formou psicólogo, pegou no canudo e tal, num sabe nada. Precisa começar a estudar. Aí sim vai começar a estudar, porque ele vai escolher uma abordagem, vai se aprofundar naquilo. É... as dicas que eu dou é: se inserir em grupos, grupos de estudo... a gente tem que tá sempre estudando se não a gente fica enferrujada. A gente não pode para de estudar de jeito nenhum. Grupos de supervisão é fundamental né, pra gente aprender se o que a gente tá fazendo, de fato, é o melhor ou não. E... terapia né. Eu ia dizer análise mas é terapia. A gente tem que saber o que é nosso e o que é do outro. A gente tem uma tendência horrível, assim, a se misturar com problemas dos outros. A gente só consegue não se misturar se a gente conseguir distinguir: não, isso aqui não tem nada a ver comigo, isso aqui é dele, o meu eu trato lá... que pra quando a gente sair do consultório, a gente não levar essas coisas pra casa porque é muita coisa, é muita história, nem todas são felizes. Se as pessoas vem ate aqui, provavelmente elas tão sofrendo, e alguns sofrimentos são muito parecidos com os nossos e isso dói na gente. Então essa três coisas são fundamentais, que é: formação teórica, formação pessoal mesmo de terapia né... a análise, formação teórica, os estudos, e o que mais meu Deus?! Ah, a supervisão. A supervisão do nosso trabalho, a gente tem que ter. Mas é legal, no final das contas é bem legal. (PSICÓLOGA 1).

Acreditar, não desistir diante das dificuldades encontradas, e principalmente fazer terapia pra buscar esse autoconhecimento. (PSICÓLOGA 2).

 Todas as respostas obtidas pelos entrevistados, tiveram muito a agregar na nossa formação profissional como psicólogas, compreender melhor sobre a psicologia e atuação do psicólogo clínico. Observamos claramente através destas entrevistas que, os psicólogos passam sim por dificuldades, pela as pessoas não saberem muito sobre a finalidade do trabalho, achando que só loucos precisam de um acompanhamento psicológico. Porém, não é bem assim, os psicólogos visam a deixar a sociedade mais saudável, enfrentando de uma forma melhor as dificuldades do cotidiano.

 Em relação ao senso comum, um tipo de conhecimento acumulado no nosso cotidiano, possui a tentativa de facilitar o dia-a-dia, produzindo suas próprias “teorias”. Como podemos observar:

Esse conhecimento do senso comum, além de sua produção característica, acaba por se apropriar, de uma maneira muito singular, de conhecimentos produzidos pelos outros setores da produção do saber humano. O senso comum mistura e recicla esses outros saberes, muito mais especializados, e os reduz a um tipo de teoria simplificada, produzindo uma determinada visão-de-mundo. (BOCK, FURTADO e TEIXEIRA, 2002, pág.17).

Como podemos perceber, o senso comum integra, de modo escasso, o conhecimento do indivíduo, sendo o modo de pensar da maioria das pessoas que não trabalham na área ou não tem um conhecimento tão formado sobre a mesma.

É claro que isto não ocorre muito rapidamente. Leva um certo tempo, para que o conhecimento mais sofisticado e especializado seja absorvido pelo senso comum, e nunca o é totalmente.[...] Podemos até estar muito próximos do conhecimento científico, mas, na maioria das vezes, nem o sabemos. (BOCK, FURTADO e TEIXEIRA, 2002, pág.18).

Entrevistamos duas pessoas do senso comum e observamos que, apesar de não possuírem conhecimento da área, uma tinha um maior entendimento do assunto em relação a outra do qual estavam sendo entrevistados. Ao serem questionados sobre o que um psicólogo faz, obtivemos as seguintes respostas:

Ah, mexe com a cabeça. (SENSO COMUM 2).

Pronto. Ele lhe ajuda a... É... A dar, determinadas situações né. Você é... Você... Ele lhe instrui, não sei nem... Ele lhe ajuda a resolver situações, é... O seu emocional né. Ele lhe ajuda a se estruturar melhor em relação ao seu emocional em determinadas situações que você enfrenta no dia a dia. (SENSO COMUM 1).

 Sobre a visão da área da psicologia, as respostas foram:

Ih... Sei não. (SENSO COMUM 2).

Bem, psicologia é... Como é que eu posso dizer?... Eu não sei nem dizer ao certo. Eu acho que é... É você se autoconhecer, não sei, se aprofundar mais sobre você... Não tenho maior entendimento não. (SENSO COMUM 1).

 Quando perguntamos quais os motivos que levam um indivíduo a procurar o apoio de um psicólogo, eles comentaram:

Sei lá, quando tá mei ruim ou ir num hospital. (SENSO COMUM 2).

