

USP



PERGUNTAS FREQUENTES SOBRE A PSICOLOGIA



Autorizamos a reprodução e divulgação parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Ficha Catalográfica elaborada pela Seção de Processos Técnicos da
Biblioteca Central do Campus USP de Ribeirão Preto

Perguntas frequentes sobre a Psicologia / organização e autoria Lucy Leal
Melo-Silva ... [et al.] ; colaboradores Sonia Regina Pasian, Eduardo Name
Risk. – Ribeirão Preto : FFCLRP/USP, 2020.
30 p.

1. Psicologia. I. Melo-Silva, Lucy Leal. II. Pasian, Sonia Regina. III. Risk,
Eduardo Name.

CDU 159.9

Organização e autoria

Lucy Leal Melo-Silva

(Professora Sênior do Departamento de Psicologia – Carreira Lab)

Amanda Espagolla Santos

(Aluna do Mestrado em Psicologia – Carreira Lab)

Dayane Barbosa

(Aluna do Mestrado em Psicologia – Carreira Lab)

Marcela De Moura Franco Barbosa

(Aluna do Mestrado em Psicologia – Carreira Lab)

Colaboradores

Sonia Regina Pasian

(Docente do Departamento de Psicologia)

Eduardo Name Risk

(Egresso da graduação e pós-graduação em Psicologia da FFCLRP-USP,
docente da UFSCar)

Ribeirão Preto

2020



Psicologia faz parte das Ciências Humanas ou Biológicas?

A Psicologia é classificada como área das Ciências Humanas pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), uma vez que compreende o estudo do ser humano a partir de suas produções e relações sociais.

Por outro lado, a profissão é reconhecida como da área da Saúde pela Resolução nº 218/97 do Conselho Nacional de Saúde. Isso ocorre porque um dos principais objetivos da Psicologia é a promoção da qualidade de vida do ser humano em todos os aspectos de sua vida: biológicos, psíquicos e sociais.

Assim, a definição da área de concentração varia a partir da ênfase dada por cada instituição de ensino ou campo de atuação profissional.

O curso de Psicologia da USP de Ribeirão Preto enfatiza o estudo do comportamento e de suas bases biológicas em interface com as Ciências Humanas.



Por que é difícil definir a Psicologia como Ciências Humanas ou Biológicas?

Na história da Psicologia, alguns teóricos buscavam respostas relacionadas à questão da dualidade mente-corpo, enquanto outros enfatizavam relações e influências sociais no desenvolvimento do ser humano.

Essa dualidade marcou a história e o progresso da Psicologia como ciência que, até hoje, carrega essa característica.

A dificuldade em definir se é da área de Ciências Humanas ou Biológicas ocorre visto que a Psicologia se organiza por meio de diversas linhas teóricas, o que a torna uma ciência complexa.



Afinal, o que é Psicologia? Profissão? Ciência?

A Psicologia estuda os fenômenos psicológicos e o comportamento humano em suas mais diversas relações e aplicações. Envolve um conjunto de abordagens científicas com seus pressupostos, métodos, teorias e técnicas já consolidados. A profissão utiliza parte desse conhecimento na prática cotidiana a partir do suporte técnico-científico oferecido pela ciência psicológica.

Assim, a ciência é utilizada para testar e atualizar os conhecimentos produzidos, inclusive em função das transformações sociais, econômicas e tecnológicas, podendo reafirmar, ampliar, preencher lacunas ou mesmo contestá-las, resultando em novas práticas que poderão e/ou deverão ser aplicadas pelos profissionais.



Cursar Psicologia exige muita leitura na graduação?

Sim, o curso exige extensa carga de leitura e reflexão durante toda a graduação, o que se estende para a vida profissional de forma contínua e permanente.

Existe monografia ao final do curso?

Sim, no curso de Psicologia, em geral, é preciso escrever um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) em alguma área de seu interesse, com auxílio de um professor orientador.

No caso do curso de Psicologia da USP Ribeirão Preto, com o Programa de FORMAÇÃO Especial EM PESQUISA, você preparará uma monografia ou um artigo de sua iniciação científica sob a orientação do professor e a colaboração (mentoria) de membros do grupo de pesquisa no qual seu projeto de pesquisa está vinculado.



Quais as possibilidades de estágio profissionalizante em Psicologia?

Existem diversas áreas em que se pode estagiar no curso de Psicologia a depender da oferta e disponibilidade de cada Instituição de Ensino Superior.

