

USP

VOCÊ SABIA?



**MITOS E FATOS
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

Você sabia? : mitos e fatos sobre a Psicologia / organização e autoria Lucy Leal Melo-Silva ... [et al.] ; colaboradores Sonia Regina Pasian, Eduardo Name Risk. – Ribeirão Preto : FFCLRP/USP, 2020.
27 p.

1. Psicologia. I. Melo-Silva, Lucy Leal. II. Pasian, Sonia Regina. III. Risk, Eduardo Name. IV. Título: Mitos e fatos sobre a Psicologia.

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



VOCÊ SABIA?

A Sociedade Brasileira de Psicologia (SBP), uma das associações científicas de Psicologia mais importantes do Brasil, foi criada em 1971 por alunos e professores do curso de Psicologia - USP Ribeirão Preto.

Para conhecer a SBP acesse o link:

<https://www.sbponline.org.br/>

VOCÊ SABIA?

O curso de Psicologia - USP Ribeirão Preto é o segundo mais concorrido do campus.

VOCÊ SABIA?

O Departamento de Psicologia e o Programa de Pós-graduação em Psicologia publicam um dos mais conceituados periódicos da Psicologia brasileira: a Paideia.

Para conhecer a Paideia acesse o link:

https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_serial&pid=0103-863X&lng=pt&nrm=iso

VOCÊ SABIA?

A Associação Brasileira de Rorschach e Métodos Projetivos (ASBRo) foi fundada em 1993 por professores do curso de Psicologia da USP de Ribeirão Preto.

Para conhecer a ASBRo acesse o link:

<https://www.asbro.org.br/>

VOCÊ SABIA?

A Revista Brasileira de Orientação Profissional (RBOP) esteve sediada no Departamento de Psicologia.

Para conhecer a RBOP acesse o link:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_serial&pid=1679-3390&lng=pt&nrm=iso

VOCÊ SABIA?

Que o campus de Ribeirão Preto tem boa qualidade de vida e ocupa área de uma fazenda de café que foi desapropriada pelo Governo do Estado de São Paulo para fins educacionais na década de 1940.

Para conhecer a história do campus da USP Ribeirão Preto acesse o link:

<https://jornal.usp.br/campus-ribeirao-preto/da-fazenda-de-cafe-a-centro-de-excelencia-em-ensino-e-pesquisa/>



MITOS X FATOS

Reunimos alguns MITOS a respeito da PSICOLOGIA e mostramos os FATOS

O que é um mito?

É uma narrativa de caráter simbólico-imagético, ou seja, o mito não é uma realidade independente, mas evolui com as condições históricas e étnicas relacionadas a uma dada cultura, que procura explicar e demonstrar, por meio da ação e do modo de ser das personagens, a origem das coisas.

Há mitos acerca da PSICOLOGIA. Assim, com o objetivo de esclarecer alguns mitos sobre o curso, o psicólogo e os campos de atuação, elaboramos este e-book.

Eles podem ser úteis para você que vai cursar Psicologia ou para quem pensa em consultar o profissional psicólogo.



SOBRE O CURSO DE PSICOLOGIA

MITO

Psicologia é um curso para quem não tem problemas.
O psicólogo precisa ser um perfeito exemplo para o paciente.

FATO

Como qualquer pessoa, o estudante de Psicologia pode enfrentar dificuldades e problemas em sua vida pessoal, justamente por isso ele também precisa se cuidar.

Fazer psicoterapia é uma recomendação para qualquer pessoa a fim de diminuir os impactos das questões pessoais nos relacionamentos interpessoais, no desempenho acadêmico e nas futuras atividades profissionais independentemente da profissão e da área de atuação, aspectos que podem mudar ao longo da vida.



SOBRE O CURSO DE PSICOLOGIA

MITO

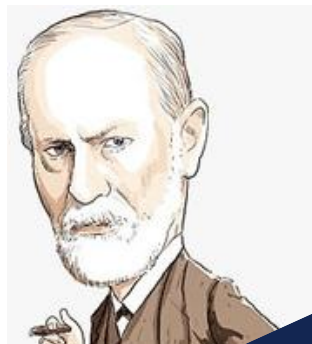
Todo aluno de Psicologia é fã de Freud.