Acho que é, principalmente hoje em dia, as pessoas tão muito estressadas né. Tem muitas pessoas em questão de depressão, emocionalmente abaladas. A questão da alimentação também, da nutrição, que eu inclusive fiz uma cadeira relacionada a psicologia né. Pra lhe ajudar eu acho que é... Tem transtornos também, algumas pessoas com transtornos... Que vai lhe auxiliar né, em como resolver essas situações. (SENSO COMUM 1).

Sabemos que um psicólogo pode atuar em diversas áreas e não só na clínica, podendo proporcionar um desenvolvimento melhor em empresas, escolas, atendendo em hospitais, entre outros.

Ele pode atuar em atendimentos, em escolas, é... Hospitais né, em várias unidades. (SENSO COMUM 1).

Os psicólogos possuem a mente mais aberta, um olhar diferente sobre as coisas, compreendendo o paciente/cliente e facilitando a mudança do mesmo. E quando perguntamos sobre as características que um psicólogo precisava ter, a estudante de nutrição nos respondeu:

Pronto, é uma pessoa bem tranquila, serena né. Assim, tem um... Só em conversar né, dependendo da maneira que ela chega pra falar com você, a gente vê que é uma pessoa mais zen. Chegou uma moça aqui até, ai... Tava trabalhando comigo, ai eu perguntei de qual era o curso, porque eu realmente senti que ela era da psicologia né. É uma pessoa bem tranquila, zen, sabe se expressar, conversar claramente. (SENSO COMUM 1).

 Quando perguntamos o que precisava fazer para se tornar um psicólogo, os dois foram direto ao ponto e disseram que precisava estudar muito. Sabemos que não é apenas isso, mas o alicerce realmente é esse, estudar bastante e se dedicar para se tornar um bom profissional.

 Para finalizar a entrevista, perguntamos se os entrevistados pretendiam ir em algum momento de sua vida para um psicólogo. Notamos que o vendedor ambulante tinha uma certa resistência em ir para um psicólogo, não se interessando por um auxílio. Já a nutricionista, por ter um conhecimento maior sobre a psicologia, falou que além de conhecer alguém que já tinha ido ao psicólogo, teve um tempo que ela queria ir, pois estava sentindo uma necessidade de um acompanhamento.

Sim, pretendo. Acho que todo mundo precisa né. Assim, a gente vê a questão de muito preconceito né, em relação a você procurar um psicólogo, mas eu acredito que todo mundo precisa sim desse acompanhamento. É muito importante pra gente. (SENSO COMUM 1).

Eu não... Tô bem eu. (SENSO COMUM 2).

 Podemos perceber que as pessoas do senso comum têm dificuldades em responder certas perguntas, pois não possuem um conhecimento desse assunto tão abrangente sobre o psicólogo e seu trabalho no cotidiano. Alguns buscam saber mais de certo assunto, outros não se interessam tanto, mas de um certo modo foi importante entrevistá-los, pois nosso pensamento é mais voltado para o de um senso comum do que um profissional e para obtermos informações de como as pessoas veem um psicólogo. E no geral, as entrevistas, tanto com os psicólogos quanto com o senso comum nos fez perceber a visão de ambos os lados da área que pretendemos atuar futuramente, passando de um conhecimento do senso comum para um lado profissional.

Considerações Finais

 Percebemos, em relação as nossas análises, que as entrevistas da cadeira de Prática Integrativa I de psicologia com a supervisão da Ms. Maíra Maia de Moura foram bem produtivas para nossa formação como estudantes desta área. Escolhemos a área da psicologia clínica para ser estudada e aprofundada neste artigo, pois foi a que mais nos identificamos e a que já estávamos em mente para seguir. Nos ajudou a ter uma visão tanto de pessoas que trabalham nessa área quanto de pessoas que tem um conhecimento mínimo dessa profissão.

 Por meio de quatro entrevistas qualitativas semi-abertas, a coleta de dados foi essencial para um conhecimento mais amplo e, no caso dos psicólogos, aprendemos mais sobre a profissão que iremos seguir e tivemos trocas de ideias e dicas a partir das falas na hora das entrevistas, tendo um contato direto com uma pessoa que já passou pelos caminhos que passaremos. Além das entrevistas, tivemos o auxílio dos textos de Jorge Duarte e Antonio Barros (2005),Martin Bauer e George Gaskell (2002), Antonio Carlos Gil (1994), Maria de Lourdes Trassi Teixeira, Ana Bock e Odair Furtado (2002).

