



PSICOLOGIA APLICADA

- ✓ A. Filipa Faria
 - ✓ Cátia Silva
 - ✓ Barbara Fernandes
 - ✓ Ricardo Rocha
- 

Psicologia aplicada

É impossível pensar em psicologia, sem pensar em intervenção, pois esta tem uma dimensão prática que se integra em vários contextos e instituições sociais.





Os níveis de intervenção vão desde o indivíduo à comunidade, passando pelos grupos e organizações.





Devido à evolução da psicologia e da sociedade, a psicologia tem-se dedicado a diversas áreas, de modo a tentar ajudar em diversas vertentes.



(Psicologia Aplicada)

Tipos de psicologia aplicada:

Psicologia Educacional

Psicologia Clínica

Psicologia do Desporto

Psicologia do Trabalho e das Organizações

Psicologia Criminal

Psicologia de Orientação Escolar e Vocacional



Psicologia Educacional:

- A Psicologia educacional assume uma importância muito grande nos nossos dias, pois a escola e a educação ocupam, ao longo da vida, um papel importante na vida social e individual.
- O psicólogo educacional intervém ao nível de várias instituições como creches, jardins-de-infância, universidades, associações desportivas e culturais, etc. ...

- O grande objectivo da psicologia educacional é a promoção da qualidade do desenvolvimento das pessoas, dos grupos, das instituições e das comunidades.

O trabalho de um Psicólogo Educacional

- O trabalho dos psicólogos educacionais junto dos educadores e das instituições visa tornar o processo de aprendizagem mais efectivo e significativo para o educando, assumindo especial importância as questões respeitantes à motivação, às competências e capacidades, ao desenvolvimento, à aprendizagem.

Anita Woolfolk, identifica as principais áreas de reflexão da psicologia educacional que giram em torno da prática do psicólogo educacional:

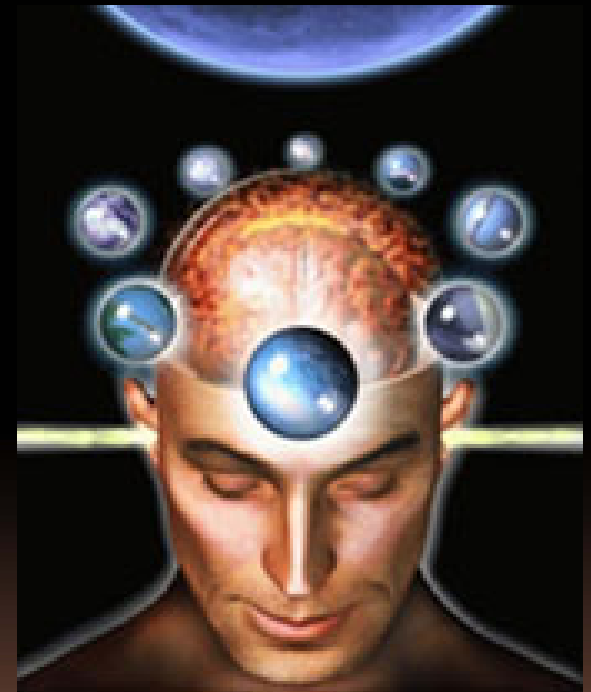
- - A aprendizagem só pode ser compreendida se o processo de desenvolvimento for encarado de certa maneira, pois as crianças, os jovens e os adultos aprendem, pensam e falam de maneira diferente;
- - Os indivíduos apresentam características, competências e conhecimentos diferentes, pelo que os processos de aprendizagem têm de ser distintos. Por isso é preciso conhecer as diferenças para adaptar os processos educativos.

- - A compreensão do processo de aprendizagem humana, isto é, perceber como é que as pessoas aprendem, as diferentes interpretações a que chegam;
- - A motivação está ligada á aprendizagem, logo compreender os factores motivadores é o princípio para se promover uma aprendizagem activa e participativa;
- - A avaliação das competências e dos conhecimentos é fundamental para que essa informação permita aferir e orientar o processo de aprendizagem.

