

# ACONSELHAMENTO E ORIENTAÇÃO EM PSICOLOGIA

## ACONSELHAMENTO E ORIENTAÇÃO EM PSICOLOGIA

*Josita silva, Débora Carla, Maria Eunice Psicólogas no Consultório de Psicologia Ativoamente. Rua Manoel da Nóbrega, 628, Sala 88 - Centro - 09910-720, Diadema, SP, Brasil.*

---

### RESUMO

O Aconselhamento e orientação em psicologia são técnicas utilizadas pela psicologia e destina-se às pessoas psicologicamente saudáveis que em determinado momento adverso da vida, passam por uma crise ou traumas, que necessitam de apoio profissional, pois não encontram respostas bem adaptativas à situação, bem como àquelas que desejam algum tipo de orientação vocacional, ou atendimento online. Existem três tipos de Aconselhamento, o diretivo, o não-diretivo e o eclético. Sendo o eclético, uma junção dos anteriores. O objetivo é auxiliar o cliente a encontrar essas respostas, criando condições para que o indivíduo perceba suas possibilidades de escolha e a faça com autonomia. Foi reconhecido pela comunidade científica, em 1950, como um eficiente relacionamento interpessoal de ajuda terapêutica, com características similares ao da psicoterapia.

**Palavras-Chave:** Aconselhamento; Orientação; Psicologia.

---

### ABSTRACT

Counseling and counseling in psychology are techniques used by psychology and are intended for the psychologically healthy people who, at a certain adverse time in life, experience a crisis or trauma, who need professional support, since they do not find adaptive responses to the situation as well as those who want some kind of vocational guidance, or online. There are three types of Counseling, the directive, the non-directive, and the eclectic. Being the eclectic, a junction of the former. The objective is to help the client find these answers, creating conditions for the individual to perceive their possibilities of choice and to do it autonomously. It was recognized by the scientific community in 1950 as an efficient interpersonal relationship of therapeutic help, with characteristics similar to that of psychotherapy.

**Keywords:** Counseling; Guidance; Psychology.

## 1. INTRODUÇÃO

Vivemos em uma sociedade onde o ritmo de vida está cada vez mais acelerado, com muitas cobranças e também várias possibilidades de escolhas. Onde o tempo parece cada vez mais escasso, fazendo com que, necessitemos cada vez mais de ajuda, não só para lidarmos com as situações de estresse, mas também, quando nos sentimos perdidos e não sabemos como agir e qual rumo tomar. Com o surgimento da evolução global essa realidade só se potencializou. Toda essa evolução foi benéfica em muitos aspectos, porém, aumentou consideravelmente as nossas dificuldades, desde obtermos respostas adaptativas, a fazermos escolhas, e principalmente, em termos clareza ao escolhermos o que consideramos ser benéfico e/ou satisfatório à nossa vida.

*A saúde existencial consiste no bem-estar geral que cada um de nós experimenta no decorrer da própria existência, caracterizado por uma vivência global de liberdade, acolhimento e sintonia em relação a si, aos seus semelhantes e ao mundo em geral. (FORGHIERI, 2007, p.103).*

O ser humano, atualmente necessita bem mais de uma ajuda psicológica, do que precisava em um passado, não muito distante, buscando assim um alívio que vá ao encontro de suas necessidades. Nesse contexto, é aí que entra o profissional da saúde mental, o Psicólogo, que se utiliza de técnicas de Aconselhamento e Orientação em Psicologia para auxiliar seus clientes. Essas técnicas, podem ser diretivas, não-diretivas ou ecléticas.

## 2. ACONSELHAMENTO

O aconselhamento em psicologia é uma intervenção da psicoterapia breve, destinada as pessoas saudáveis que estão passando por um momento de crise, trauma, ou algum desastre natural e que necessitam de apoio profissional, pois não está apresentando respostas bem adaptadas aquele momento.

*[...] destinam-se não somente ao reforço do ego em situações de crise aguda, nas quais o objetivo é fazer com que o indivíduo retome o seu funcionamento prévio, mas, também, a aumentar a auto-estima do paciente por meio de técnicas que melhorem o funcionamento adaptativo e minimizem o seu desconforto emocional. (CORDIOLI et al., 2008, p. 191).*

---

---

Faz parte desse processo, buscar condições e indicar ou descobrir caminhos junto com o paciente, aumentando assim as suas possibilidades de escolhas e lhe proporcionando maior autonomia para seguir a direção que quiser.

### 3. ACONSELHAMENTO DIRETIVO, NÃO- DIRETIVO E ECLÉTICO

Para Scheffer (1976), existem três principais modelos de aconselhamento psicológico, o diretivo, não-diretivo e o eclético.