 Concluímos que essa profissão, que visa ajudar no desenvolvimento do homem contribuindo para ter uma vida mais saudável investigando o funcionamento psicológico, possui certas dificuldades enfrentadas na prática profissional, assim como toda profissão. Percebemos que a visão do senso comum sobre o psicólogo e a área da psicologia não é tão complexa, pois é apenas o conhecimento básico, superficial. E esse trabalho irá expandir os nossos olhares para o curso que pretendemos seguir para o resto da vida, passando o nosso olhar de senso comum para um lado mais profissional.

Referências

BOCK, Ana Mercês Bahia. FURTADO, Odair; TEIXEIRA, Maria de Lourdes Trassi. Psicologias: uma introdução ao estudo de psicologia. 13.ed. reformulada e ampliada. São Paulo: Saraiva, 2002. cap.1, pág.17-18, cap.10, pág.151.

DUARTE, Jorge. Entrevista em profundidade. In: DUARTE, Jorge; BARROS, Antonio. Métodos e técnicas de pesquisa em comunicação. São Paulo: Atlas, 2005.pág.66.

GASKELL, George. Entrevistas individuais e grupais. In: BAUER, Martin W; GASKELL, George. Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático.Tradução de Pedrinho A. Guareschi. Petrópolis: Vozes, 2002. pág.65.

Apêndices

**Apêndice 1**: Transcrição da entrevista com o senso comum 1.

**Nome: A. C. A. C. Idade: 29 anos Escolaridade/Profissão: estudante de nutrição.**

**Entrevistador**: “Pra você, o que é psicologia?”

**Entrevistado**: “Bem, psicologia é... Como é que eu posso dizer?... Eu não sei nem dizer ao certo. Eu acho que é... é você se auto conhecer, não sei, se aprofundar mais sobre você... não tenho maior entendimento não”.

**Entrevistador**: “O que você acha que um psicólogo faz?”

**Entrevistado**: “Pronto. Ele, ele lhe ajuda a... é... a da em determinadas situações **né**. Você é... Você... ele lhe instrui, não sei nem... ele lhe ajuda a resolver situações, é... o seu emocional **né**. Ele lhe ajuda a se instruturar melhor em relação ao seu emocional em determinadas situações que você enfrenta no dia a dia”.

**Entrevistador**: “Onde um psicólogo trabalha?”

**Entrevistado**: “Ele pode atuar em atendimento, em escolas, é... hospitais **né**. Em varias unidades.”

**Entrevistador**: “Quais as características de um psicólogo?”

**Entrevistado**: “Como assim as características?”

**Entrevistador**: “As características assim que você olha e fala assim... o jeito.”

**Entrevistado**: “Pronto. É uma pessoa bem tranquila, serena **né**. Assim, tem um... so em conversar **né**, dependendo da maneira que ela chega pra falar com voce, a gente ve que **é uma pessoa mais zen. Chegou uma moça aqui ate, ai... tava trabalhando comigo, ai eu perguntei de qual era o curso porque eu realmente senti que ela era da psicologia né.** É uma pessoa bem tranquila, zen, sabe se expressar, conversar calmamente.

**Entrevistador**: “O que uma pessoa precisa fazer para se tornar um psicólogo?”

**Entrevistado**: “Acredito que estudar **né (risos). Se aprofundar mais né.”**

**Entrevistador**: “ O que faz uma pessoa procurar um psicólogo?”

**Entrevistado**: “Acho que **é, principalmente hoje em dia, as pessoas tão muito estressadas né. Tem muitas pessoas em questão de depressão, emocionalmente abaladas. A questão da alimentação tambem, da nutrição, que eu inclusive fiz uma cadeira relacionada a psicologia né. Pra lhe ajudar eu acho que é... tem transtornos tambem, algumas pessoas com transtornos que vai lhe auxiliar né em como resolver essas situações.”**

**Entrvistador**: “ Você conhece alguém que já foi a um psicólogo?”

**Entrevistado**: “Já, já conheço. Inclusive eu ate teve um tempo que eu queria ir sabe? Que eu não tava bem, tava sentindo a necessidade de um acompanhamento de um psicólogo”.

**Entrevistador**: “E a ultima pergunta **é se voce pretente ir a um psicologo.”**

**Entrevistado**: “Sim, pretendo. Acho que todo mundo precisa **né. Assim, a gente ve a questão de muito preconceito né, em relação a voce procurar um psicologo, mas eu acredito que todo mundo precisa sim desse acompanhamento. É muito importante pra gente.”**

**Apêndice 2**: Transcrição da entrevista com o senso comum 2.

**Nome: V. Idade: 22 anos. Escolaridade: Ensino fundamental incompleto. Profissão: Oficiliar de balanceiro**.

**Entrevistador 1**: "Pra você o que é psicologia?"

**Entrevistado**: "Ih... Sei não."

**Entrevistador 1**: "Não? Ok... O que você acha que um psicólogo faz?"

**Entrevistado**:" Ah, mexe com a cabeça."

**Entrevistador 1**: "Onde um psicólogo trabalha? Onde você acha que ele trabalha?"

**Entrevistado**: "Trabalha numa sala num é."

**Entrevistador 1**: "Quais as características de um psicólogo?"

**Entrevistado**: "Precisa é de muito estudo."

**Entrevistador 2**: "Não tipo, tu olha pra uma pessoa e fala assim: Ah ele parece ser um psicólogo. Assim as características, o jeito... Como é que tu acha? Tem alguma ideia?"