FATO

Freud é o pai da Psicanálise, que é uma das abordagens históricas da Psicologia bem divulgada em filmes, revistas e nas mídias em geral. No curso de Psicologia da USP-Ribeirão Preto os alunos têm a oportunidade de conhecer várias Escolas da Psicanálise tanto nas disciplinas quanto nos estágios. Caso tenham interesse, após a graduação, podem se dedicar à formação complementar em Psicanálise organizada por institutos, associações profissionais e núcleos.

No caso da USP-Ribeirão Preto, durante o curso de graduação são apresentadas várias abordagens psicológicas ao estudante (Análise Experimental do Comportamento, Cognitivo-Comportamental, Psicanálise, Psicologia Analítica - Jung, Abordagem Centrada na Pessoa - Rogers, Abordagens Fenomenológicas, Construcionismo Social, dentre outras) conforme atesta a pluralidade da grade curricular do curso.

Os cursos de Psicologia diferem na oferta de disciplinas e estágios em função das ênfases adotadas, mas há uma base comum recomendada pelas Diretrizes Curriculares Nacionais (DCNs) dos Cursos de Graduação em Psicologia.



SOBRE O CURSO DE PSICOLOGIA

MITO

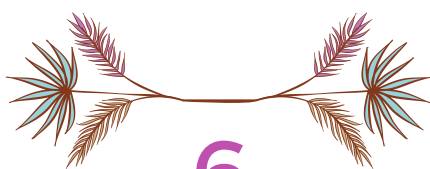
O curso focaliza mais disciplinas relacionadas à área clínica.

FATO

Psicologia é um curso amplo, não sendo restrito à clínica. Considerando os contextos de atuação profissional, pode-se afirmar que há quatro grandes áreas: (a) saúde e clínica (b) escolar e educacional, (c) organizacional e trabalho, e (d) social e comunitária.

Há campos de atuação nos quais as áreas se interrelacionam, como, por exemplo, orientação profissional, avaliação psicológica, psicologia jurídica, psicologia ambiental, etnopsicologia, psicologia do esporte, entre outros campos de aplicação. No curso de Psicologia da USP Ribeirão Preto as principais abordagens e campos de atuação do psicólogo são apresentadas.

Como há muitas possibilidades de atuação, após se formar, é importante que o aluno busque aprofundar seu conhecimento em uma área específica e que esteja aberto às inovações. Considerando as transições no mundo do trabalho, é possível que mais de uma especialidade seja cursada na educação contínua após o término da graduação. Para lidar com os novos desafios é preciso “aprender a aprender” ao longo da trajetória de vida e carreira.



SOBRE O CURSO DE PSICOLOGIA

MITO

Alunos de Psicologia precisam gostar de criança.

FATO

Durante a graduação o estudante terá experiência com diversos públicos, inclusive o infantil. Não é necessário amar demasiadamente crianças para fazer um bom trabalho. Durante a formação é preciso que o estudante seja empático e use de forma adequada os conhecimentos adquiridos, independentemente da faixa etária da população atendida.

Depois de formado, o aluno poderá decidir em qual área e com qual público pretende atuar, observando as oportunidades do mercado de trabalho. A construção da carreira se faz ao longo da vida com estudo, treino, contato constante com colegas da profissão e com a capacidade de observar os problemas que afligem as pessoas no século XXI para que o profissional seja capaz de ofertar intervenções eficazes, com base científica e eticamente respaldadas.



SOBRE O CURSO DE PSICOLOGIA

MITO

Psicologia é um curso fácil, nem usa matemática.

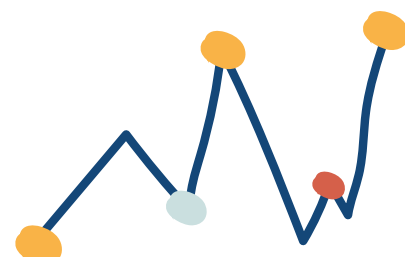
FATO

Durante a graduação há aulas de Estatística e Psicometria (área que usa conhecimentos da matemática e estatística para sistematizar informações sobre características psicológicas) e tais conhecimentos são usados em muitos estudos desenvolvidos em Psicologia.

