

SISTEMAS, RELAÇÕES E SAÚDE MENTAL: O TRATAMENTO DO TRANSTORNO DO PÂNICO EM ADULTOS

DANIEL ARAÚJO DE ALMEIDA

Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: dan_alm1@outlook.com

ANDRÉA ALEXANDRE VIDAL

Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: andreavidal@unicatolicaquixada.edu.br

RESUMO

O trabalho consiste em um relato de experiência dos resultados obtidos durante o Estágio Profissionalizante I em Psicologia Clínica Sistêmica, realizado entre fevereiro a junho no Serviço de Psicologia Aplicada (SPA) da UniCatólica. Foram realizados atendimentos psicoterápicos visando compreender demandas emergentes dos clientes, entendendo os sistemas e relações nas quais se encontram utilizando métodos e técnicas embasadas nos conhecimentos científicos da Psicologia. O objetivo deste trabalho é apresentar e discutir demandas relacionadas às crises de pânico apresentadas pelos clientes, e a forma como afetam a vida e o desenvolvimento desse transtorno. Foram utilizadas técnicas psicoterápicas como associação livre, escuta flutuante, pragmática da comunicação humana e a interpretação de sonhos visando compreender motivos inconscientes que poderiam interferir no pânico. Foram analisados cinco adultos em atendimentos, os quais apresentaram demandas iniciais de crise de pânico. Foi possível observar um impacto direto na forma como seus pensamentos e relações interpessoais são distorcidos em decorrência do transtorno, já que cria-se um medo e apreensão no cliente que o impede de aproveitar sua vida plenamente, pensando a todo momento na crise que terão a qualquer momento. Também foi observada uma possível correlação com assuntos reprimidos do passado (Traumas/Luto) e um traço semelhante em suas expressões de emoções, os quais apresentam em suas personalidades, características de se conterem e não se abrirem a senti-las, gerando um grande medo de perderem totalmente o controle. Em suas relações interpessoais apresentam incompreensão por parte dos que estão inseridos em seu contexto. Para concluir é notória a importância da elaboração e uma escuta ativa dos sentimentos reprimidos que causam tal medo, pois muitos clientes se encontram sem rede de apoio que os escute e, logo se reprimem e se fecham em si mesmas, não se permitindo sentir.

Palavras-chave: Psicoterapia sistêmica. Transtorno do pânico. Comunicação.