**Entrevistado**: "Tenho não ó."

**Entrevistador 1**: "O que uma pessoa precisa fazer pra se tornar um psicólogo?"

**Entrevistado**: "Tem que estudar muito viu."

**Entrevistador 1**: "E o que faz uma pessoa buscar um psicólogo?"

**Entrevistado**: "Sei lá, quando ta mei ruim ou ir num hospital."

**Entrevistador 1**: "Você conhece alguém que já foi em algum psicólogo?"

**Entrevistado**: "Não."

**Entrevistador 1**: "E você pretende ir em algum psicólogo?"

**Entrevistado**: "Eu não... To bem eu."

**Apêndice 3**: Transcrição da entrevista com o psicólogo 1.

**Nome: C. A. L. Idade: 36 anos Escolaridade: Ensino superior completo. Profissão: Psicóloga/Psicanalista.**

**Entrevistador 1**: “O que lhe motivou a escolher essa profissão?”

**Entrevistado**: “Essa é uma pergunta que eu nunca soube responder muito bem né. Eu acho que a base disso tá no fato do meu pai ser psicanalista, então eu acho que eu acabei é... seguindo esse mesmo caminho. Eu achava engraçado quando eu era pequena né, ele adivinhava meus pensamentos, e isso me dava muita raiva na época. Aí só mais tarde eu fui entender que é porque ele estudava (risos). Ele não chegava a adivinhar por completo, mas ele sempre tava sempre certo, e aí eu acho que foi isso que me intrigou a vida inteira.”

**Entrevistador 1**: “E a abordagem e a área de atuação?”

**Entrevistado**: “É a psicanálise.”

**Entrevistador 1**: “Uhum. É... Qual a importância de se optar por uma abordagem?”

**Entrevistado**: “Eu acho que a gente precisa ter uma linha de apoio, digamos assim, de base, que a gente consiga é... saber o que é que a gente tá fazendo né. Assim, a psicologia é muito ampla e a gente precisa ter uma base pra saber onde é que a gente tá pisando e o que é que a gente tá fazendo. A psicanálise me dá essa base, no caso.”

**Entrevistador 1**: “Você fez algum estágio ou intercâmbio durante sua formação?”

**Entrevistado**: “Não, mais ou menos. A minha formação é parcelada. A minha faculdade foi o seguinte: eu passei três anos na Unifor, entrei na Unifor, aí depois eu fui morar em Portugal por motivos pessoais, e aí levei toda a papelada pra lá e entrei na faculdade lá em Portugal. Passei três anos lá. Me formei lá. Cinco anos depois eu voltei pro Brasil e tive que voltar pra faculdade pra fazer revalidação de diploma na UFC. Então assim, se isso pode ser considerado um intercâmbio eu não sei (risos), mas eu passei, ao todo, foram sete anos e meio de faculdade por causa dessas intercorrências.”

**Entrevistador 2**: “Você possui algum mestrado ou doutorado?”

**Entrevistado**: “Não. Não fiz mestrado e doutorado”.

**Entrevistador 2**: “E como foi seu processo de especialização?”

**Entrevistado**: “A especialização, é... Depois que eu cheguei no Brasil, em 2010, certo? Eu entrei num grupo, numa escola de psicoterapia psicanalista, porque eu sempre me identifiquei com a psicanálise da linha inglesa, que não é a francesa de Lacan, é a outra linha, certo? Passei dois anos lá. Era um curso de três anos, só que depois iniciou uma turma do GEPFOR, que é um... formação da IPA mesmo, psicanálise da IPA, pra ser psicanalista associado a IPA, que é internacional, certo? Então eu larguei a escola de psicoterapia, que era pra ser terapeuta psicanalítica, e iniciei a formação pra ser psicanalista. Atualmente eu estou há cinco anos né, fazendo essa formação, e estou como membro candidato a psicanalista.”

**Entrevistador 2**: “Qual sua área de atuação?”

**Entrevistado**: “Psicanalista clínica. Eu atendo adolescentes e adultos. Não sei se é isso que vocês tão querendo saber, mas crianças eu não atendo.”

