

UNIP – UNIVERSIDADE PAULISTA

AMANDA BRAGION

**A PERCEPÇÃO DO ESTRESSE OCUPACIONAL A PARTIR DE UM
REFERENCIAL CONSTRUTIVISTA COGNITIVO: DIAGNÓSTICO INTERVENTIVO**

RIBEIRÃO PRETO/SP

2025

AMANDA BRAGION

**A PERCEPÇÃO DO ESTRESSE OCUPACIONAL A PARTIR DE UM
REFERENCIAL CONSTRUTIVISTA COGNITIVO: DIAGNÓSTICO INTERVENTIVO**

Dissertação apresentada ao Programa de Mestrado Profissional em Práticas Institucionais em Saúde Mental da Universidade Paulista – UNIP para obtenção do título de Mestre.

Orientador: Prof. Dr. Paulo Eduardo Benzoni

Coorientador: Prof. Dr. Juan Orlando Yáñez Montecinos

RIBEIRÃO PRETO/SP

2025

**Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca Setorial da UNIP
Campus Ribeirão Preto**

B813p Bragion, Amanda
A percepção do estresse ocupacional a partir de um referencial
construtivista cognitivo: diagnóstico interventivo. / Amanda Bragion. --
Ribeirão Preto: Universidade Paulista, 2025.
187 f. il.:

Orientador: Prof. Dr. Paulo Eduardo Benzoni
Coorientador: Prof. Dr. Juan Orlando Yáñez Montecinos
Dissertação (Mestrado) – Programa de Mestrado Profissional
em Práticas Institucionais em Saúde Mental, Universidade Paulista

1. Estresse. 2. Estresse ocupacional. 3. Neuropsicologia.
4. Construtivismo.

CDU 159.944

Bibliotecária: Tatiane Rosa de Paula. CRB: 8/8919

DEDICATÓRIA

À minha mãe, cujos olhos, os mais brilhantes e cheios de orgulho que já vi, me guiaram mesmo do céu. Sua luz me deu força e proteção, e hoje sei que aquele olhar está novamente brilhando por mim.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, inicialmente, ao Professor Doutor Paulo Eduardo Benzoni, que não só me orientou de modo exímio e irretocável, com maestria e dedicação ímpar, mas também me abriu caminhos, tornou-os ladrilhados, e ensinou lições que transcendem a prática de pesquisa. Sua paciência e amizade foram fundamentais em cada etapa desta jornada. Seu dinamismo, sensibilidade e sabedoria são fonte de inspiração, há mais de uma década, para o meu crescimento profissional e pessoal.

Estendo minha gratidão ao meu coorientador, Professor Doutor Juan Orlando Yáñez Montecinos que, com sua fértil colaboração, me trouxe conhecimentos valiosos que enriqueceram este trabalho e contribuiu de modo ímpar para a minha formação.

Também agradeço aos meus familiares e amigos que nesses dois anos esperaram pacientemente por mim e compreenderam, generosamente, minha ausência e foram combustível para que eu chegasse à conclusão deste trabalho.