As oportunidades de estágios profissionalizantes acontecem nas áreas: clínica, saúde, hospitalar e coletiva, em instituições públicas ou privadas (por exemplo, empresas, escolas, fórum, entre outras), em políticas públicas, entre outros âmbitos.

Em algumas universidades, os estágios têm início desde o primeiro ano da graduação, com crescente grau de complexidade ao longo dos anos e, em outras, acontecem nos dois últimos anos do curso.

Todo estágio é orientado e supervisionado por um docente e/ou psicólogo responsável.



Qual a diferença entre Psicologia e Psiquiatria?

O profissional da Psicologia estuda os fenômenos psíquicos e de comportamento do ser humano. De um modo geral, quando atua na área clínica, analisa emoções, ideias e valores dos pacientes, ajudando-os a identificar alguns conteúdos internos e a rever os seus comportamentos. Uma de suas principais ferramentas de trabalho é a fala e a escuta empática, assim o psicólogo não pode prescrever nenhum tipo de medicamento.

Já a Psiquiatria é uma especialidade da Medicina que trabalha com prevenção, atendimento, diagnóstico, tratamento e reabilitação de diversos transtornos psiquiátricos. Para ajudar no tratamento destes transtornos, o psiquiatra pode recorrer ao uso de medicamentos, mas não é obrigatório seu uso, trabalhando também com outros recursos técnicos, incluindo psicoterapias.

Ambas as profissões são importantes no tratamento de dificuldades vivenciadas pelas pessoas, sobretudo em situações de transtornos, de modo que a ação conjunta destes profissionais complementa e fortalece seus esforços.



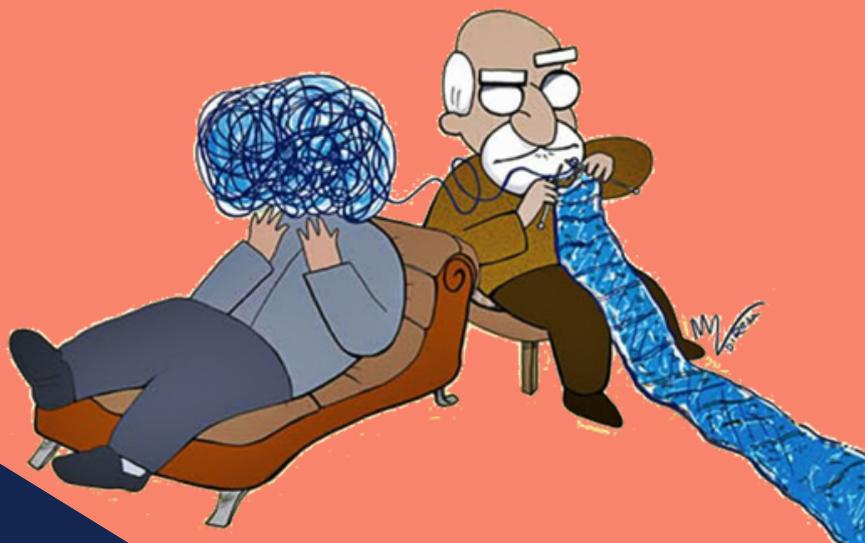
Qual a diferença entre psicólogo e psicanalista?

O psicólogo obrigatoriamente precisa ter formação superior em Psicologia, passando por diversos estágios que o capacitam a atuar em variados contextos.

Ele pode escolher e se especializar em uma determinada abordagem teórica, como comportamental, cognitivo-comportamental, fenomenológica, psicanalítica, construcionista social, por exemplo, o que faz com que tenha uma linha de pensamento e compreensão da humanidade e do mundo mais específicos.

Já o psicanalista não precisa ter formação em Psicologia, mas sim estudar o Método Psicanalítico, que é oferecido em diversas instituições por profissionais provenientes de outras áreas do ensino superior.

Então, psicanalista não é uma profissão exclusiva da Psicologia. Um psicólogo pode ter ênfase psicanalítica em seu trabalho, mas um psicanalista não necessariamente é um psicólogo.



Qual a diferença entre licenciatura, bacharel e a formação de psicólogo?

LICENCIATURA: forma professores de Psicologia e profissionais que irão trabalhar em instituições de ensino médio com disciplinas didáticas. O curso tem duração de quatro anos e meio.

BACHARELADO: oferece a formação de pesquisador a ser completada em uma pós-graduação (a critério do aluno). Tem duração de quatro anos.