**Entrevistador 2**: “E o seu tempo de atuação nela?”

**Entrevistado**: “Assim, desde 2010, quando eu voltei, eu comecei na escola de psicoterapia que já é nessa linha da psicanálise, que lá em Portugal eu não fiz especialização. É... eu to atendendo desde 2010. Meados de 2010.”

**Entrevistador 2**: “E atualmente, você atua exclusivamente nessa área ou também em outras áreas?”

**Entrevistado**: “Recentemente eu comecei a trabalhar com um grupo de idosos que sofrem de demência... que é um grupo que tá associado a música também, é uma equipe na verdade. Eu fui convidada pra trabalhar nessa equipe e atualmente eu to trabalhando lá também, mas é só isso. Uma vez por semana eu vou lá, durante uma hora e meia mais ou menos, e o resto é só consultório.”

**Entrevistador 2**: "Huhum... E quais são as dificuldades enfrentadas na prática profissional?"

**Entrevistado**: "Além da quantidade de esforço que a gente tem que fazer a nível de estudo, porque não acaba nunca gente, a psicologia é infinita, assim... você não para de estudar nunca. Tem a formação pessoal no sentido dos estudos e tem que tá inserido em grupos com outras pessoas, porque é uma profissão muito solitária. Análise em uma terapia é fundamental, se não a gente não consegue trabalhar que preste, a gente tem que se analisar. A maior dificuldade que eu encontro, acho que foi por isso que eu aceitei esse convite pra participar dessa equipe, é o isolamento, porque a gente trabalha com pessoas mas não é um contato social normal. Você tá ali trabalhando de uma forma muito específica com aquelas pessoas, não é uma conversa normal, e isso é bastante cansativo. Então é importante que você tenha coisas diferentes pra fazer... Grupos de estudos, no grupo de supervisão, grupos de qualquer coisa, de cafés (risos)."

**Entrevistador 2**: "Qual a visão que as pessoas possuem de um psicólogo?"

**Entrevistado**: "Variada. Lá na Europa, Portugal, é pior do que aqui. Lá eles ainda acham que são só loucos que vão pros psicólogos. Mas aqui, no Brasil, as coisas são bem mais evoluídas, eu acho, nesse sentido. Assim... as pessoas procuram realmente pelo sofrimento né, principalmente pelo sofrimento no sentido relacional. As pessoas vem porque tão sofrendo, porque não tão se relacionando bem, seja com namorados, maridos, pais, filhos, o que for."

**Entrevistador 2**: "E qual a relação dos psicólogos com outros profissionais?"

**Entrevistado**: "Rapaz... antigamente, eu sentia um preconceito muito grande né, principalmente dos médicos com relação aos psicólogos né. Como se a gente não trabalhasse com nada real, digamos assim. Eles achavam que era um trabalho meio vazio. Mas hoje em dia, eles... É muito engraçado, hoje em dia eles são nossos aliados né. Tudo que eles não conseguem resolver eles mandam pro psicólogo porque isso aqui não tá no forno do corpo. Então assim, eles já não dizem que não é nada, pelo menos a boa parte né. Antigamente eles diziam: isso não é nada, frescura, vai pra casa fazer qualquer coisa. Hoje não. Hoje eles dizem: isso não é nada do corpo, vai pro psicólogo que teu problema tá na cabeça. E eles tem procurado muito tratamento mesmo. Então assim... acho que os psicólogos trabalham... Os outros profissionais, terapeutas ocupacionais, psiquiatras, nutricionistas... outros profissionais da área de saúde sempre tiveram uma boa conexão com os psicólogos. A rixa era mais com os médicos, mas isso também tá diminuindo, felizmente. A gente trabalha de forma aliada hoje em dia."

**Entrevistador 2**: "Seu trabalho é individual ou interdisciplinar?"

**Entrevistado**: "É individual."

**Entrevistador 2**: "Quais as demandas e a finalidade do trabalho de um psicólogo?"

**Entrevistado**: "Eu posso falar do meu, né? Porque assim, a psicologia tem uma área tão abrangente... quais as demandas e finalidades...? Basicamente, o que a gente faz é... tentar compreender o sofrimento do outro e ajudá-lo a ter uma vida mais funcional, mais feliz e mais alegre. É basicamente isso. Mas é um trabalho muito difícil de se explicar. Só quem... vocês fazem terapia já?"

**Entrevistador 1**: "Eu fiz, mas parei. Mas pretendo voltar."

**Entrevistador 2**: "Não..."

**Entrevistado**: "Só quem faz um processo terapêutico mesmo é que consegue entender o que a gente faz, porque são coisas muito sutis que vão acontecendo, assim né, não é uma coisa rápida."

