

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Aceitação:
- Às vezes não podemos mudar as coisas em nossa volta, então é preciso aceitá-las, mas para aceitá-las, precisamos mudar a maneira como percebemos a mesma.

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- O que importa não são os fatos, mas como nos sentimos diante deles.
- Uma das mudanças fundamentais que as pessoas buscam alcançar através da relação de ajuda é sentir-se de modo diferente diante de uma situação que não vai mudar.

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Quando não é possível mudar as coisas externas, e se essas coisas provocam sentimentos de incomodo e desconforto, nada resta senão lidar com os sentimentos, que são mutáveis.

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Seriam as idéias que as pessoas têm das coisas, e não as próprias coisas, determinadas pela interpretação pessoal que cada indivíduo tem a respeito do mundo em que vive.

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Controle:
- Quando a vontade fala mais alto,mas as conseqüências não compensam,o melhor é tentar controla-lo.

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Sublimação:
- O indivíduo lida com o conflito emocional canalizando sentimentos ou impulsos potencialmente mal adaptativos para um comportamento socialmente aceitável(Ex: esportes radicais para canalizar impulsos agressivos).

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Inércia:
- Seria uma decisão não saudável de resistir a mudança, de permanecer no estado, ainda sabendo que não é a melhor saída.

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Como conclusão e relacionamento intrapessoal :
- Relacionamento interpessoal:
- É o relacionamento entre duas pessoas.É a relação de ajuda que estabeleço com meu paciente é uma relação interpessoal,ou seja,uma relação que implica o"eu e o paciente.

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Relação de ajuda:
- E como estamos falando de ajuda, você quem precisa de sua ajuda?

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Só pode receber ajuda quem admite que realmente precisa de ajuda.
- O ajudado é, antes de tudo, uma pessoa a quem faltam algumas habilidades para lidar com as circunstâncias da vida.

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Isso poderá levá-lo a entrar em crises sucessivas de insatisfação consigo mesmo, com os outros, com o mundo.
- As vezes, parece-lhe que falta é externa (ele busca sempre coisas e mudanças fora de sua pessoa).

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- E, ainda assim, a falta persiste.
- Dela nascem a ansiedade e a confusão.
- Ele se sente perdido.
- Gastou toda a sua força e energia na busca de coisas fora dele.

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Quem pode ajudar?
- Pode ajudar aquele que aprendeu as habilidades de ajuda(seja de maneira formal ou informal).

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Sabe ajudar o outro aquele que sabe ajudar a si mesmo.
- O ajudador tem como característica básica uma boa dose de auto-estima.
- O ajudador não precisa ter ausência de problemas,mas habilidades para lidar com eles.

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- O ajudador precisa ter disponibilidade interna para ajudar o outro e para amá-lo no decorrer do processo de ajuda.
- Quem dá direção no processo de ajuda?

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- O papel do ajudador ao orientar é apenas facilitar a decisão do ajudado ou elaborar, com, ele, um planos de ação, nunca decidir por ele.
- O ajudado tem o direito de decidir o que é melhor para ele, mesmo que sua decisão seja a melhor de acordo com a visão do ajudador.

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Em algumas situações, o ajudador pode também avaliar, com o ajudado quais serão as conseqüências por seguir uma ou outra direção.
- De resto, é o ajudado que dá direção á sua vida.

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Características do relacionamento terapêutico.
- Os objetivos de um relacionamento terapêutico voltam-se ao crescimento do paciente e incluem a capacidade de formar um relacionamento íntimo, interdependente e interpessoal, com habilidade para dar e receber amor.

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Para que esse objetivo seja atingido. Vários aspectos das experiências de vida do paciente são explorados.
- O T.E. permite que o paciente expresse pensamentos e emoções e os relaciona às ações observadas e relatadas, classificando áreas de conflito e ansiedade.

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- O T.E. identifica e amplia os recursos do ego do paciente e encoraja a socialização e a conexão com a família.

Psicologia Aplicada e Ética Profissional

- Juntos, paciente e o T.E. corrigem os problemas de comunicação e modificam padrões desadaptados de comunicação, testando novos padrões de comportamento e mecanismos de enfrentamento mais adaptados.