FORMAÇÃO DE PSICÓLOGO: prepara o profissional para atuar em diversos campos da saúde, educação, trabalho e comunidade, ou seja, está habilitado para atuar no mercado de trabalho. Tem duração de cinco anos e requer a realização dos estágios profissionais com supervisão.

A graduação em Psicologia da USP Ribeirão Preto oferece a formação de Bacharel, a de Psicólogo, e Programa de FORMAÇÃO Especial EM PESQUISA.



Qual a duração do curso?

Em geral, o curso de Psicologia tem duração de cinco anos. Há modalidades realizadas em período integral ou em um período apenas.

O curso da USP de Ribeirão Preto é integral, ou seja, suas aulas e estágios devem ser cumpridos no período matutino e vespertino.

Especialização, Mestrado ou Doutorado?

Existem as pós-graduações lato sensu e stricto sensu. Lato sensu são as especializações em áreas específicas da Psicologia ou afins voltadas para o aperfeiçoamento do profissional e sua inserção no mercado de trabalho. Enquanto a pós-graduação stricto sensu consiste em cursos de mestrado e de doutorado.

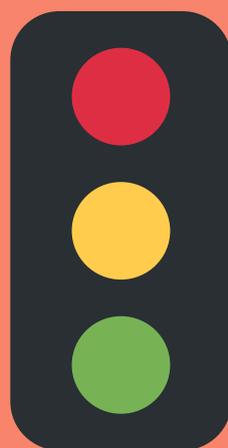
O curso de mestrado e doutorado existem em formato profissional ou acadêmico.



Quais os campos de trabalho?

Os campos de atuação do psicólogo são amplos podendo atuar em hospitais, universidades, clínicas, empresas, escolas, centros desportivos, centros de assistência social, orientação profissional, trânsito, fórum, varas e juizados, dentre outros.

É importante lembrar que a escolha de área de atuação profissional não precisa ser única, possibilitando o trabalho em mais de uma área. Se por um lado, seus interesses direcionam suas opções de estudo e trabalho, por outro lado, as oportunidades levarão a especializar-se e a encontrar seu nicho de trabalho. É preciso estar atento às velozes mudanças na vida e no mundo do trabalho ao realizar esta escolha.



Como saber se um curso de graduação é bom?

Uma das formas de avaliar se a faculdade e o curso de graduação são bons é verificar a avaliação realizada pelo Ministério da Educação (MEC), que fornece referência da qualidade do ensino, infraestrutura da faculdade e dos cursos oferecidos. O MEC possui o Índice Geral de Cursos (IGC) e o Conceito Preliminar de Cursos (CPC) como indicadores da qualidade das instituições e cursos.

A nota do ENADE (Exame Nacional de Desempenho de Estudantes) também pode auxiliar na avaliação de um curso. O ENADE é um exame realizado anualmente pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP), com alunos do primeiro e último ano de um curso para realizar uma prova e testar a qualidade do ensino ofertado pela instituição. Nem todas as instituições aderiram ao ENADE e a prova só pode ser aplicada quando há alunos ingressantes e concluintes no curso.



Quais são as oportunidades de atividades extracurriculares?

As universidades públicas e os cursos de Psicologia possuem três pilares de formação: ensino, pesquisa e extensão de serviços à comunidade.

O estudante pode participar de ATIVIDADES DE ENSINO em funções diferentes. Uma delas é a monitoria que consiste em atividades de ensino desenvolvidas pelo estudante-monitor como uma forma de aproximá-lo da prática da docência, sob a orientação do professor responsável pela disciplina. Assim, o monitor auxilia outros estudantes ao longo do seu aprendizado, esclarece dúvidas e outras atividades definidas no plano de trabalho. Ao ensinar ele cristaliza sua aprendizagem e observa a classe por outro ângulo e ao mesmo tempo auxilia bastante o professor trazendo a perspectiva de aluno. Há ainda o PET (Programa de Educação Tutorial).



Quais são as oportunidades de atividades extracurriculares?

Nas ATIVIDADES DE PESQUISA a/o aluna/o é estimulado a participar de eventos científicos, nos quais além de ter o contato com autores conceituados e profissionais renomados, ela/e vive a situação de divulgação científica do conhecimento com a apresentação de sua pesquisa de iniciação científica ou de relato de experiência de estágio.

As ATIVIDADES DE EXTENSÃO são desenvolvidas por meio de projetos voltados à comunidade, sempre com supervisão profissional. Também podem envolver as atividades dos alunos realizadas em empresas juniores e as ligas acadêmicas. Existem muitas entidades estudantis, como centro acadêmico, atlética, bateria, dentre outras, que favorecem as relações interpessoais.