**Entrevistador 2**: "Que instrumentos e técnicas são utilizados nessa área?"

**Entrevistado**: "Na minha aérea, eu não utilizo instrumentos de avaliação né, eu não utilizo testes... eu não faço nada disso. Meu único instrumento é o acesso ao inconsciente. Então o que eu uso de instrumento é o divã né, levo as pessoas pro divã, e a associação livre. Esses seriam os meus instrumentos. Então as pessoas que pretendem de fato se analisar, precisam deitar no divã e fazer uma coisa que parece ser muito mais difícil do que se imagina, que é falar o que está na sua cabeça naquele momento né, que é a associação livre, que parece que é quase impossível de se conseguir (risos). Então é isso os meus instrumentos de trabalho."

**Entrevistador 1**: "Você está satisfeita como psicóloga?"

**Entrevistado**: "Sim. Eu acho que... que é uma profissão... As vezes eu me sinto só, como eu falei né, mas é uma profissão muito bonita, porque a gente tá mexendo com o interior das pessoas, e assim... É muito gratificante, é muito prazeroso quando a gente vai conseguindo, a gente não, o paciente vai conseguindo pequenos progressos, não só numa área, porque quando a gente mexe em uma determinada questão, isso abrange pra todo o campo interpessoal da pessoa, o que for, a gente mexe com tudo. E é muito gratificante quando a gente vê que o sofrimento tá diminuindo, e aí as pessoas podem fazer mais coisas na vida delas. É muito legal."

**Entrevistador 1**: "E perante a sociedade, você também tá satisfeita como psicóloga?"

**Entrevistado**: "Tô. Nunca tive problema com o fato de ser psicóloga, nunca me senti menosprezada... nunca tive problema com isso. De fato, realmente."

**Entrevistador 1**: "Você busca algum apoio de outros profissionais, como psicólogos, supervisão...?

**Entrevistado**: "Toda semana eu tenho supervisão individual e tenho supervisão de grupo né, que é feito com o supervisor e alguns colegas, que é pra gente também ver como é que os outros tão trabalhando e tudo, ver outros casos que não são os nossos casos. Mas tenho também uma supervisão só eu e o supervisor dos meus casos né. Mas sim, não da pra passar sem."

**Entrevistador 1**: "E a última pergunta é: qual sua dica para um psicólogo que está em formação?"

**Entrevistado**: "(Risos) Bom... a primeira dica que eu dou não é muito.. A primeira sensação que eu tive, certo? A gente sai da faculdade e não sabe nada, certo? A gente assim... O psicólogo se formou psicólogo, pegou no canudo e tal, num sabe nada. Precisa começar a estudar. Aí sim vai começar a estudar, porque ele vai escolher uma abordagem, vai se aprofundar naquilo. É... as dicas que eu dou é: se inserir em grupos, grupos de estudo... a gente tem que tá sempre estudando se não a gente fica enferrujada. A gente não pode para de estudar de jeito nenhum. Grupos de supervisão é fundamental né, pra gente aprender se o que a gente tá fazendo, de fato, é o melhor ou não. E... terapia né. Eu ia dizer análise mas é terapia. A gente tem que saber o que é nosso e o que é do outro. A gente tem uma tendência horrível, assim, a se misturar com problemas dos outros. A gente só consegue não se misturar se a gente conseguir distinguir: não, isso aqui não tem nada a ver comigo, isso aqui é dele, o meu eu trato lá... que pra quando a gente sair do consultório, a gente não levar essas coisas pra casa porque é muita coisa, é muita história, nem todas são felizes. Se as pessoas vem ate aqui, provavelmente elas tão sofrendo, e alguns sofrimentos são muito parecidos com os nossos e isso dói na gente. Então essa três coisas são fundamentais, que é: formação teórica, formação pessoal mesmo de terapia né... a análise, formação teórica, os estudos, e o que mais meu Deus?! Ah, a supervisão. A supervisão do nosso trabalho, a gente tem que ter. Mas é legal, no final das contas é bem legal (risos)."

**Apêndice 4**: Transcrição da entrevista com o psicólogo 2.

**Nome: B. R. C. Idade: 50 anos Escolaridade: Ensino superior completo. Profissão: Psicóloga e terapeuta ocupacional.**

**Entrevistador**: "O que lhe motivou a escolher essa profissão e a abordagem?"

**Entrevistado**: "Bem, desde a minha adolescência que assim, que eu tenho uma afinidade muito grande pelo... Pelo trabalho da psicologia de uma forma geral. Então, é... A vontade de, de ajudar... A, a... Interação, a riqueza do ser humano, descobrir... A,a... Estudar um pouco o funcionamento da, das pessoas. Como as pessoas reagem, como as pessoas vivem... Isso sempre pra mim foi um objeto de curiosidade e a psicologia vem contemplar isso, no sentido da gente poder compreender melhor, é... O ser humano."