Você poderá fazer uso deste tipo de conhecimento em uma Iniciação Científica e ao elaborar uma monografia ao final do curso de Psicologia, caso seu estudo seja amparado em metodologia quantitativa.

Mas não se espante caso não seja íntimo dos números, pois, na maioria dos casos, programas computacionais hoje disponíveis realizam a maioria dos cálculos, desde que devidamente processados com o conhecimento e assessoria de especialistas.

O importante é você entender como as análises funcionam para interpretar os resultados das pesquisas relatadas nos artigos científicos e, assim, basear-se em evidências empíricas para definir procedimentos a serem utilizados na prática profissional. Um requisito no curso é que você precisará ler muito, na graduação e depois! A produção do conhecimento é dinâmica.



SOBRE O CURSO DE PSICOLOGIA

MITO

Psicologia é um curso só para quem tem dinheiro.

FATO

Nas UNIVERSIDADES PÚBLICAS, como é o caso da USP, o ensino não é pago, mas o aluno precisará manter suas despesas pessoais e compra de materiais e livros. Na USP há bolsas (de ensino, pesquisa e extensão universitária) e auxílios destinados à permanência dos alunos em situação de desvantagem socioeconômica, incluindo moradia e alimentação. Recomendamos que converse mais sobre esse assunto com os alunos e docentes do curso pretendido.

No caso das UNIVERSIDADES PRIVADAS há mensalidades e o valor pode variar muito, mas existem alternativas para o custeio em programas como Fundo de Financiamento Estudantil (FIES) e o Programa Universidade Para Todos (PROUNI).

Vale a pena pesquisar sobre esses programas e outros existentes nas universidades privadas, se for o caso.



SOBRE O PSICÓLOGO

MITO

Psicólogo não tem problemas (ou não deveria ter).

FATO

Psicólogo não é infalível, não é perfeito, não sabe tudo: é humano e suscetível às suas próprias limitações. Ele tem relacionamentos, vida pessoal, vida familiar, com maior ou menor grau de dificuldade e, por isso, precisa dedicar parte de seu tempo a aperfeiçoar-se como pessoa e profissional, para atuar em qualquer área, mas sobretudo caso decida trabalhar na área clínica e de saúde.

MITO

O Psicólogo adivinha e descobre tudo, parece que vê por meio de uma bola de cristal. Inclusive detecta mentiras.

FATO

Psicólogo faz observações do comportamento de pessoas e grupos, analisa e interpreta por meio da avaliação sistemática das pessoas e de seus problemas. Para isto, pode fazer uso de instrumentos psicológicos para a avaliação que incluem entrevistas, observações, escalas e testes psicológicos. Tudo baseado em estudos cientificamente validados. Assim a Psicologia se constitui como ciência e profissão.



SOBRE O PSICÓLOGO

MITO

Psicólogo resolve todos os nossos problemas.

FATO

O psicólogo oferece ferramentas, em diferentes cenários e contextos, que auxiliam no autoconhecimento, desenvolvimento de habilidades, resolução de conflitos, tomada de decisão, compreensão dos problemas, possibilitando à pessoa identificar, refletir e resolver suas próprias dificuldades de forma mais autônoma e consciente.

Cabe destacar que o atendimento psicológico não é garantia de que a pessoa consiga resolver “todos os seus problemas”, na verdade isso é praticamente impossível. O atendimento psicológico é útil para que a pessoa consiga administrar sua vida e “conviva melhor” com seus familiares, “ficantes”, namorado/a, marido, esposa, colegas da escola e de trabalho, entre outras pessoas e grupos.



SOBRE O PSICÓLOGO

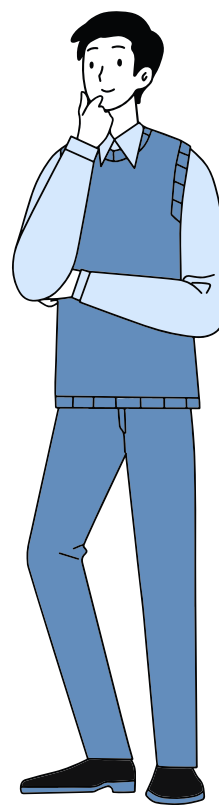
MITO

Só de olhar a pessoa e seus gestos o psicólogo consegue analisar uma pessoa.

