



## Um pouco de **história**

O Dia do Psicólogo marca a data em que a profissão foi regulamentada, 27 de agosto de 1962. O processo de profissionalização do psicólogo no Brasil deu-se em três etapas. Inicialmente, com as faculdades e escolas de medicina e a escola de anatomia militar do RJ, no século 19. Mesmo com os estudos avançados para a época, não havia profissionalização na área psicológica. Naquele tempo, a psicologia era compreendida, por alguns, como uma parte da medicina e era estudada como disciplina.

O segundo período é compreendido entre 1890/1906 e 1975. Abrange desde o início da institucionalização da prática psicológica até a regulamentação da profissão e a criação dos seus dispositivos formais. A partir de então, a psicologia passou a ter um reconhecimento próprio, institucionalizado e reconhecido. O psicólogo adquiriu um campo específico de atuação, ainda que compartilhado com a medicina e a educação.

Neste período, a formação profissional organizou-se no Brasil como uma especialização. O psicólogo deveria cursar, em seus três primeiros anos de

estudos, as disciplinas de filosofia, biologia, fisiologia, antropologia ou estatística e fazer os cursos especializados em psicologia. Com a formação dos denominados especialistas em psicologia, iniciou-se, oficialmente, o exercício dessa profissão.

Após esse período, começou o momento atual da psicologia, quando a profissão passou a estar organizada e estabelecida. Em 27 de agosto de 1962, foi aprovada a lei nº 4.119, que regulamentou a profissão no Brasil. Também foi aprovado, no mesmo ano, o Parecer 403 pelo Conselho Federal de Educação, que estabeleceu o currículo mínimo e a duração do curso universitário de psicologia.

Atualmente, são mais de 430 mil psicólogas e psicólogos em todo o território nacional, o que faz do Brasil o país com o maior número de profissionais da Psicologia em todo o mundo. No Rio Grande do Sul, são mais de 24 mil profissionais. A atuação está nas clínicas, nas políticas públicas da saúde, da assistência social, no sistema de justiça, na segurança pública, no trânsito, nos esportes e em todos os contextos de cuidado à saúde mental.

Fonte: Sinopsys editora

ARTIGO

## A Psicologia como profissão, os desafios e suas nuances

A data de 27 de agosto de 1962, determinada pela Lei Federal nº 4.119, marca o dia em que a psicologia foi regulamentada no Brasil. Desde então, já se passaram seis décadas da consolidação como profissão e embora tenha havido avanços e mudanças ao longo desse tempo, muitos desafios ainda pairam sobre a ação do profissional nas mais variadas áreas de atuação.

Vale ressaltar aqui a grande importância da psicologia no âmbito social e político, bem como na subjetividade individual da pessoa, tendo como premissa a promoção da saúde e a ressignificação dos conflitos consigo e com o meio. A atuação da psicologia na saúde preventiva também é um marco importante para a manutenção de uma sociedade alinhada, participativa e saudável.

Muitos são os desafios da profissão, passando pelo acesso restrito da população ao tratamento e seguindo pelo desconhecimento de muitos sobre o campo de atuação do profissional, pela resistência à adesão ao processo terapêutico e também por ter que desconstruir o estigma de que o psicólogo trata a "loucura". São essas e outras associações que de certa forma colocam o profissional em constante movimento de pensar a profissão, desmistificando e esclarecendo a sua ampla atuação na área da saúde biopsicossocial.

Diante do exposto, um dos principais desafios na profissão ainda é o difícil acesso por grande parte da população, por ser um tratamento de longa duração que requer investimento financeiro. O que se percebe é que o aumento de diagnósticos na área da saúde mental e as dificuldades nas relações sociais cada vez mais têm levado a população a uma necessidade de suporte emocional, porém nem todos têm acesso, seja por desconhecimento, por pre-



conceito ou por questões financeiras.

As políticas públicas ofertam acesso limitado à prevenção ou ao tratamento, deixando a desejar quando se trata de saúde mental. Precisa-se pensar a psicologia como um direito da sociedade brasileira, ela não pode ser um privilégio de uma minoria que consegue pagar pelo acesso ao tratamento necessário. Atualmente os planos de saúde

têm atendido, além do tratamento em outras áreas, também o tratamento psicológico, porém esse último sem muito destaque.