**Entrevistador**: "Qual a importância de se optar por uma abordagem?"

**Entrevistado**: "Bom, a minha abordagem foi a parte do humanismo, da Gestalt, que foi a que mais me motivou com as suas teorias né. E importância de se escolher uma é o seguinte... Escolher uma abordagem faz toda a diferença na hora da prática... Da prática clínica, por que? Porque é importante que você escolha uma abordagem que tenha um significado pra você, que você tenha afinidade com aquela abordagem. As teorias, todas elas tem o seu valor, no entanto, é importante que a gente saiba ver pra... Pra cada indivíduo né, como é que, que aquela abordagem chega pra você, como é que seria você sendo... Trabalhando na abordagem psicanalítica? Será que eu iria me adequar... A... Ao modelo psicanalítico? Será que eu iria me adequar melhor ao modelo Junguiano? Ao modelo da fenomenologia? Então é importante que a gente veja nessa hora as características da gente enquanto pessoa, pra que a gente possa ter uma afinidade, não só com a teoria em si mas também com a forma de atuação."

**Entrevistador**: " Você fez algum estágio ou intercâmbio durante sua formação?"

**Entrevistado**: "Não fiz intercâmbio. Os estágios que eu fiz foram os estágios é... Pela universidade, pela né... Eu me formei na federal, então eu fiz os estágios próprios da... Que a universidade exigia."

**Entrevistador**: "Como foi seu processo de especialização?"

**Entrevistado**: "Bem, eu fiz... Eu tenho algumas especializações, é... Eu sempre fui muito curiosa(risos) e apesar de ter uma tendência pras abordagens humanistas eu fiz questão de estudar um pouco as outras abordagens também, até pra que eu pudesse fazer uma escolha mais... Mais centrada, uma... Uma escolha mais assertiva. E eu tenho especialização em psicologia transpessoal, tenho especialização em psicologia... Em psicoterapia breve, tenho formação em Gestalt-terapia e formação em dinâmica energética do psiquismo."

**Entrevistador**: "Você possui algum mestrado ou doutorado?"

**Entrevistado**: "Não, na realidade, é... A academia nunca me atraiu muito então eu preferi investir os meus estudos em... Em áreas... Em... Em cursos que fosse me dar mais, é... Direcionamento pra área clínica."

**Entrevistador**: "Qual a sua área de atuação? E seu tempo nela?"

**Entrevistado**: "Eu sou Gestalt-terapeuta, tenho formação em Gestalt-terapia. Já a... Uns quinze anos e trabalho também com a psicologia transpessoal."

**Entrevistador**: "Atualmente você atua exclusivamente nessa área ou também em outras áreas?"

**Entrevistado**: "É, não... Hoje eu... Hoje eu to atuando apenas como psicóloga clínica né... Apesar de também ser terapeuta ocupacional... Mas hoje eu já... No início da minha carreira eu ainda conciliei um pouco as duas formações, mas depois eu tive que fazer uma opção e eu optei por psicologia e desde então que eu trabalho dentro da abordagem da Gestalt-terapia."

**Entrevistador**: "Quais são as dificuldades enfrentadas na prática profissional?"

**Entrevistado**: "Bem, é... Eu considero... Eu costumo dizer que eu tive muita sorte porque, é... Eu não, eu não enfrentei muitas dificuldades. Mas eu compreendo que a gente ainda sofre um pouco de preconceito e infelizmente, como eu trabalho tanto com criança, eu costumo dizer que trabalho com criança de todas as idades porque na realidade a gente sempre ta trabalhando é... O nosso... A nossa criança interior, independente se a gente tem cinco ou oitenta anos. Então a dificuldade maior que eu sinto é na... Ao trabalhar com criança, a família né... Infelizmente a gente não tem a família como coadjuvante desse processo de ajuda pra criança. Então muitas vezes a... A família ela ao invés de ajudar, ela atrapalha porque não tem a consciência... A, a consciência da importância do trabalho, ela desqualifica o trabalho da... Do psicólogo, então é preciso que a gente tenha muita segurança no que a gente faz, confiança no nosso trabalho e que a gente acredite no que a gente faz."

