



PLANTÃO PSICOLÓGICO: ELABORANDO ESTRATÉGIAS PARA LIDAR COM O OUTRO

Leticia Nakao¹; Regina Célia Paganini Lourenço Furigo²:

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

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

Plantão Psicológico é um tipo de intervenção clínica inovadora, de caráter emergencial, viabilizando em poucas sessões, promover alívio ao paciente frente a sua crise. O estudo tem como principal objetivo centrar-se na queixa apresentada pelo paciente, buscando estratégias que diminua seu sofrimento, e o oriente a ter um olhar voltado para si. O caso em questão, trata-se de um paciente de 37 anos, do sexo masculino, que busca obter uma melhor orientação para lidar com o companheiro que possui vários problemas de saúde, tem dificuldades de aderir aos tratamentos, tendo também limitações físicas e depressão, o que o deixa bastante debilitado e com fortes dores, o que faz com que o paciente viva em busca de melhores formas de auxiliá-lo, passando a estruturar sua vida a partir de gostos e vontades do outro, demonstrando dificuldade de estabelecer um olhar para si mesmo. Como resultado foi percebido que a problemática em questão, se volta a uma necessidade de agradar o parceiro, por ele ter sido verdadeiro desde o começo do namoro, não escondendo suas patologias, diferente de outros relacionamentos aproveitadores que tivera no passado (sic do paciente). Com isso, agradecido por esse comportamento demonstrado pelo parceiro, deixa de olhar para si mesmo, e passa a viver em função do outro. O Plantão Psicológico teve a função de proporcionar-lhe esse momento de reflexão, discussão de seus gostos e fragilidades, buscando ressaltar a maneira como ele trata o outro, fortalecendo-o e propondo que ele crie um projeto de vida não tão dependente do noivo, pois se tratando de um parceiro com a saúde bastante comprometida, é importante que ele esteja com o emocional revigorado para encarar as adversidades da vida. Para tanto foram utilizadas como técnicas interventivas: a escuta ativa, a psicoeducação que buscou criar estratégias que reforçassem sua forma empática e resiliente de lidar com o companheiro, auxiliando-o a ser assertivo, além de evocar a importância do diálogo entre os dois: onde juntos deverão estruturar as metas para o futuro visando o bem comum do casal, e juntos consigam elencar o que cada um gosta. Foram também trabalhadas formas de aumentar a autoestima e autoconhecimento do mesmo. A partir do que foi refletido acredita-se ter feito com que o paciente voltasse o olhar mais para si, opinasse mais sobre seus gostos, fosse mais assertivo e evidenciasse o diálogo. Considera-se que objetivo desta intervenção foi atingido, havendo a compreensão da problemática do paciente por meio dos recursos utilizados nas intervenções breves do Plantão Psicológico.

Palavras-chave: Plantão Psicológico. Empatia. Autoconhecimento.