



**O ENFRENTAMENTO DE DIFICULDADES EMOCIONAIS:
POSSIBILITANDO A SUPERAÇÃO DOS MODOS RESTRITOS DE SER-NO-
MUNDO.**

Lidiany Patrícia Alves¹; Marlene Marchi de Sousa².

¹Graduanda do curso de Psicologia; Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru, paty_lidy@hotmail.com

²Docente do curso de Psicologia, Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru, lenemarchi@yahoo.com.br

Este estudo refere-se a um caso clínico atendido na Clínica Escola da Universidade do Sagrado Coração (USC) Bauru/SP, como prática do Estágio da disciplina Processos Clínicos: Abordagem Humanista Existencial. Essa vertente da Psicologia tem seus fundamentos na filosofia existencial, no existencialismo e na fenomenologia e concebe o homem como um ser de possibilidades, que está sempre no processo de vir a ser, construindo sua existência mediante a sua práxis. O sujeito desse estudo é uma mulher de 28 anos de idade, recém-casada pela segunda vez. A mesma possui um histórico de fragilidades emocionais causadas pelo sofrimento e decepções vividas no primeiro casamento e também pelas dificuldades afetivas vivenciadas na relação com o seu pai. As ressonâncias dessas experiências se mostram nas suas inseguranças, baixa autoestima e falta de autonomia emocional. O fato de possuir graduação e não trabalhar na área em que é formada, também lhe traz muitas frustrações e baixa perspectiva de vida profissional e pessoal. Os objetivos terapêuticos foram direcionados para o autoconhecimento de forma a ampliar a consciência de si e de suas fragilidades, bem como, fortalecer os seus recursos internos para promover o resgate da autoestima, autoconfiança e ressignificar suas percepções negativas de maneira a desenvolver um modo de ser mais construtivo. Utilizou-se o método fenomenológico para apreender os fenômenos com os significados e sentidos atribuídos por ela. Os resultados são parciais e o processo encontra-se em andamento, com 14 sessões realizadas, a cliente já consegue ter uma melhor percepção de si mesma, reconhecendo suas fragilidades, acreditando mais nos seus recursos para produzir mudanças nas suas relações afetivas, de forma a dar um encaminhamento mais construtivo a sua existência. Uma das propostas da psicoterapia é levar o cliente a tornar-se mais autêntico na relação consigo próprio e com os outros, ou seja, a possibilidade de liberar o paciente de seus modos restritos de se relacionar com as pessoas e as coisas de seu mundo, uma vez que a saúde humana consiste na capacidade de se engajar livremente de acordo com as suas possibilidades. Conclui-se que o comprometimento da cliente para o processo terapêutico, associado ao bom vínculo com a terapeuta estagiária tem sido fatores preponderantes nesse projeto de redirecionamento de sua existência e de maiores perspectivas no plano profissional e pessoal.

Palavras-chave: Psicologia Humanista Existencial. Fenomenologia. Autoconhecimento. Autonomia Emocional.