(Psicologia Aplicada – psicologia clínica)

Psicologia Clínica:

Intervém especialmente a **nível mental**.
Está, portanto relacionada com o sofrimento,
com as dificuldades comportamentais das
pessoas e também com perturbações
psicológicas.



O **objecto** da psicologia clínica é a **pessoa**.

O **método utilizado** pelo psicólogo é, fundamentalmente, a **entrevista clínica**

O que leva as pessoas a procurarem um psicólogo:

- Frustração
- Conflito interior (confusão)
- Perturbação pelas situações vividas

Relação estabelecida entre o psicólogo e o paciente:

- valorizada a subjectividade
- o que caracteriza a psicologia clínica é a interacção que se estabelece entre os dois sujeitos activos

Áreas de intervenção de um psicólogo clínico:

- Compreender e apoiar o indivíduo no processo de lidar e de se ajustar a situações aversivas
- Apoiar a pessoa na elaboração de estratégias para fazer face à situação de crise
- Intervir em situações em que outros técnicos de saúde considerem poder existir indícios de perturbações psicológicas
- Organizar programas de reabilitação dirigidos a pessoas que sofrem de doenças crónicas

(Psicologia Aplicada – psicologia do desporto)

Psicologia do Desporto:

É um ramo recente que visa **compreender o comportamento** e os **processos mentais das pessoas** e dos grupos que estão envolvidos no desporto.



Tem como **objectivo** intervir no sentido de otimizar o rendimento e o bem-estar físico e o envolvimento e equilíbrio psicológico das pessoas.

(Psicologia Aplicada – psicologia do desporto)

A motivação é o principal aspecto psicológico associado à prática desportiva.

As dimensões cognitivas, afectivas e sensório-motoras estão envolvidas





A função do psicólogo na área desportiva é complexa e abrange muitas intervenções, não se limitando apenas ao desempenho do jogador.



SECRET

A collage of various images including a blue ribbon, a cartoon rabbit, a globe, a clock, a person, and a cityscape.

As **organizações** são unidades constituídas para atingirem objectivos específicos e que se estruturam para conseguir. No seu interior, estabelece-se um conjunto de interacções complexas que ultrapassam a estrutura formal da organização. Para **um bom funcionamento de uma organização** são bastantes importantes reconhecer-se as relações informais, isto é, as interacções que resultam de relações de identificação ou de rejeição, de amizade ou de antagonismo.

(Psicologia Aplicada - Psicologia do trabalho e das organizações)

A psicologia do trabalho e das organizações divide-se em três domínios:

- > **A psicologia do pessoal** – aborda questões relacionadas com a selecção de pessoal, a orientação e o desenvolvimento de carreiras, a avaliação do desempenho, etc. Dada a importância da formação contínua dos trabalhadores, intervém na planificação e concretização da formação geral e específica;
- > **A psicologia do trabalho** – aborda questões como a interacção homem/máquina, a organização do trabalho, a saúde e a segurança. As novas tecnologias ganham particular relevância, dado o seu papel na sociedade actual.
- > **A psicologia das organizações** – aborda questões como a motivação, a liderança, as relações interpessoais, a gestão de conflitos. A mudança e o desenvolvimento organizacional são objecto de particular atenção.



(Psicologia Aplicada - Psicologia do trabalho e das organizações)

O **psicólogo organizacional** pode-se encontrar em empresas, instituições, organismos profissionais, associações, clubes, isto é, num conjunto alargado de organizações mais ou menos complexas, de maior ou menor dimensão.

As **grandes mudanças** que vivemos nos nossos dias têm tido fortes repercussões, sobretudo ao nível das organizações do trabalho, por isso nestas mudanças a presença do psicólogo é mais comum.