RESUMO

O estresse tem se tornado um assunto de suma importância no mundo atual e diversas áreas científicas buscam contribuir com o tema levantando formas diferentes de mensurá-lo. A abordagem construtivista cognitiva de psicoterapia baseia-se na construção do sujeito a partir das experiências individuais e dos ambientes em que ele está inserido e propõe processos de desestruturação e reestruturação que favorecem uma reorganização mais consoante e homeostática de cada processo subjetivo. Entende-se que as tramitações de resposta de estresse acompanham os momentos de desestruturação e, por meio da autopoiese, o organismo se reestrutura em estágios superiores, aumentando as possibilidades de lidar de maneira saudável com os estressores. Esta pesquisa teve o objetivo de desenvolver um modelo de diagnóstico interventivo do estresse ocupacional, fundamentado na neuropsicologia e na psicologia construtivista cognitiva. Foram desenvolvidos quatro estudos de caso de adultos que se percebiam enfrentando um nível elevado de estresse, identificado como advindo do trabalho. Aos participantes, foi aplicada uma bateria de instrumentos diagnósticos composta por Inventário de Percepção de Estresse e Estressores de Benzoni (IPEEB), Escala Brasileira de Burnout (EBBurn), Escala de Avaliação de Disfunções Executivas de Barkley – versão curta (BDEFS), Bateria Online de Inteligência Emocional/Escala de Regulação Emocional (BOLIE), Escala de Responsividade Social (SRS-2), Teste de Matrizes de Viena-2 (WMT-2) e Sistema de Avaliação por Performance no Rorschach (R-PAS). Após a avaliação das técnicas diagnósticas, foi realizada uma sessão para devolutiva orientativa dos achados, com o objetivo de compreender melhor os resultados apurados. Na sequência, foram realizadas três sessões com o objetivo de se trabalhar os conteúdos pertinentes ao estresse e trabalho, com a utilização das técnicas desenho-estória-temático, rebiografia simbólica e árvore do resgate. Observou-se que, no conjunto de casos, o caminho percorrido com as técnicas ao longo de seis sessões possibilitou um movimento de desestruturação-reestruturação que culminou em maior autopercepção da dinâmica estressora particular, melhora inicial do quadro de esgotamento e direcionamento para ampliar o autocuidado de cada participante. Também foi observado que o estresse, mesmo que identificado como de origem ocupacional, envolve diferentes esferas do campo fenomenológico do sujeito e, assim, necessita ser trabalhado com um olhar ampliado, para além do contexto laboral. Os resultados se apresentaram promissores ao comporem um modelo de psicodiagnóstico interventivo do estresse, uma vez que favoreceu uma melhora substancial nos casos trabalhados. A metodologia de psicodiagnóstico interventivo que foi desenvolvida é disponibilizada em formato de guia orientativo para profissionais de psicologia, sendo útil para atendimentos em situações pontuais de estresse identificados como advindos do trabalho.

Palavras-chave: Estresse. Estresse ocupacional. Neuropsicologia. Construtivismo.

ABSTRACT

Stress has become a matter of great importance in today's world, and several scientific fields have sought to contribute to the topic by developing different ways to measure it. The cognitive constructivist approach to psychotherapy is based on the construction of the individual through their personal experiences and the environments in which they are embedded. It proposes processes of deconstruction and reconstruction that promote a more coherent and homeostatic reorganization of each subjective process. It is understood that stress response mechanisms accompany moments of deconstruction and, through autopoiesis, the organism restructures itself at higher levels, increasing the ability to deal with stressors in a healthier manner. This research aimed to develop an interventional diagnostic model for occupational stress, grounded in neuropsychology and cognitive constructivist psychology. Four case studies were conducted with adults who perceived themselves as experiencing high levels of stress identified as work-related. Participants were administered a battery of diagnostic instruments, including the *Benzoni Stress and Stressors Perception Inventory* (IPEEB), the *Brazilian Burnout Scale* (EBBurn), the *Barkley Deficits in Executive Functioning Scale – Short Form* (BDEFS), the *Online Emotional Intelligence Battery/Emotional Regulation Scale* (BOLIE), the *Social Responsiveness Scale* (SRS-2), the *Vienna Matrices Test-2* (WMT-2), and the *Rorschach Performance Assessment System* (R-PAS). After assessing the diagnostic results, a feedback session was held to discuss and clarify the findings. Subsequently, three sessions were conducted to address stress- and work-related content using the techniques *thematic story-drawing*, *symbolic rebiography*, and *rescue tree*. Across the cases, it was observed that the six-session process enabled a movement of deconstruction and reconstruction that resulted in greater self-awareness of each participant's unique stress dynamics, initial improvement in burnout symptoms, and guidance toward enhanced self-care. It was also observed that stress, even when identified as occupational in origin, involves multiple spheres of the individual's phenomenological field and therefore must be approached from a broad perspective, beyond the work context. The results proved promising in composing an interventional psychodiagnostic model for stress, as it fostered substantial improvement in the cases studied. The interventional psychodiagnostic methodology developed in this research is presented as a practical guide for psychology professionals and can be useful in addressing specific cases of stress identified as work-related.

Keywords: Stress. Occupational stress. Neuropsychology. Constructivism.