Toda e qualquer atividade extracurricular e curricular auxiliam o aluno a desenvolver habilidades e competências importantes para seu crescimento pessoal e profissional.



Como a/o psicóloga/o consegue se lembrar dos conteúdos de seu paciente?

Psicólogos devem sempre ter uma ficha de evolução de cada cliente/paciente, ou seja, a cada sessão realizada, o profissional deve atualizá-la com conteúdos centrais examinados de modo a planejar o próximo encontro.

Alguns psicólogos anotam algumas palavras-chave durante a sessão para depois realizar o registro formal da evolução do caso.

A Psicologia possui principais correntes teóricas?

Existem múltiplas teorias válidas no campo da Psicologia, caracterizando-se como uma Ciência bastante complexa. As correntes teóricas são bastante variadas e foram desenvolvidas em épocas específicas, atendendo às necessidades e às condições daquele momento sociocultural.

Deste modo, as várias teorias da Psicologia possuem contribuição relevante para sua compreensão e para o embasamento das práticas profissionais.



O curso prioriza disciplinas das Ciências Humanas ou das Biológicas?

Por que tem estatística na grade curricular?

No curso de Psicologia há disciplinas de outras áreas do conhecimento, importantes para dar base para o aprendizado da Psicologia.

Algumas são das Ciências Humanas, como Sociologia, Filosofia e Antropologia.

Outras provenientes das Ciências Biológicas, como Etologia, Psicofisiologia, Neuroanatomia.

Das Ciências Exatas são ofertadas as disciplinas do campo da Estatística e Psicometria, que são imprescindíveis para a compreensão das pesquisas e dos procedimentos de investigação científica.



A Psicologia atua exclusivamente com pessoas em sofrimento mental?

A Psicologia não é voltada apenas para cuidar de pessoas em sofrimento, embora esse seja seu principal público nas situações de tratamento. Ela também é preventiva em relação à saúde mental, à qualidade de vida, objetivando promover autoconhecimento, desenvolver recursos, habilidades e competências de autogestão da vida.

O profissional de Psicologia atua na avaliação e intervenção sobre aspectos psicossociais tanto em âmbito individual quanto grupal ou coletivo/social em diferentes níveis: promoção em saúde, prevenção e tratamento.



Quais os atributo(s) ou habilidade(s) essencial(is) para a profissão de psicólogo?

Existem algumas habilidades necessárias para a atuação do profissional de Psicologia independente da área profissional de escolha. Algumas qualidades (que podem/devem ser desenvolvidos) se referem à relação com o cliente/paciente, por exemplo: abertura ao outro, disposição ao contato humano, empatia, escuta ativa e imparcial, paciência, resiliência, autocontrole, sensibilidade, altruísmo, habilidades de comunicação (clareza, assertividade, foco, objetividade), autopercepção, persistência, dedicação, desejo de ajudar.

No âmbito do desenvolvimento pessoal é preciso curiosidade, autopercepção e autoconhecimento. Para garantir padrões de qualidade no atendimento é preciso gostar de ler, ter boa capacidade de compreensão e interpretação, pensar e trabalhar na interdisciplinaridade com outras áreas, curiosidade, conhecimento e habilidade para analisar e interpretar dados e informações advindas de instrumentos psicológicos, além da capacidade de observação a partir de uma distância ótima.



Quais os atributo(s) ou habilidade(s) essencial(is) para a profissão de psicólogo?

Para gerir sua formação serão necessárias habilidades empreendedoras, ou seja, gerir e administrar seu próprio negócio ou a organização que trabalha, com foco na autogestão, compromisso ético, pensamento/senso crítico e consciência social e de classe profissional. É importante destacar que esses atributos são desenvolvidos ao longo da vida, alguns mais, outros menos, a depender da situação, do cenário ou contexto de trabalho, sobretudo em função das características pessoais do profissional.

Psicologia dá dinheiro?

Assim como qualquer profissão, o retorno salarial varia de acordo com a área de atuação, com as especializações que a pessoa realiza após a graduação, dedicação, tempo de formação, local, cidade e muito trabalho!



Quais são as formas de remuneração do profissional de Psicologia?

Cada área da Psicologia possui uma remuneração específica, inclusive o Conselho Federal de Psicologia (CFP) publica uma tabela de referência para atualização dos valores dos honorários relativos aos serviços prestados pelas/os psicólogas/os autônomas/os. (https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2019/08/SINDPSI_FENAPSI_TABELA_ATUALIZADA_Junho_2019_5.pdf).