O psicólogo organizacional desenvolve o seu trabalho em várias vertentes:

- Analisar a relação entre o trabalho e as pessoas;
- Orientar o processo de selecção e formação dos trabalhadores;
- Promover a optimização do trabalho;
- Analisar os processos de liderança e de gestão dos recursos humanos;

(Psicologia Aplicada - Psicologia do trabalho e das organizações)

- Explicar e procurar prever o comportamento das pessoas no contexto de trabalho;
- Avaliar a motivação e o grau de satisfação dos trabalhadores;
- Compreender as relações formais e informais no interior da organização;
- Procurar compreender e resolver os conflitos;
- Apoiar no controlo e avaliação dos resultados.

(Psicologia Aplicada – psicologia criminal)

Psicologia Criminal:

A psicologia criminal dedica-se ao estudo do comportamento criminoso, fazendo uma **ligação** entre a **psicologia** e o **direito**.

Os **objectivos** da psicologia criminal passam por encontrar medidas de prevenção, reconstruindo o percurso de vida do indivíduo delinquente, e compreender os processos mentais que o levaram à criminalidade.



Psicologia criminal

Contextos e situações em que o psicólogo criminal é chamado a intervir:

- Apoiar outros técnicos na selecção e formação de pessoal da policia e guardas prisionais
- Fazer o diagnostico dos reclusos que apresentem perturbações comportamentais
- Acompanhar os reclusos em situação de liberdade condicional e, quando libertados, no processo de inserção na vida activa
- Avaliar a forma como os reclusos são tratados no interior dos estabelecimentos prisionais
- Apoiar a policia na definição de perfis psicológicos que ajudem à identificação e captura de criminosos, bem como na investigação de crimes

Contextos e situações em que o psicólogo criminal é chamado a intervir:

- Participar, com outros agentes de saúde mental, no diagnóstico de imputabilidade de um acusado
- Testemunhar, se necessário, em tribunal como especialista
- Avaliar, com outros técnicos, as falsas memórias em depoimentos de testemunhas
- Avaliar a situação de stress dos agentes da polícia e dos guardas prisionais
- Prestar apoio a vítimas de violência doméstica, de abusos sexuais e de outras formas de coacção e violência

Psicologia de Orientação Escolar e Vocacional:

Actualmente o psicólogo não se resume ao apoio na escolha de um curso, de uma profissão. Ele espera ajudar as pessoas a conhecerem as suas capacidades e competências, a identificarem os seus interesses, desejos e expectativas, para as apoiar na construção do seu projecto de vida.

A orientação tem de ser encarada como um processo de reflexão que conduza ao autoconhecimento e não como uma receita prescrita.