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	10
1 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	11
1.1 O estresse e a percepção do estresse.....	11
1.2 O dinamismo da neuropsicologia	14
1.3 A percepção pela ótica da neuropsicologia e do construtivismo	18
1.4 O estresse e sua vertente ocupacional	24
1.5 O construtivismo e a percepção de estresse	26
2 OBJETIVOS	31
2.1 Objetivo geral	31
2.2 Objetivos específicos	31
3 MÉTODO	32
3.1 Participantes	33
3.2 Instrumentos	34
3.3 Procedimento de coleta de dados.....	37
3.4 Procedimento de análise de dados	40
4 RESSALVAS ÉTICAS	41
5 RESULTADOS.....	42
5.1 Resultados da análise das entrevistas.....	43
5.2 Resultados da análise dos casos	46
5.2.1 Apresentação do caso 1	46
5.2.1.1 Síntese interpretativa do momento 1	49
5.2.1.2 Síntese interpretativa do momento 2.....	50
5.2.1.3 Síntese interpretativa final do caso	51
5.2.2 Apresentação do caso 2	53
5.2.2.1 Síntese interpretativa do momento 1	55
5.2.2.2 Síntese interpretativa do momento 2.....	56
5.2.2.3 Síntese interpretativa final do caso	57
5.2.3 Apresentação do caso 3	59
5.2.3.1 Síntese interpretativa do momento 1	61
5.2.3.2 Síntese interpretativa do momento 2.....	62
5.2.3.3 Síntese interpretativa final do caso	63
5.2.4 Apresentação do caso 4	65
5.2.4.1 Síntese interpretativa do momento 1	67

5.2.4.2 Síntese interpretativa do momento 2.....	68
5.2.4.3 Síntese interpretativa final do caso	70
5.3 Resultados da análise do processo de psicodiagnóstico interventivo.....	71
6 DISCUSSÃO	75
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS	85
REFERÊNCIAS	87
ANEXO I – Questionário de Caracterização Demográfica e Social.....	102
ANEXO II – Roteiro de entrevista.....	103
ANEXO III – Inventário de Percepção de Estresse e Estressores de Benzoni	104
ANEXO IV – Relatórios completos dos casos	108
ANEXO V – Categorização das falas das participantes na entrevista.....	149
APÊNDICE A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).....	185

APRESENTAÇÃO

Considero o início da minha trajetória em pesquisa o momento em que decidi correr o risco de descobrir, com toda a minha curiosidade, como seria experimentar esta tão importante área de atuação em psicologia.

Em 2012 me deparei pela primeira vez com o estresse como conceito, não como vivência. Por sorte, acompanhada e direcionada por um grande pesquisador do tema, como meu orientador, o Prof. Dr. Paulo Eduardo Benzoni. Esse caminho de estudo abriu um espaço de reflexividade existencial e epistemológica e permitiu a compreensão de reações emocionais e cognitivas diante de pressões, expectativas e experiências de vida como um todo. Além disso, também permitiu a compreensão acerca da adesão a estratégias de enfrentamento eficientes como forma de proteção da saúde física e mental, objetivando a promoção da qualidade de vida.

Ao longo de 10 anos, muitos caminhos foram trilhados. Debrucei-me sobre a psicologia hospitalar clínica e psiquiátrica, aventurei-me nas ciências cognitivas, mas meu coração encontrou morada nas neurociências, uma vez que, ao longo dessa década, a neuropsicologia e a reabilitação neuropsicológica, na perspectiva sócio-histórica-cultural, carregaram de sentido a minha história profissional, ao ampliar e qualificar minha percepção acerca do comportamento humano e da psicopatologia.

Sendo o estresse um tema transversal, que dialoga com áreas como a psicologia, neurociência, saúde e ciências sociais, abracei uma nova oportunidade de voltar à pesquisa, buscando reconhecer os limites e as potencialidades humanas, por atravessamentos subjetivos que permeiam as produções teórica e metodológica. Envolver-me nesta pesquisa, portanto, possibilitou a posição simultânea de sujeito e objeto do conhecimento em uma prática científica mais consciente, equilibrada e sustentável.

Por fim, o estudo sobre o estresse, na ótica do construtivismo cognitivo e da neuropsicologia, se traduziu em uma base para a construção do saber e de transformação que contribuiu para uma experiência científica mais humana, sensível e consciente.

1 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

1.1 O estresse e a percepção do estresse

O estresse tem se tornado um assunto de suma importância no mundo atual e diversas áreas científicas buscam contribuir com o tema levantando formas diferentes de mensurá-lo, bem como diferenças significativas sobre as percepções dos seus eventos desencadeantes, seja na percepção dos estressores, seja na identificação dos estímulos, na mediação cognitiva dessa percepção ou, ainda, em relação às consequências do estresse sobre a saúde de uma pessoa, com as alterações estruturais e funcionais do organismo. Diversas áreas da saúde destacam o estresse como um componente que pode levar ao adoecimento físico e mental, tanto em níveis individuais quanto coletivos. Desse modo, sua compreensão é imprescindível no contexto de saúde e doença (Zenelis, 2021).

