



MARIA ANGELA M. GORAYEB
PSICÓLOGA
CRP 06/34667-9

ATENÇÃO PSICOLÓGICA: A QUEM SE DESTINA?

A Psicologia teve sua origem numa ciência que descrevia e tratava de patologias mentais auxiliando a psiquiatria, carregando por isto até os dias de hoje, o estigma associado à idéia de ser destinada ao “tratamento de doentes mentais”. Entretanto a evolução dos estudos em Psicologia e sua aplicação expandiram a prática psicológica para além das clínicas de saúde mental e colocaram-na entre uma das atividades mais presentes na luta pelo aprimoramento da qualidade de vida do ser humano: nas escolas, hospitais, empresas, indústrias, entidades assistências, órgãos públicos, instituições judiciais, equipes desportivas, etc.

Com isto a definição dada pela Organização Mundial da Saúde do Ser Humano como uma entidade “bio-psico-social” está sacramentada, mostrando que em todas as áreas da vida humana há um campo de ação pertinente ao Psicólogo.

A evolução humana diferenciou-nos dos demais primatas pelo desenvolvimento de cerebral diferenciado do Néocórtex, que é responsável pelas funções cognitivas. Desta forma, embora todos os seres vivos tenham o componente biológico e muitos também um comportamento e organização social, apenas os homens possuem a faculdade do raciocínio. O **pensamento** por sua vez está na origem de nossas emoções e de nossos comportamentos sendo, portanto, o verdadeiro “gerente” de nossas vidas.

Infelizmente, nem todos os nossos pensamentos e emoções são conscientes levando ao surgimento de comportamentos que mesmo que percebamos como prejudiciais não conseguimos alterar.

Existem as chamadas “situações de risco” que predis põem mais as pessoas a uma desorganização dos pensamentos acarretando desequilíbrios emocionais e comportamentais. Os fatores de risco mais comuns são: perdas e separações de figuras de afeto, pressões sociais, doenças físicas, problemas nos relacionamentos afetivos, tomada de decisões importantes, etc.

O profissional em Psicologia pode realizar várias formas de intervenção visando à melhoria da qualidade de vida dos indivíduos e entidades, desde o diagnóstico da disfunção psico-afetiva, até o aconselhamento, orientação ou consultoria técnica, bem como também a colaboração no trabalho de outros profissionais, e claro, o tratamento psicoterápico propriamente dito. Cabe a este profissional ainda o encaminhamento para outro tipo de atendimento especializado quando necessário.

A principal função da Psicoterapia é ajudar os indivíduos em seu autoconhecimento e conseqüentemente no aprimoramento do autocontrole de suas emoções e comportamentos. Mas, pode-se resumir bem dizendo que a **Atenção Psicológica pode ajudar qualquer pessoa a ser mais feliz!**