O trabalho do psicólogo de orientação escolar e vocacional

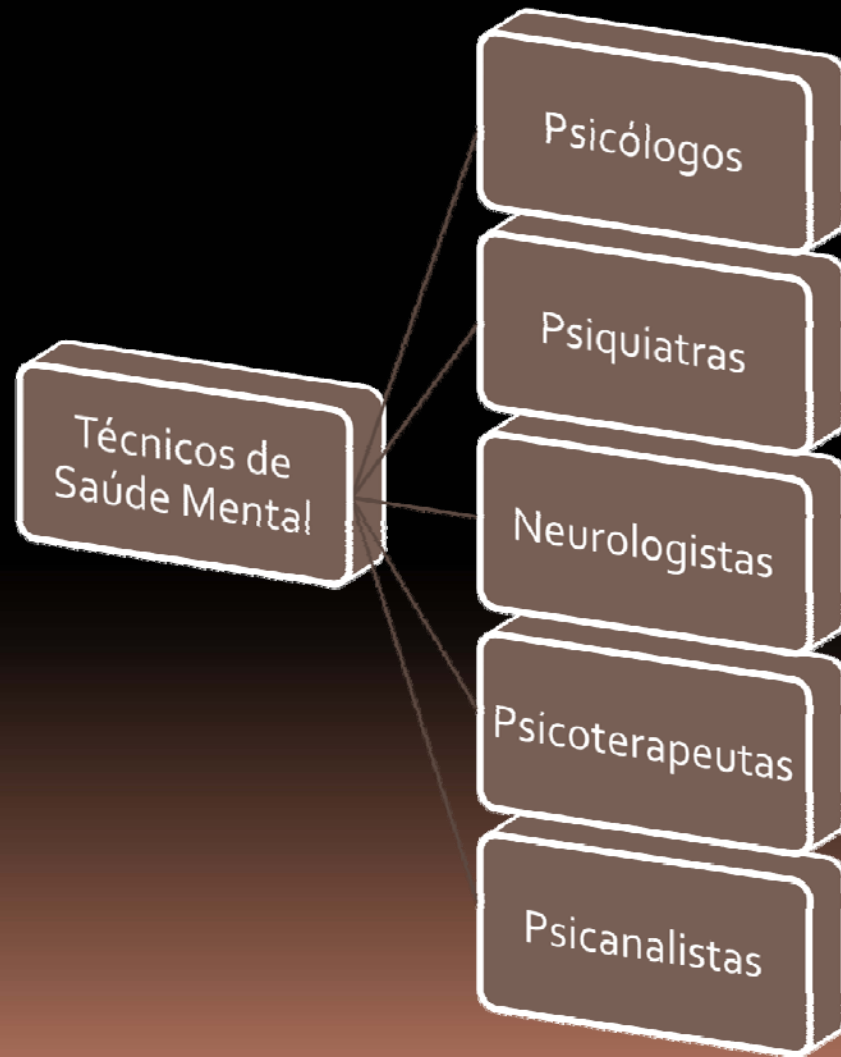
De entre as actividades específicas do psicólogo de orientação vocacional e profissional poderemos registar as seguintes:

- - Apoiar os alunos no desenvolvimento da sua identidade pessoal e estimular as competências de autoconhecimento;
- - Analisar e trabalhar a informação disponível sobre as várias opções e oportunidades dos percursos escolares e profissionais;
- - Planificar, aplicar e avaliar programas de apoio às opções vocacionais e profissionais dos alunos;

- - Dar a conhecer as características do mundo do trabalho e as exigências de formação;
- - Desenvolver acções de informação e sensibilização dos pais e encarregos de educação sobre as implicações das opções escolares e profissionais;
- - Apoiar os alunos na tomada de decisão;
- - Apoiar as escolas em iniciativas e actividades que promovam o sucesso escolar.

- O psicólogo escolar e vocacional, para além do trabalho individual, desenvolve trabalho com as turmas, com os professores e com os pais. Apoia os professores na avaliação das dificuldades de aprendizagem e desenvolvimento dos alunos, na avaliação das causas do insucesso escolar e de formas de remediação, encaminhamento dos alunos com necessidades educativas especiais para programas adequados, etc. ...

Técnicos de Saúde Mental:



Neurologistas:

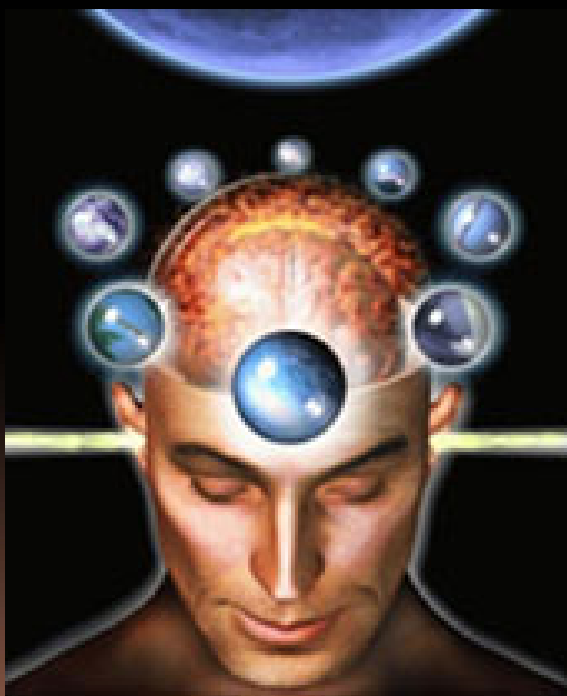
Relacionam as perturbações psíquicas com o funcionamento do sistema nervoso

Diagnosticam e actuam sobre anomalias biológicas do funcionamento cerebral e as técnicas de imagiologia cerebral e o desenvolvimento das neurociências têm dado grande contributo.