FATO

Observação de gestos não é uma ciência. Não existem evidências que isso indique alguma informação objetiva sobre a pessoa. O psicólogo observa comportamentos e atitudes em determinando ambiente e com base em métodos científicos.

Além disso, psicólogos não “analisam” as pessoas o tempo todo. Eles não buscam interpretações nas entrelinhas ou fazem diagnósticos nos momentos de lazer. Na vida particular são pessoas, como todos os outros humanos, querendo socializar e se divertir.



SOBRE O PSICÓLOGO

MITO

Psicólogo só conversa, se eu quiser conversar chamo um amigo/a.

FATO

Psicologia é uma ciência, com base em estudos sobre o comportamento humano. Todo profissional atua de acordo com uma das abordagens psicológicas já consolidadas e com evidências científicas.

A conversa e escuta psicológica fundamentam-se em determinada abordagem teórico-prática com a finalidade de promover o atendimento psicológico, modalidade de atuação que difere das relações de sociabilidade que mantemos com amigos, familiares e colegas de trabalho.



SOBRE O PSICÓLOGO

MITO

Psicólogo só aplica testes.

FATO

A avaliação psicológica é apenas umas das possibilidades de atuação do psicólogo. Cabe ao profissional decidir se deseja ou não e em qual situação usar um teste psicológico. Além disso, ele é um complemento de outras técnicas aprendidas e aplicadas pelo psicólogo nos seus mais diversos campos de atuação. Ele pode usar instrumentos validados pelo Conselho Federal de Psicologia por meio do Sistema de Avaliação de Testes Psicológicos (SATEPSI), além de pesquisar e construir novos instrumentos psicológicos.

Os testes psicológicos são instrumentos de avaliação ou mensuração de características psicológicas, constituindo-se um método ou uma técnica de uso privativo do psicólogo, em decorrência do que dispõe o § 1º do art. 13 da lei no 4.119/62, que regula a profissão.



SOBRE O PSICÓLOGO

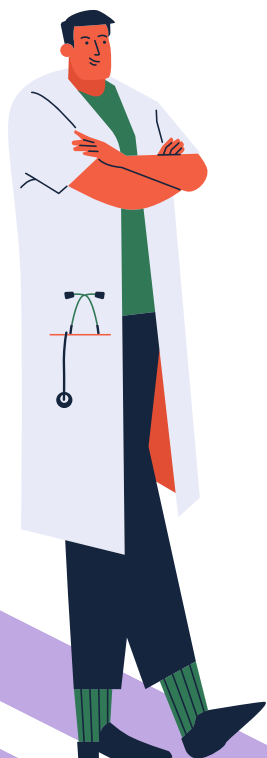
MITO

Psicólogo, Psiquiatra e Psicanalista são a mesma coisa.

FATO

O Psicólogo é quem se gradua em Psicologia, podendo se especializar ou não em Psicanálise. 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.

Já o Psiquiatra é aquele que se gradua em Medicina e cursa residência médica em Psiquiatria. Legalmente, apenas o psiquiatra, por ser médico, pode prescrever remédios.



SOBRE O PSICÓLOGO

MITO

Se o psicólogo não passou pela mesma situação que eu, ele não está apto para me compreender.

FATO

A formação do psicólogo é bastante ampla e fundamentada, o que permite que ao fim da graduação ele consiga compreender mais sobre o comportamento humano, mesmo sendo complexo e repleto de particularidades. Isso é visto por meio de diversas perspectivas teóricas.

Além da teoria, o psicólogo também aprende na prática. As diversas disciplinas práticas, estágios, atendimentos e supervisões ampliam seu conhecimento e o tornam apto para lidar com demandas distintas mesmo que não as tenha vivenciado pessoalmente.

O cinema, a literatura, dentre outras expressões artísticas, são importantes fontes de reflexão e de aproximação do psicólogo às variadas formas de vida e de sofrimento humano, esta formação cultural é importante para o exercício profissional não apenas do psicólogo como também de qualquer profissional/cidadão brasileiro.