Mas gradativamente as pessoas estão desconstruindo o preconceito em relação à psicologia. E isso ficou evidenciado no período da e pós pandemia, momento em que os transtornos psicológicos, como depressão e ansiedade, bem como os conflitos relacionais, se intensificaram. A saúde mental nesse contexto desesperador passou a ser considerada e valorizada. Nesse mesmo período, deu-se ênfase aos atendimentos de forma online, facilitando o acesso da população ao acompanhamento psicológico.

Importante reforçar que o profissional de psicologia possui amplo conhecimento através de sua formação acadêmica pautada na ciência, na ética e no compromisso de respeitar, mantendo o sigilo profissional, compreendendo o ser humano dentro da sua singularidade.

Por fim, fica a admiração e respeito a todos os colegas de profissão que conseguem abstrair do seu dilema para elucidar o dilema do outro, que enfrentam os desafios diários se mantendo atentos em prol do indivíduo e de toda uma sociedade, comprometendo-se com a saúde e o bem-estar.

**Fátima Corá Brandt**  
Psicóloga  
CRP 07/23082

**Leila Lima Ferreira Andrade**  
PSICÓLOGA - CRP 07/06991

51 99814 6205  
leilalimaferreiraandrade@gmail.com  
Rua Borges de Medeiros, 929 - sala 507  
Torre Bremen Office - München - SCS

**Ψ Fátima Corá Brandt**  
Psicóloga

Atendimento individual,  
casal e família.

(51) 99334-0386 ☎  
psicologafatimacorabrandt@hotmail.com ☎  
Rua Marechal Deodoro 178, sala 505 📍  
Centro Santa Cruz do Sul RS

# A hipnose clínica como ferramenta terapêutica

**R**ápida, segura, flexível, eficaz e acessível, a hipnoterapia vem sendo cada vez mais procurada para vencer os males da sociedade atual. Também chamada de hipnose clínica, ela consiste na aplicação de técnicas hipnóticas como ferramentas terapêuticas. Dessa forma, é utilizada como auxílio para o tratamento de transtornos mentais e físicos, assim como para combater hábitos e sentimentos indesejáveis.

Vários desses problemas são causados por eventos do passado, dos quais as pessoas muitas vezes nem lembram. O papel do hipnoterapeuta, portanto, é identificá-los e ajudar o paciente a confrontá-los, para que o transtorno seja tratado com eficácia e o indivíduo possa ter qualidade de vida.

A hipnoterapia é baseada em um conjunto de técnicas conduzidas pelo profissional especializado, que visam ampliar a consciência do paciente por meio de concentração focada e relaxamento. Nesse estado, os pacien-

tes podem voltar sua atenção completamente para dentro de si. O objetivo é utilizar todos os seus recursos internos para ajudá-los a ter mudanças nas sensações, percepções, pensamentos ou comportamento.

De acordo com o psicólogo e hipnoterapeuta Eduardo Krainovic, a hipnose é uma técnica onde o profissional, através desse relaxamento profundo, busca informações que estão oprimidas e reprimidas no inconsciente do paciente. Um exemplo prático do benefício dessa terapia, segundo ele, é quando uma pessoa pensa em fazer algo novo, desenvolver-se e prosperar, mas fica estagnada, pois tem sentimentos de que não vai conseguir e não está apta para isso. Nesse caso, situações do passado podem estar boicotando esse desenvolvimento e fazendo com que ela ande em círculos e sem rumo. “Com a hipnose clínica é possível resetar essa negatividade, fazendo com que a pessoa se sinta leve e pronta, com vontade de progredir e evoluir.”



“A hipnose é uma técnica onde o profissional, através desse relaxamento profundo, busca informações que estão oprimidas e reprimidas no inconsciente do paciente.”