Psiquiatras:

Diagnosticam e tratam perturbações de carácter psicológico, bem como doenças mentais



Privilegiam uma terapia fisiológica com recurso a medicamentos. Recorrem também a psicoterapias aproximando, por tanto, do método aplicado pelos psicólogos clínicos

Psicanalistas:

A sua abordagem funda-se nas concepções de Freud e recorrem a técnicas do método psicanalítico

Vertentes de autores

A psicanálise é
uma terapia

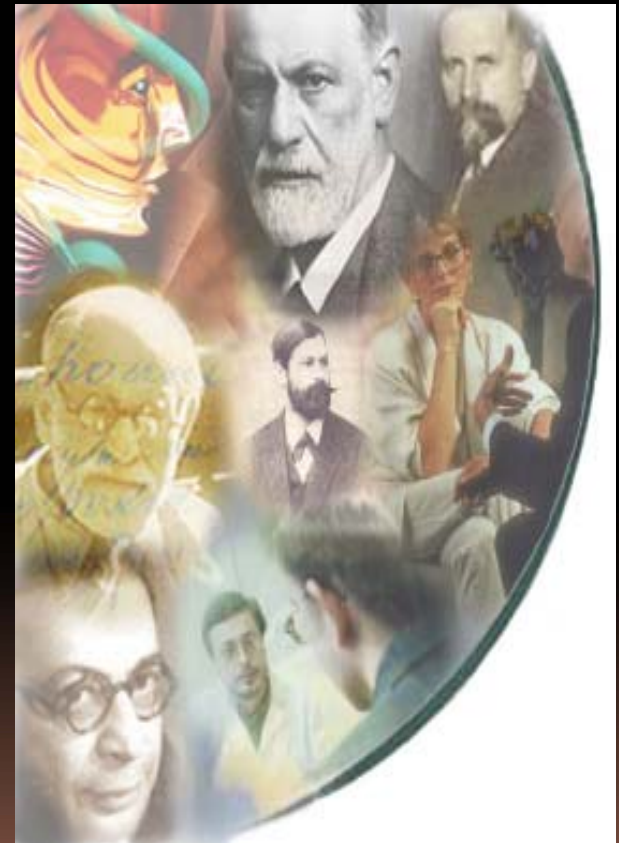
A psicanálise não
é uma terapia

“a psicanálise deveria ser considerada uma experiência pessoal e que a cura de alguma perturbação ou desequilíbrio vinha por acréscimo.”

Psicanalista Jacques Lacan

Psicoterapeutas

Os **psicoterapeutas** visam actuar sobre o comportamento e sobre o psiquismo, através de abordagens essencialmente psíquicas.



Os diferentes tipos de psicoterapia

A psicanálise procura desvendar as causas inconscientes que se manifestam nas perturbações do paciente.

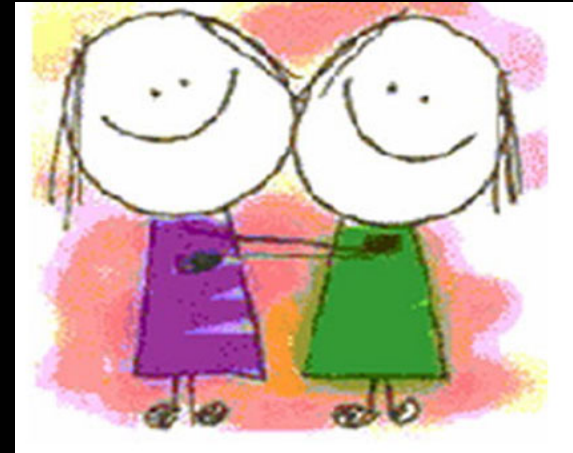
As terapias cognitivo- comportamentais têm como objectivo a eliminação dos comportamentos perturbadores.