SOBRE A ATUAÇÃO PROFISSIONAL

MITO

Vou buscar psicoterapia para tomar remédio.

FATO

Psicólogos não prescrevem medicação. Os responsáveis por este trabalho são os médicos e, no campo das dificuldades psicológicas, os psiquiatras. O fato de o psicólogo não prescrever medicação não impede que o paciente faça tratamento conjunto com o psicólogo e o psiquiatra (dentre outros médicos). Em alguns casos, os dois tipos de tratamentos são indicados e são de natureza complementar.

MITO

A Psicoterapia cria dependência e nunca acaba.

FATO

Psicoterapia é uma escolha que deve partir da pessoa. Ninguém pode ser obrigado a fazer psicoterapia. Um de seus objetivos é tornar o cliente ou paciente capaz de resolver seus problemas. Assim, tem início e término, mas sua duração depende de inúmeros fatores, como o objetivo do paciente e de seu próprio desenvolvimento ao longo da intervenção.



SOBRE A ATUAÇÃO PROFISSIONAL

MITO

Psicologia é estritamente da área clínica/consultório

FATO

Existem muitos campos de atuação na Psicologia. A Sociedade Brasileira de Psicologia, criada na USP de Ribeirão Preto,, estabelece as seguintes áreas : Psicologia Escolar/Educacional; Psicologia Organizacional e do Trabalho; Psicologia de Trânsito; Psicologia Jurídica; Psicologia do Esporte; Psicologia Clínica; Psicologia Hospitalar; Psicopedagogia; Psicomotricidade; Psicologia Social; Neuropsicologia.

Mas você não precisa se limitar a essas opções, atualmente existem inúmeras possibilidades para a atuação em diferentes contextos e cenários. Recomendamos que aproveite bem a graduação e busque novos conhecimentos ou áreas acompanhando a evolução científica da Psicologia



SOBRE A ATUAÇÃO PROFISSIONAL

MITO

Só pessoas problemáticas, fracas ou loucas procuram o psicólogo.

FATO

Qualquer pessoa que deseja se conhecer melhor (autoconhecimento), elaborar e criar novas possibilidades de vida a partir da resolução de seus conflitos, problemas ou sofrimento está apta a fazer psicoterapia. Buscar um profissional qualificado devidamente graduado nesta área é a única condição para isto. Por isso pesquise sobre o profissional.

MITO

Fs.
Falar é o que resolve os problemas psicológicos.
Minha amiga é minha psicóloga, ela me ouve.

FATO

A sensação de ser “escutado”, de ter um espaço para falar sobre o problema é bastante reconfortante. Porém, muitas pessoas confundem o alívio imediato que pode trazer falar sobre um problema com sua solução, fator que envolve uma série de componentes, etapas, habilidades e técnicas aplicadas pelo psicólogo com base em sua formação profissional.



SOBRE A ATUAÇÃO PROFISSIONAL

MITO

Psicologia não dá dinheiro.

FATO

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).

Os sindicatos estaduais também publicam tabelas de honorários. Entretanto, o valor estabelecido por cada profissional pode variar muito, pois depende de outros fatores, como tempo de formação, especializações, experiência clínica, reconhecimento profissional, demanda de pacientes. No geral, é necessário um investimento bem grande no início da carreira até o reconhecimento financeiro se tornar suficiente para sua sustentação na atualidade.



SOBRE A ATUAÇÃO PROFISSIONAL

MITO

Pobre não vai em psicólogo. Isso é um luxo.

FATO

Muitos psicólogos clínicos fazem atendimento social para quem não consegue pagar o preço habitual. O valor da sessão pode ser negociado. Além disso, diversos cursos de Psicologia oferecem atendimento gratuito ou com valor social em suas Clínicas-Escola.

Também existem os atendimentos oferecidos por órgãos públicos ligados ao SUS (Sistema Único de Saúde) tais como Unidades Básicas de Saúde, Programa Saúde da Família (PSF), Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), Ambulatórios e hospitais, e ligados ao SUAS (Sistema Único de Assistência Social) tais como o Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) e o Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS), assim como em diversas Organizações Não Governamentais (ONGs). Você poderá trabalhar nesses contextos, procure conhecer os trabalhos.