## Indicações

Utilizada e estudada há mais de cem anos, a hipnoterapia ajuda as pessoas a obter mais controle sobre comportamentos indesejados e outras condições, incluindo:

- ▶ Enfrentar as crises de ansiedade
- ▶ Na depressão
- ▶ Enfrentamento dos efeitos dos transtornos de personalidade
- ▶ Ajuda no enfrentamento de vícios em álcool e outras drogas
- ▶ Ajuda no alívio de náuseas e vômitos
- ▶ Alívio das condições de dor crônica
- ▶ Redução da dor durante o parto
- ▶ Controle de dor e ansiedade em procedimentos odontológicos ou cirurgia
- ▶ Tratamento da insônia, por meio de auto-hipnose e técnicas simples para uso cotidiano

## Tratamento eficaz

Os resultados obtidos, geralmente, são mais efetivos e rápidos que outros métodos convencionais. Isso porque a hipnose clínica alcança a mente subconsciente e trata o transtorno diretamente em sua origem.

O estado hipnótico ao qual chega o indivíduo durante as sessões faz com que ele consiga quebrar padrões limitadores, mudar crenças e, conseqüentemente, modificar seu comportamento.



# Eduardo Krainovic

CRP - 07/09970

Psicólogo - Hipnoterapeuta

- Hipnose Clínica
- Psicoterapeuta Reencarnacionista
- Regressão Terapêutica
- Evolução Espiritual
- Terapia de Vidas Passadas
- Programação neurolinguística - PNL



Mentor  
Espiritual  
Terapêutico

## Trabalhando mente, corpo e espírito de forma integral!

📍 Rua Marechal Deodoro 325, Santa Cruz do Sul 📞 51 99992 0817 ✉️ krainovic@gmail.com



ARTIGO

## Por que fazer psicoterapia de casal?

Um dos objetivos da psicoterapia de casal é contribuir com a resolução de conflitos relacionais, abrindo espaço para uma comunicação mais aberta, reflexiva e assertiva, buscando um alinhamento entre as expectativas de cada indivíduo. A psicoterapia é um espaço de acolhimento, onde analista e casal criam juntos novas significações para aquela relação.



Na maior parte dos casos, os casais buscam a psicoterapia quando o relacionamento passa por algum tipo de conflito, onde os parceiros não conseguem mais encontrar uma solução sozinhos, quando outras áreas das suas vidas já estão sendo afetadas pelos desentendimentos conjugais. A psicoterapia de casal, geralmente, é vista como uma das últimas alternativas para tentar resgatar os vínculos desgastados ao longo da relação, embora indique-se o acompanhamento profissional como ferramenta preventiva no desenvolvimento de uma relação saudável. A construção da vida a dois, desde a escolha do parceiro amoroso, é um processo bastante complexo, se levarmos em consideração as determinações conscientes e inconscientes envolvidas nessa eleição, que são os nossos desejos, fantasias, proibições, faltas, culturas transgeracionais, fim a história de cada personalidade.

Na psicoterapia de casal se trabalha com diferentes temáticas, entre elas, projeto de vida e planos futuros não compartilhados, nascimento e educação dos filhos, conflito com as famílias de origem, brigas e desentendimentos constantes, falta de diálogo, comunicação agressiva, perda da admiração, diminuição da intimidade, questões sexuais, ciúmes e traição.

Entre os temas que chegam ao con-

sultório, um dos mais recorrentes é a infidelidade. Quando um casal inicia um relacionamento, geralmente estabelece de forma implícita ou explícita um contrato de fidelidade, que nós, analistas de origem freudiana, chamamos de pacto narcísico. No pacto narcísico, o sujeito se vê como único e maior no desejo do outro. Cada caso de infidelidade é particular e apresenta motivações

diferentes, que devem ser entendidas e trabalhadas com o auxílio de um psicólogo. Quando a quebra de confiança é vivenciada, indiferentemente da causa, cada indivíduo irá reagir à sua maneira, dependendo do tipo de vínculo prévio estabelecido e das marcas psíquicas deixadas pelas experiências individuais vivenciadas.

A vida a dois é uma construção e desconstrução permanente, pois o funcionamento do casal se desenvolve a partir de duas personalidades individuais que se entrelaçam, se complementam e também se modificam. Cada casal desenvolve um funcionamento particular daquela dupla, que diz respeito aos seus desejos, sonhos e princípios norteadores. Porém, neste mundo "VUCA" (Volátil, Incerto, Complexo e Ambíguo), muitas vezes, os casais esquecem de nutrir os seus relacionamentos, deixando de investir tempo, criar espaços de convivência, de afeto, ternura, intimidade e de comunicação, que são as bases para um relacionamento harmonioso e satisfatório.