Entretanto, o valor estabelecido por cada profissional pode variar muito, visto que isso depende de outros fatores, como tempo de formação, especializações, experiência clínica, reconhecimento profissional, e demanda de pacientes. No geral, é necessário grande investimento no início da carreira até o reconhecimento financeiro se tornar suficiente para sua sustentação na atualidade.



O psicólogo recebe reconhecimento financeiro suficiente para manutenção de seus gastos pessoais e familiares?

A Psicologia tem aumentado seu prestígio e conseqüentemente seu retorno financeiro, mas isso também é muito relativo. Ainda existem muitos preconceitos que fazem com que as pessoas e instituições sejam reticentes em buscar ajuda psicológica. Ao mesmo tempo, as velozes mudanças, inclusive derivadas da pandemia Sars-Cov-2, têm servido para mostrar a importância dos psicólogos e de outros profissionais da Saúde.



O que é necessário para ter sucesso na profissão de Psicologia?

Para obter sucesso em qualquer área de atuação e profissão, é preciso se dedicar a uma formação continuada (pós-graduação) e investir em *networkings* (contato com pessoas que podem auxiliar profissionalmente). Ter autocuidado, dedicação e empenho, continuar estudando e sempre se atualizando, ter supervisão de casos e atividades com troca de conhecimentos e experiências com outros profissionais, praticar a autoconfiança, capacidade criativa de resolução de problemas, resiliência e trabalhar muito.

É importante também sempre estar desenvolvendo competências desejáveis, como técnicas específicas da área (com rigor técnico-científico) e alguns conhecimentos de áreas afins (para melhor diálogo interprofissional), competências socioemocionais (com destaque para empatia, ética e habilidades interpessoais), atitude proativa, compromisso social e ético.



Qual o impacto das tecnologias da informação e comunicação na atuação profissional da Psicologia?

As áreas tradicionais da Psicologia continuam funcionando na contemporaneidade. Porém, existem subáreas em desenvolvimento e que envolvem, por exemplo, atendimentos mediados por plataformas digitais. Tais áreas envolvem a clínica psicológica e a avaliação psicológica, bem como a psicologia da saúde, hospitalar, escolar, jurídica forense, social, psicopedagogia e orientação profissional, entre outras. Assim, as inovações tecnológicas tendem a ser úteis como ferramentas do trabalho cotidiano.

Os psicólogos estão autorizados pelo Conselho Federal de Psicologia a realizar atendimento a distância, com o uso de sistemas de comunicação on-line (<https://e-psi.cfp.org.br/>), ferramenta que se mostrou útil durante a pandemia de Sars-Cov-2.



Qual o impacto das tecnologias da informação e comunicação na atuação profissional da Psicologia?

As perspectivas são de continuidade dessa modalidade de atendimento remoto para maior acesso da população a tratamentos, em cidades com muito tráfego e dificuldades na mobilidade, assim como para moradores de cidades de pequeno porte ou lugares afastados. O atendimento mediado por plataformas digitais é uma ferramenta de apoio para o tratamento de diversas necessidades humanas.

O atendimento presencial segue como prática clínica consolidada e importante modalidade de exercício da profissão em tempos de condições sanitárias normais. Além disso, o atendimento presencial supera restrições do atendimento a distância comumente relatadas por pacientes e psicólogos.



Quais os principais desafios que a Psicologia enfrenta?

O imediatismo na contemporaneidade tem levado as pessoas para a busca por soluções rápidas, ao clique dos dedos, dificultando investimento de tempo em processos realizados em longo prazo, como na Psicologia em geral, visto que não há poucos passos ou poções mágicas para solucionar dificuldades ou complexas demandas da vida cotidiana das pessoas.

É preciso cuidado para avaliar os serviços tecnológicos oferecidos em Psicologia, visto que existe oferta de curas milagrosas em tratamentos e abordagens de profissionais sem formação e sem vínculos com o conhecimento produzido em saúde mental. Alguns receitam curas, com remédios ou não, divulgados na internet, sem base em evidências científicas. Cabe ao profissional da Psicologia alertar sobre esses riscos e atuar com base no código de ética profissional.



Quais os principais desafios que a Psicologia enfrenta?