As terapias sistémicas consideram que o problema apresentado pela pessoa, apenas se pode compreender no contexto dos grupos a que pertence.

As terapias humanistas visam o desenvolvimento das potencialidades pessoais.



As diferentes terapias diferem nos fundamentos teóricos e na forma como se praticam.



A psicoterapia pode ser individual ou em grupo e, caracteriza-se pelo número de sessões, sendo breves ou longas.

Os **psicoterapeutas** recorrem às diversas abordagens terapêuticas de acordo com as necessidades dos pacientes.

A intervenção do
psicólogo como promotor
de desenvolvimento e
autonomia

Prevenção e Remediação

- Os psicólogos devem ser agentes de mudança.
- Podem prevenir os comportamentos, que colocam o bem-estar e a saúde mental das pessoas em risco.
- Ou podem actuar de forma a remediar os problemas já identificados, ex: delinquência.

Prevenção primária, secundária e terciária

- A abordagem, chamada como o modelo médico da prevenção da perturbação mental, começou por distinguir entre prevenção primária, secundária e terciária, por se basear em modelos vindos da área da saúde pública, adaptados à prevenção da doença mental.

Prevenção primária:

- A prevenção primária tem como objectivo fazer diminuir a frequência com que surgem determinados problemas mentais ou comportamentais numa população ou comunidade.

Prevenção secundária:

- A prevenção secundária visa a identificação precoce de problemas mentais e comportamentais.
- É preciso identificar os problemas nas fases iniciais para prevenir outras perturbações mais severas e danosas para o bem-estar, que se possam desenvolver.

Prevenção terciária:

- A prevenção terciária tem como objectivo a inserção social e a reabilitação de pessoas que sofrem, ou sofreram, de doenças mentais ou que apresentam, ou apresentaram, distúrbios de comportamento.
- No âmbito da prevenção terciária trabalha-se com pessoas, que sofrem de perturbações crónicas ou que foram tratadas relativamente a problemas que apresentaram em determinada altura da sua vida.

Prevenção centrada na situação e nas competências :

- Distinguem-se duas prevenções, a prevenção centrada na situação e a prevenção centrada nas competências.
- Para que o aumento da eficácia dos esforços preventivos realizados, é importante actuar tanto ao nível das situações como ao nível das competências

Prevenção centrada na situação:

- A prevenção centrada na situação olha para os factores causadores de stress ou perturbações que existem na relação de uma determinada pessoa consigo mesma, com os outros ou com os seus contextos de vida, de forma a prevenir o surgimento de problemas psicológicos.

Prevenção centrada nas competências:

- A prevenção centrada nas competências procura fazer com que os indivíduos passem a possuir determinadas características e capacidades que os ajudarão a lidar com as situações potencialmente problemáticas que poderão encontrar na sua vida, de um modo a que não leve ao surgimento de perturbações mentais ou comportamentais.

Promoção do Desenvolvimento



A intervenção dos psicólogos vai para além, da remediação ou do evitamento de determinadas perturbações mentais ou comportamentos.

O objectivo do psicólogo é a preocupação com a promoção da saúde mental, do bem-estar e do desenvolvimento psicológico dos seres humanos.

Adaptação e Autonomia

As **perturbações psicológicas**, assim como os distúrbios comportamentais, colocam, muitas vezes, dificuldades à adaptação das pessoas que os experimentam.

A **intervenção psicológica** pode ser vista como tendo por objectivo a facilitação da adaptação desta pessoa aos seus contextos de vida e às situações que a compõem.

O **objectivo dos psicólogos** é de capacitar as pessoas para participarem de forma autónoma nas suas relações, isto é, serem capazes nas suas relações com os outros, determinarem as suas formas de ser e de se comportarem, fazendo-o de uma forma responsável e com significado para si.

