



## RELATÓRIO PSICOLÓGICO

### FINALIDADE:

Este relatório psicológico foi elaborado com base no registro documental do atendimento realizado com a(o) Srta. Maria da Silva, tendo como objetivo fornecer uma análise detalhada do processo terapêutico.

### Descrição do Atendimento:

O atendimento psicológico da Srta. Maria da Silva foi realizado no período de 05/03/2023 a 15/12/2023, com uma frequência semanal e sessões de 50 minutos. A demanda apresentada pela paciente consistia em dificuldades emocionais relacionadas a um processo de luto recente.

### Procedimentos Adotados:

Durante o período de atendimento à Srta. Maria da Silva, uma variedade de procedimentos e técnicas psicológicas foram aplicados para uma compreensão abrangente de suas necessidades e desafios. Esses procedimentos foram selecionados com base na singularidade do caso e na demanda específica apresentada pela paciente. Destacam-se os seguintes procedimentos:

1. Entrevistas Clínicas Estruturadas e Não Estruturadas: Foram conduzidas entrevistas clínicas para explorar a história de vida, relacionamentos significativos, eventos estressores e as percepções da paciente em relação ao luto. Essas entrevistas proporcionaram um contexto valioso para compreender os fatores contribuintes.
2. Aplicação de Testes Psicométricos: Foram administrados testes psicométricos específicos para avaliar aspectos como o estado emocional, resiliência, e o impacto do luto na funcionalidade diária da paciente. Esses testes forneceram dados quantitativos importantes para a análise.
3. Observação Clínica: A observação clínica foi realizada durante as sessões terapêuticas para monitorar a expressão emocional, linguagem corporal, e sinais de desconforto ou evitação. Essa abordagem complementou as informações obtidas por meio das entrevistas.
4. Análise do Discurso: A análise do discurso permitiu uma compreensão mais profunda das narrativas e significados atribuídos pela paciente aos eventos relacionados ao luto. Essa abordagem qualitativa enriqueceu a compreensão subjetiva da experiência da Srta. Maria da Silva.
5. Técnicas de Relaxamento e Mindfulness: Técnicas de relaxamento e mindfulness foram introduzidas para auxiliar a paciente no manejo do estresse e na promoção da autorregulação emocional. Isso incluiu práticas de respiração consciente e mindfulness aplicadas em momentos de intensidade emocional.

## **Análise Técnica Científica:**

A análise técnica dos dados coletados proporcionou insights valiosos sobre diversos aspectos da saúde psicológica da Srta. Maria da Silva. Destacaram-se os seguintes achados:

1. Resposta aos Testes Psicométricos: Os resultados dos testes psicométricos indicaram um quadro de sintomatologia depressiva moderada, sugerindo a necessidade de intervenções específicas para esse domínio. Os dados quantitativos foram considerados em conjunto com a avaliação clínica.
2. Padrões Comportamentais Observados: A observação clínica revelou padrões comportamentais, como períodos de isolamento social, oscilações de humor e expressões de tristeza profunda. Esses padrões foram integrados à análise para compreender a dinâmica emocional da paciente.
3. Exploração das Narrativas: A análise do discurso proporcionou uma compreensão rica das narrativas da Srta. Maria da Silva em relação ao luto, revelando sentimentos de perda, culpa e desafios na reconstrução do significado da vida após a morte de um ente querido.
4. Resposta às Técnicas de Relaxamento: A incorporação de técnicas de relaxamento demonstrou ser eficaz na redução imediata da ansiedade e no aumento da consciência emocional da paciente. Essas técnicas foram adaptadas ao perfil da Srta. Maria da Silva para otimizar sua utilidade.

## **Conclusões e Recomendações:**

Após uma cuidadosa avaliação do processo terapêutico com a Srta. Maria da Silva, observou-se uma evolução significativa, mas ainda persistem desafios a serem superados. As seguintes conclusões foram alcançadas:

1. Estado Emocional Atual: A paciente apresentou melhoras no enfrentamento do luto, evidenciadas pela expressão emocional mais adaptativa e pela retomada de atividades diárias. Contudo, ainda há momentos de tristeza intensa e melancolia, indicando a necessidade de suporte contínuo.
2. Sintomatologia Depressiva: Embora tenha ocorrido uma diminuição da sintomatologia depressiva, é notável a persistência de alguns sintomas, como alterações no padrão de sono e apetite. Tais aspectos requerem atenção contínua.
3. Relacionamento Interpessoal: A participação em grupos de apoio possibilitou à paciente estabelecer conexões com pessoas que vivenciam experiências semelhantes. Este fator tem contribuído positivamente para o seu processo de elaboração do luto.
4. Resiliência e Recursos Internos: Destaca-se a resiliência da Srta. Maria da Silva diante das adversidades, demonstrando a mobilização de recursos internos para lidar com as perdas. Esse aspecto pode ser fortalecido e explorado ao longo do acompanhamento terapêutico.