Outro problema para a Psicologia se refere ao aumento da informalidade do mercado de trabalho e a entrada de novos atores (outros profissionais), que não cursaram graduação na área. Além disso, os recursos humanos vinculados a órgãos públicos, responsáveis por cerca da metade das contratações atuais de psicólogos, deverão ser reduzidos nos próximos anos, em função do teto dos gastos governamentais, afetando as oportunidades de trabalho formal.

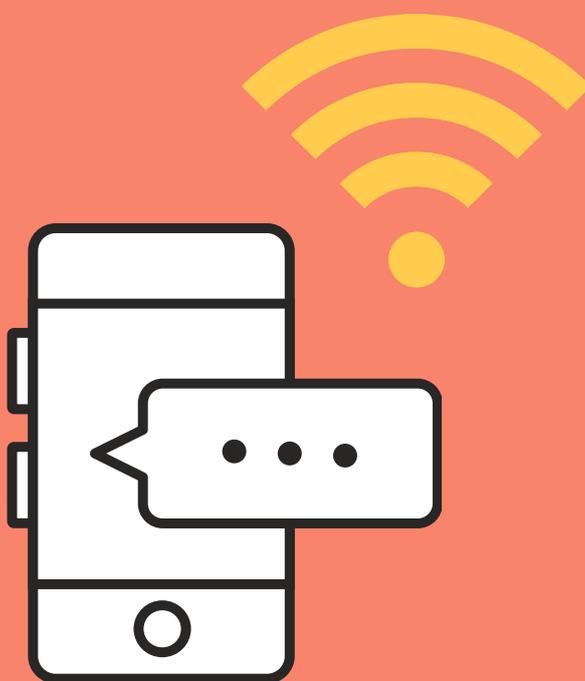
Por outro lado, as atuais crises sanitária e econômica evidenciaram o oposto, a necessidade de mais e melhores serviços públicos na saúde e na educação, como forte demanda da população. Além, disso, a Psicologia será desafiada, cada vez mais, a apoiar a população inquieta e angustiada.



Quais os principais desafios que a Psicologia enfrenta?

De acordo com Organização Mundial da Saúde (OMS), a depressão será a doença mental mais incapacitante do planeta.

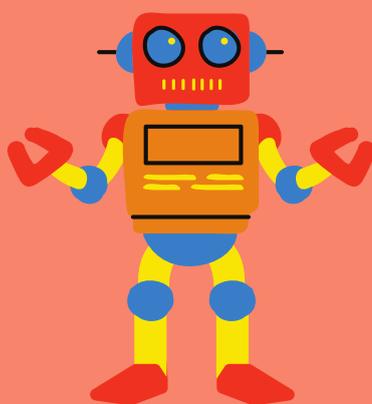
Por sua vez, com a revolução digital (4.0) a sociedade vive a era do desalento, na busca por alternativas de sobrevivência física e mental, em um cenário caótico, mas propício para a criação de oportunidades para as/os psicólogas/os trabalharem em ações individuais e coletivas. Nesse cenário, o próprio psicólogo precisará aprender a lidar com as diversidades e as adversidades em suas práticas profissionais, pautadas pela Ciência.



A Psicologia é uma profissão de/do futuro?

Sim, a Psicologia é e será necessária a fim de atender as demandas pessoais e sociais diante das mudanças que estamos vivendo e das futuras que estão por vir. Enquanto houver pessoas no mundo, haverá necessidades humanas que podem envolver sofrimento e questões psíquicas que precisam ser resolvidas. Por isso, a Psicologia tem se tornado cada vez mais requisitada frente aos indicadores de adoecimento e sofrimento mental da população, devido a trabalhos excessivos, ao uso abusivo das tecnologias e as redes sociais, relacionamentos prejudiciais, isolamento (não só na pandemia), dentre outros.

Portanto, nenhum robô irá substituir uma pessoa no papel de compreender as mais distintas e específicas emoções e comportamentos humanos, bem como para impulsionar resultados, em empresas e no esporte, por exemplo.



A Psicologia é uma profissão de/do futuro?

A Psicologia segue importante no presente e continuará no futuro, pois a capacidade de gerar respostas para inquietações humanas, angústias e sofrimento, em ricas interações humanas baseadas na empatia, constitui o cerne do trabalho das/os psicólogas/os.

Em tempos de inteligência artificial, por mais que possa existir um robô programado a dar respostas com base em um amplo repertório (visto que conhecimento não será problema para armazenamento e controle dos algoritmos), a máquina não será capaz de qualquer empatia e relação humana rica e aprofundada compatível com as necessidades humanas.