Recomendamos que busque mais informações em sua cidade.



SOBRE A ATUAÇÃO PROFISSIONAL

MITO

Todo atendimento clínico é igual.

FATO

Existem diversas abordagens clínicas em Psicologia. Além disso, após a entrevista inicial que pode durar mais de uma sessão, o psicólogo apresenta à pessoa sua abordagem e como funcionará o atendimento, duração das sessões, valor e ambos decidirão se esta modalidade de atendimento é a mais indicada para sua situação.

O atendimento clínico pode ser também oferecido por órgãos públicos de modo gratuito. No entanto, seu formato e duração são diferentes conforme a característica e objetivo do serviço de saúde onde o psicólogo executa suas atribuições profissionais.

A relação terapêutica é muito importante para o bom desenvolvimento da psicoterapia, portanto o cliente ou paciente deve sentir que o psicólogo lhe transmite segurança, clareza e confiança. No caso do consultório particular, se não gostou de um profissional, tudo bem, busque outro. Peça indicações para conhecidos ou profissionais da saúde. A relação de confiança pautada na ética é fundamental.



SOBRE A ATUAÇÃO PROFISSIONAL

MITO

Psicólogo em empresa só faz recrutamento e seleção.

FATO

São diversas as atuações de um psicólogo organizacional, embora a atuação mais conhecida seja na área de Gestão de Pessoas (“Recursos Humanos”).

Alguns dos objetivos de atuação do psicólogo organizacional são aumentar e manter a qualidade de vida no trabalho por meio de diferentes ferramentas, dentre elas: apoio na realização de pesquisa de clima organizacional, estudos das condições favoráveis para o trabalho, programas de qualidade de vida, desenvolvimento pessoal e de preparação para aposentadoria.

Atualmente, muitas empresas contratam consultorias para lidar com demandas específicas nas várias etapas de uma carreira profissional.



SOBRE A ATUAÇÃO PROFISSIONAL

MITO

Psicólogo escolar só serve para diagnosticar e tratar de "alunos problemáticos".

FATO

O psicólogo escolar apresenta variadas possibilidades de atuação dentro de uma instituição de ensino que vão além do diagnóstico e tratamento de possíveis transtornos e dificuldades de aprendizagem.

Algumas das suas funções são: avaliar a instituição, acolher os professores, acompanhar o aluno em suas dificuldades acadêmicas e pessoais, atender os pais, analisar as demandas pedagógicas e o modo como fatores ambientais, afetivos e cognitivos podem afetar o aprendizado e as relações humanas.



SOBRE A ATUAÇÃO PROFISSIONAL

MITO

Dúvidas de carreira são resolvidas com teste vocacional.

FATO

Não existe “teste vocacional”. As decisões de carreira são facilitadas em atendimentos de Orientação Profissional e de Carreira, um campo de atuação do psicólogo direcionado a adolescentes, em primeira escolha; universitários em transição da escola para o trabalho; adultos em aconselhamento de carreira durante o ciclo de vida de trabalho e em planejamento para a aposentadoria.

O processo é desenvolvido em encontros, individuais ou grupais, em números maiores ou menores de sessões, nas quais são realizadas diferentes atividades. Testes podem ser utilizados, entre eles os que avaliam os interesses, os níveis de maturidade ou adaptabilidade de carreira, a autoeficácia para escolha, entre outras dimensões psicológicas.

Por esse motivo, popularmente se fala em “teste vocacional”, o que na realidade engloba um conjunto de técnicas e ferramentas que o profissional seleciona a depender das características e demandas da pessoa ou grupo atendidos para a realização da avaliação psicológica e da intervenção.

Nesse processo, é importante refletir sobre si mesmo, sua história de vida (passada e presente), valores e interesses para que você possa pensar e ensaiar projetos a serem construídos atribuindo sentidos aos estudos e às possibilidades de trabalho no futuro.

**Em caso de dúvidas, procure um
psicólogo/orientador profissional.**