Viver a dois é um constante investimento, onde entende-se que não é o amor que sustenta o relacionamento, mas é o modo de se relacionar que sustenta o amor.

**Aline Costa Kohl**  
Psicóloga-CRP 07/15200  
Especialista em psicanálise contemporânea

ARTIGO

## Saúde emocional de jovens exige atenção

A adolescência é um período de oscilações comportamentais em consequência de alterações hormonais comuns ao período de desenvolvimento. Nesse contexto, torna-se um desafio distinguir o que são comportamentos típicos da idade do que pode esconder um problema de saúde mental mais sério.



tes que contribuem para o estresse durante esse momento de vida estão o desejo de uma maior autonomia, pressão para se enquadrar em grupos, acesso e uso indevido de tecnologias.

De modo geral, transtornos mentais são caracterizados por mudanças no padrão de comportamento que trazem prejuízos nas atividades diárias. Quando o indivíduo muda suas condutas

e isso passa a prejudicá-lo, seja na escola, na vida social ou em família, essas alterações devem servir de alerta. Entre as crianças e adolescentes, pais e cuidadores devem ficar atentos a sinais como mudanças na rotina do sono, incluindo insônia ou alteração de horários para dormir e acordar, isolamento da família e do contato social de forma repentina, diminuição do rendimento escolar, irritabilidade, comportamentos compulsivos, sinais de tristeza ou de ansiedade.

Em decorrência das diversas transformações, da versatilidade das experiências e demandas dos diferentes ambientes (família, escola, grupo de pares), a adolescência é um período da vida particularmente estressante. Momento em que os jovens procuram vivenciar novos eventos (por exemplo, relacionamento amoroso, busca de novos amigos, metas acadêmicas), que podem tornar-se uma fonte de estresse. Por outro lado, os momentos da vida propensos às experiências difíceis (estressores) são considerados os períodos de maior vulnerabilidade à ocorrência da psicopatologia, por envolverem estressores biológicos e psicossociais.

Embora às vezes se suponha que a infância e a adolescência são momentos de felicidade despreocupada, até 20% das crianças e adolescentes têm um transtorno mental diagnosticável que causa incapacidade. Os grupos de transtornos mais prevalentes são os pertencentes ao comportamento disruptivo, seguidos pelos da ansiedade. Essa prevalência aponta a relevância da necessidade de atenção para com a saúde de quem está nessa faixa etária.

Pode-se dizer que múltiplos elementos determinam a saúde mental dos adolescentes. Quanto mais expostos aos fatores de risco, maior o potencial impacto negativo nos aspectos emocionais dessa faixa etária. Entre os determinan-

Como os adultos, as crianças e os adolescentes têm temperamento variável. Pode-se notar se uma criança tem o comportamento típico de uma criança ou se tem um distúrbio pela presença de fragilidades relacionadas com os sintomas. Por exemplo, um menino de 12 anos pode estar receoso com a expectativa de apresentar um trabalho escolar. Esse receio só pode ser visto como um transtorno de ansiedade social se seus medos são graves o bastante para causar aflição e evitação significativas.

Ficar atento às mudanças de comportamento do adolescente é essencial para garantir um desenvolvimento saudável e evitar problemas emocionais. Se perceber algo estranho no comportamento do jovem, ligue o sinal de alerta e procure uma avaliação.

**Patricia Salvi Valgoi**  
Psicóloga CRP 07/28405

• Psiquiatra • Psicóloga  
• Nutricionista • Fonoaudióloga  
• Psicopedagoga

Atende Crianças, Adolescentes, Adultos e Casais

Agende sua consulta:  
☎ (51) 99361-2148 📷 @psicolife\_scs  
✉ psicolife.scs@gmail.com

Rua Fernando Abbott, 342 Sala 02 - Ed. Centro Clínico - SCS

Atendimento presencial e on-line

Psicoterapia Individual infantil, adolescente e adulto

(51) 99173-0643

Rua Fernando Abbott, 342, sala 2  
Edifício Centro Clínico - SCS

Me acompanhe nas redes sociais  
@psico.patriciasalvi