Aconselhamento Diretivo: é um procedimento, no qual, a figura central, é o terapeuta, que atua de forma mais direta, tendo sempre como base, foco no problema e princípios de interação social. Possuindo como meta a adaptação da pessoa a sociedade em que ela está inserida, lhe auxiliando na remoção dos empecilhos, sendo este também um processo educativo.

No Aconselhamento Não-Diretivo, o terapeuta, procedi de forma mais indireta e a figura central é o cliente. Tem como base, princípios de interação social, onde o profissional ajuda o indivíduo a encontrar as suas próprias respostas.

Já o aconselhamento eclético, caracteriza-se pela junção do aconselhamento diretivo e não-diretivo, ora a método usado diretivo, ora não-diretivo, isso depende do paciente, da demanda, e/ou da necessidade do caso. Porém, o que se almeja é o mesmo, que o cliente encontre respostas/caminhos favoráveis à situação.

*[. . .] a consulta psicológica [counseling] eficaz consiste numa relação permissiva, estruturada de uma forma definida que permite ao paciente alcançar uma compreensão de si mesmo num grau que o capacita a progredir à luz da sua nova orientação (Rogers, 1973, p. 29).*

No entanto, independente das ferramentas utilizadas nesse processo, e dentre elas podemos citar as técnicas de intervenção, tais como, interrogação, escuta, interpretação, assimilação, repetição, observação e clarificação, dentre outras, o que o Aconselhamento deseja alcançar é sempre o mesmo, possibilitar ao cliente uma maior capacidade de responder de maneira mais positiva, e segura, as demandas do momento, propiciando-lhe assim, liberdade de escolha e uma melhor qualidade de vida.

---

## 4. ORIENTAÇÃO

É uma técnica utilizada pelo Psicólogo para auxiliar as pessoas que buscam por ajuda, seja ela, de ordem esclarecedora em relação ao seu futuro (vocacional) ou auxílio psicológico, propriamente dito (online). Quando o orientado quer descobrir qual caminho ou profissão deve seguir e que deseja aumentar seus conhecimentos, na descoberta de, classificamos como, Orientação Vocacional. Nela, o orientador deverá usar sempre como referência, o histórico pessoal e social do cliente e tendo como instrumentos avaliativos a aplicação de testes e entrevistas. No caso da terapia online, que é um mecanismo utilizado e aceito pelo CFP (Conselho Federal de Psicologia) e é um facilitador que permite ao cliente realizar o atendimento de qualquer localidade e com o profissional que desejar de qualquer parte do mundo. As pessoas que buscam por essa comodidade disfrutem de uma orientação psicológica que se utiliza dos mesmos procedimentos padrões de uma psicoterapia tradicional, presencial e de técnicas de aconselhamento que possa ser de maior eficácia para a determinada demanda.

Nesse método de atendimento, cabe ao orientador, focar na solicitação ou queixa trazida pelo cliente, prestar-lhe assistência, facilitar o conhecimento e examinar os possíveis caminhos e direções mais recomendadas para o comportamento do sujeito, de acordo com seu modo de agir, sempre com base em suas referências pessoais e sociais.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Apesar do Aconselhamento em Psicologia ser uma técnica muito parecida com a Psicoterapia, neste conteúdo, não focamos muito nas semelhanças que existem entre as duas, por uma razão muito simples, desejávamos apenas fazer alguns esclarecimentos sobre o que é Aconselhamento e orientação em psicologia e mostrar algumas de suas técnicas utilizadas. Observamos, porém, que em nossa pesquisa, muitos dos autores pesquisados não definiam exatamente o que é aconselhamento em Psicologia, possivelmente por haver essa semelhança tão grande com a Psicoterapia e a diferença existente ser tão ínfima, uma vez que possuem técnicas de atendimento tão próximas e com características tão similares. Carl Rogers (1902-1987), psicólogo e grande estudioso do assunto, mesmo tendo discorrido bastante sobre o tema, não o definiu. No entanto, o Aconselhamento e a Orientação se tornaram práticas recorrentes e muito utilizadas na Psicologia, com o objetivo de promover o bem-estar psicológico do paciente.

---

---

## REFERÊNCIAS

ENCENA. Saude mental disponivel em: <<http://encenasaudemental.net/post-destaque/o-aconselhamento-psicologico-segundo-yolanda-forghieri-e-a-abordagem-centrada-na-pessoa-de-carl-rogers>> . Acesso em 24/09/2017.

PESQUISA EM PSICOLOGIA. Anais Eletronico disponivel em:  
[http://editora.unoesc.edu.br/index.php/pp\\_ae/article/view/11914](http://editora.unoesc.edu.br/index.php/pp_ae/article/view/11914) >.Acesso em 30/09/2017.

PEPSIC.Periodicos Eletronico em Psicologia disponivel em:  
[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-34822014000100002](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822014000100002)>.  
Acesso em 30/09/2017.

---