### Recomendações:

1. Continuidade do Acompanhamento Terapêutico: Recomenda-se a continuidade das sessões terapêuticas, visando a consolidação das melhorias alcançadas e o enfrentamento gradual dos desafios remanescentes. A frequência atual de sessões semanais é apropriada e deve ser mantida.

2. Avaliação Psiquiátrica: Dada a persistência de alguns sintomas depressivos, sugere-se uma avaliação psiquiátrica para consideração de intervenção medicamentosa. A colaboração entre profissionais de diferentes áreas é essencial para um tratamento abrangente.

3. Participação Continuada em Grupos de Apoio: A continuidade da participação em grupos de apoio é altamente recomendada, proporcionando um espaço seguro para compartilhar experiências e estratégias de enfrentamento. Essa interação social contribuirá para a construção de redes de suporte.

4. Exploração de Recursos Resilientes: Durante as sessões, recomenda-se explorar e fortalecer os recursos internos e estratégias de enfrentamento que têm sido eficazes para a Srta. Maria da Silva. Isso pode incluir o desenvolvimento de habilidades de coping específicas e a promoção da autocompaixão.

Dada a complexidade do processo de luto, é crucial continuar acompanhando e compreendendo as diferentes fases emocionais que a paciente enfrenta. Adotar abordagens terapêuticas específicas para a elaboração do luto pode ser benéfico.

### **Encaminhamentos:**

Considerando o quadro clínico da Srta. Maria da Silva, alguns encaminhamentos específicos são propostos para otimizar seu suporte terapêutico:

1. Intervenção Psiquiátrica Especializada: Recomenda-se a consulta com um psiquiatra para avaliação da necessidade de intervenção medicamentosa. A colaboração entre a equipe psiquiátrica e a abordagem terapêutica é crucial para uma gestão integrada e eficaz dos sintomas depressivos persistentes.
2. Participação Continuada em Grupos de Apoio: A continuidade da participação em grupos de apoio para enlutados é fortemente encorajada. Esses espaços proporcionam suporte emocional adicional e a troca de experiências com pessoas que compartilham desafios semelhantes.
3. Avaliação Psicológica Periódica: Sugere-se a realização de avaliações psicológicas periódicas para monitorar a evolução do quadro emocional e ajustar as estratégias terapêuticas conforme necessário. Essa prática visa adaptar o plano de tratamento à dinâmica individual da paciente.
4. Incorporação de Técnicas de Mindfulness na Rotina Diária: A prática regular de técnicas de mindfulness, além das sessões terapêuticas, pode contribuir para o fortalecimento da autorregulação emocional e redução do impacto do estresse cotidiano.
5. Orientações para o Ambiente Social e Familiar: Recomenda-se uma comunicação aberta com familiares e amigos próximos, a fim de criar um ambiente de apoio contínuo. Educar o círculo social da paciente sobre o processo de luto e suas nuances pode promover um suporte mais eficaz.

## Considerações Finais:

Ao término desta fase do processo terapêutico, é essencial reiterar alguns pontos-chave:

1. Evolução Positiva: Observou-se uma evolução positiva na Srta. Maria da Silva, evidenciada pela expressão de emoções mais adaptativas e pela participação ativa nas sessões. Esses sinais indicam um potencial significativo para a continuidade do progresso terapêutico.
2. Compromisso com o Processo Terapêutico: O comprometimento e a participação ativa da paciente nas intervenções terapêuticas sugerem uma disposição para enfrentar os desafios emocionais. A continuidade desse compromisso será fundamental para consolidar os ganhos alcançados.
3. Abordagem Multidisciplinar: A abordagem multidisciplinar, envolvendo a colaboração entre profissionais de psicologia e psiquiatria, juntamente com o suporte social e grupal, visa proporcionar um cuidado holístico e integrado.
4. Respeito ao Tempo do Processo de Luto: Reconhecendo a complexidade do processo de luto, é essencial respeitar o tempo individual da paciente para a elaboração das perdas. A flexibilidade na abordagem terapêutica é vital para adaptar-se às necessidades emocionais em constante transformação.

A Srta. Maria da Silva demonstra resiliência e um compromisso valioso com seu próprio processo de cura. O acompanhamento terapêutico contínuo e a implementação cuidadosa dos encaminhamentos propostos visam promover um ambiente propício ao seu bem-estar emocional duradouro.

Ressalta-se que este relatório não corresponde à descrição literal das sessões de atendimento e não contém registros de sintomas ou estados psicológicos, em conformidade com a Resolução CFP nº 6/2019.

Local e data:

-----  
Nome e Assinatura do(a) Psicólogo(a)

CRP \_\_\_ / \_\_\_\_\_

