

A IMPORTÂNCIA
DA ESCUTA
QUALIFICADA NO
ATENDIMENTO
PSIQUIÁTRICO

DRA. TATIANA DE FREITAS
DAMÉ-PSIQUIATRA

Somos feitos de uma trama. Nela são tecidas as experiências que trazemos desde o nascimento. Tanto as satisfatórias quanto as dolorosas, nessa mistura e o que dela resulta é a matéria de que somos feitos mentalmente. Das exposições negativas e traumas que somos expostos principalmente na infância, resultarão em uma intensidade maior ou menor, em mecanismos de defesa para lidarmos com o que nos causa dor ou desconforto. Certa vez um paciente me relatou que acabara de ler um livro que discorria sobre feridas emocionais, e do quando havia ficado impactado. Sim, ele pôde observar e identificar-se com suas próprias feridas descritas em um texto escrito por alguém. Provavelmente isso ocorre porque temos a tendência natural de não falar sobre o que não nos é confortável, e nos mantermos a uma distância bastante grande de acessar tais informações. Entretanto, todos os dias somos expostos involuntariamente a situações e contexto que “mexem com nossas feridas” e então usamos dos nossos mecanismos de defesa para expressarmos nosso mal estar. Embora muitas pessoas consigam manter-se sem adoecer, muitas vezes a saúde mental passa a pedir socorro, não importa o quanto tenhamos lutado para mantê-la “saudável”. Coloquei a palavra saudável entre aspas porque é muito difícil, quase improvável que, em algum momento da vida, não sejamos assombrados por nossos monstros internos.

A escuta qualificada é um instrumento utilizado pela Psicanálise, descrita por Freud.

Esta escuta está inserida na forma de tratamento chamada Psicoterapia Analítica.

Existem inúmeros tipos de psicoterapia que cada profissional adota para seu trabalho. A psicanálise, busca através da técnica, fazer um encontro entre o paciente seu inconsciente e daí extrai o material que usamos nas sessões de psicoterapia. Esse material pode vir e aparecer no contexto de sonhos, atos falhos, escrita...

O trabalho de psicoterapia identifica os conflitos inconscientes do paciente, que muitas vezes o assustam e se manifestam das formas mais variadas: Ansiedade, Depressão, TOC e também desintoxica esses conflitos, devolvendo-os ao paciente com um outro significado, que ele possa suportar e conseqüentemente melhora os sintomas clínicos dos transtornos mentais

QUEM FAZ PSICOTERAPIA PRECISA USAR MEDICAMENTOS?

Em alguns casos sim, quando os sintomas estão muito afluídos, mas observa-se que os pacientes em tratamento psicoterápico precisam de doses menores de medicação e o tempo de uso fica consideravelmente menor.

QUAIS SÃO AS VANTAGENS DE SE FAZER PSICOTERAPIA ANALÍTICA?

Quando falamos em psicoterapia, tratamos dos conflitos em sua origem, fornecendo a eles um outro significado, e assim o paciente passa a viver melhor, sem o peso de traumas tão arcaicos sobre suas costas.

PSIQUIATRAS TRABALHAM COM PSICOTERAPIA OU SÓ PRECREVEM MEDICAÇÃO?

Tenho percebido esta dúvida de forma bastante frequente no atendimento clínico quando proponho ao paciente o trabalho em psicoterapia. Existe ainda um estigma relacionado ao profissional psiquiatra, embora já exista um movimento bem intenso de pacientes que procuram ajuda porque querem viver melhor, sem tanto peso, querem trabalhar suas dificuldades. Muitas vezes a irritabilidade, a impulsividade, todas as formas de compulsão, tristeza, melancolia compõe algo que se considera normal no “jeitão” de cada pessoa. Isso não é correto! Esses sintomas são a forma como as dores emocionais vem para fora, mas são passíveis de tratamento. Quando o profissional oferece ao paciente um espaço no qual ele é ouvido e acolhido, essas dores perdem intensidade, daí a importância da psicoterapia.

COMO FUNCIONA A PSICOTERAPIA ANALÍTICA

O processo se inicia através de um acordo feito entre o terapeuta e o paciente, onde são firmados os detalhes do tratamento, como dias das sessões, formas de pagamento e frequência de encontro. No mínimo inicia-se com periodicidade semanal, sabendo-se que quanto mais frequente forem as sessões, mais eficaz e efetivo será o tratamento.

“Cabe a nós, profissionais de saúde mental, escutarmos nossos pacientes de forma qualificada e acolhedora, de modo que as feridas emocionais possam ser tratadas e aliviadas, mesmo que se encontrem muito escondidas sob algo, aparentemente saudável”