**Entrevistador**: "Qual a visão que as pessoas possuem de um psicólogo?"

**Entrevistado**: "Bom, enquanto tem aqueles que reconhecem a importância do psicólogo, também tem aqueles que chegam achando que não vai adiantar de nada, que não muda nada, que ninguém muda ninguém e pra essas pessoas eu costumo dizer que de fato, ninguém muda ninguém, mas nós enquanto profissionais, poderemos dar os elementos necessários pra que o paciente possa fazer o seu processo de mudança. Nós... Enquanto terapeutas, a gente precisa trabalhar bastante a nossa... Nossa frustração e a nossa auto suficiência, a gente tem que compreender que nós não mudamos ninguém, isso é um fato, mas nós contribuímos para esse processo de mudança, é um trabalho em parceria com o paciente."

**Entrevistador**: "Qual a relação dos psicólogos com os outros profissionais?"

**Entrevistado**: "É fundamental um trabalho interdisciplinar, nós estamos trabalhando com um ser que está adoecido e muitas vezes o adoecimento emocional ele gera o adoecimento físico. Então é importante que a gente teja... Tenha essa... Essa interligação, né... Principalmente dentro de uma equipe multidisciplinar, como fonoaudiólogos, terapeutas ocupacionais, psiquiatras... Quando a gente faz esse trabalho em conjunto, o processo rende muito mais."

**Entrevistador**: "Seu trabalho é individual ou interdisciplinar?"

**Entrevistado**: "Eu posso considerar interdisciplinar porque na medida em que, apesar de eu atuar só na clínica,é... Eu vou ta constantemente entrando em contato com... E encaminhando... Psiquiatras. Principalmente psiquiatras e fonoaudiólogos."

**Entrevistador**: "Quais as demandas e a finalidade do trabalho de um psicólogo?"

**Entrevistado**: "Bem, como... Como eu falei, né, mais acima é... Primeiro eu penso que o nosso trabalho é de poder dar esses elementos e contribuir para um... Pro autoconhecimento e consequentemente o crescimento do indivíduo. É... quando você fala as demandas, você fala as demandas do psicólogo ou do paciente que chega?"

**Entrevistador**: "É...assim... Mais do psicólogo mesmo."

**Entrevistado**: "Bom, enquanto a demanda eu acho que é importante que a gente... Que a gente esteja sempre se trabalhando também né... A gente precisa trabalhar bastante esse... Essa, essa... Consciência de que nós não somos detentores do saber, trabalhar consciência e é um treino do não julgamento, porque isso é fundamental, nós não estamos na relação para julgar nem pra criticar... Nós estamos pra dar esse suporte e... E, e... Facilitar esse processo de crescimento daquele que nos procura."

**Entrevistador**: "Que instrumentos e técnicas são utilizados na sua área?"

**Entrevistado**: "Bem, como eu também tenho formação em psicologia transpessoal né... Além das técnicas... A Gestalt a gente trabalha muito com algumas técnicas do tipo cadeira... Técnica da cadeira quente, é... Técnica do... Da...Deixa eu lembrar aqui(risos).. Do psicodrama com almofadas, tudo isso são técnicas... Mas eu trabalho muito com técnicas de relaxamento e de respiração."

**Entrevistador**: "Você está satisfeito como psicólogo? E perante a sociedade?"

**Entrevistado**: "A sociedade vez ou outra ainda demonstra aquele preconceito, mas nunca tive problema perante ela. Eu estou plenamente realizada, eu costumo dizer que se eu tivesse... Que se tem uma coisa que eu tenho certeza na minha vida é que eu estou na profissão certa e cada vez que eu fecho a minha porta no final do... No final do meu... Dos meus atendimentos eu me sinto muito realizada em ter podido contribuir com cada um daqueles que sentaram à minha frente."

**Entrevistador**: "É.... Você busca apoio de outros profissionais, como de um psicólogo ou supervisão?"

**Entrevistado**: "É... Fazer terapia, pro psicólogo é fundamental. Eu penso que, é... A grande, o grande... O grande suporte é a gente passar pelo processo terapêutico. Os bancos da escola, elas... Eles vão dar... Ele nos da muito o... Conhecimento técnico, mas a gente tem que lembrar que a gente está lidando com almas, com vidas, com sentimentos, com individualidades e a gente não pode esquecer que nós também somos um ser com nossa alma, com nossa individualidade, com nossa história. Então é fundamental que a gente passe pelo processo terapêutico... Eu passei pelo processo terapêutico, fiz terapia por quase... Por mais de quinze anos, participei de terapias de grupos, terapia individual, fiz formação também pra trabalhar com grupos, trabalho com grupos também e eventualmente me reúno com alguns... Algumas colegas de profissão pra que a gente possa fazer supervisão, essa troca é muito rica."

**Entrevistador**: "Qual a sua dica pra um psicólogo que está em formação?"

**Entrevistado**: "Acreditar, não desistir diante das dificuldades encontradas e principalmente, fazer terapia pra buscar esse autoconhecimento."