A palavra *estresse* tem origem na língua inglesa (*stress*) e significa fadiga, cansaço, tensão e algo estrito e penoso (Silva & Torres, 2020). Hans Selye, o primeiro pesquisador a utilizar o termo na medicina, introduziu a noção de doenças relacionadas ao estresse em 1936, estudando as consequências sofridas pelo organismo quando submetido a grandes intensidades deste. Inicialmente definido como resposta de luta e fuga, o estresse compreende uma reação neuropsicofisiológica que se inicia por uma avaliação da situação como perigosa ou não para a integridade física e mental, e que continua com uma descarga hormonal preparatória para gerar no organismo condições para duas possibilidades de resposta: lutar contra o perigo ou fugir dele (Selye, 1950, 1959). O autor descreve o que nomeia como Síndrome de Adaptação Geral, um “conjunto de reações não específicas desencadeadas quando o organismo é exposto a um estímulo ameaçador à manutenção da homeostase” (Pereira et al., 2018, p. 56). Portanto, para Selye, o estresse é uma resposta não específica do corpo a uma demanda qualquer, que pode resultar em condições favoráveis ou não favoráveis, e seus estudos fundamentaram um modelo de resposta corporal ao estresse que consiste em três estágios, de acordo com o grau em que se apresentam: estágio de alerta ou alarme, estágio de defesa ou resistência, e estágio de exaustão ou esgotamento (Zambotto, 2022).

A fase de alerta consiste na ação de mobilizar o organismo assim que percebe um estressor, momento em que ocorre uma excitação de ordem fisiológica com o

corpo, que começa a concentrar seus recursos para enfrentar o desafio percebido. Este é considerado o estresse natural, cujos sintomas duram em torno de 24h, pois são sinais de que o organismo está se preparando para responder, lutando ou fugindo, aos estressores. Nessa fase, são liberados hormônios pelo sistema endócrino. Na fase seguinte, de resistência, o organismo tenta se adaptar à situação de estresse, ainda suportando a pressão, e os sintomas mais comuns correspondem a problemas de memória, sensação de mal-estar sem percepção da causa específica, formigamento das extremidades, sensação de desgaste físico, alteração do apetite, surgimento de problemas dermatológicos, aumento da pressão arterial, sensação de cansaço, problemas estomacais e tontura. No aspecto psicológico, surgem sintomas de excessiva emotividade, dúvidas a respeito da própria capacidade, pensamento constante em um só assunto, irritabilidade excessiva e diminuição da libido. Caso o estresse dure por um período prolongado, o organismo se torna progressivamente vulnerável a esses problemas de saúde, passando, então, para a fase seguinte e mais intensa do estresse, a exaustão. Nessa fase, o organismo já esgotou seus recursos e entra em um estado de esgotamento, constituindo a etapa mais perigosa do estresse, na qual o indivíduo entra em estado de prostração, caracterizada por sintomas que incluem, por exemplo, a sensação de impossibilidade de trabalhar e pesadelos (Benzoni & Cruz, 2024; Jacoby & Gomes, 2021; Pereira et al., 2018).

O estresse é, portanto, a resposta do corpo a agentes, objetos ou situações estressantes, ocasionando mudanças físicas, mentais, emocionais e sociais desagradáveis (Silva et al., 2020). Entretanto, há de se destacar que atualmente existe certa imprecisão conceitual do termo, que é apresentado por diferentes perspectivas e compreensões. Sua definição se iniciou com a perspectiva de Selye e se expandiu para a perspectiva relativa aos eventos estressores, destacada por Holmes e Rahe (1967), além da perspectiva cognitiva de Lazarus (Lazarus, 2000; Lazarus & Folkman, 1984), que afirma que o estresse é considerado uma resposta individual do organismo diante de experiências negativas percebidas que excedem a capacidade de mudá-las ou superá-las sem que haja muito esforço dedicado (Baqtayan, 2015; Faro & Pereira, 2013). A perspectiva apresentada por Lazarus fundamenta-se na abordagem cognitiva e, aqui, em função dos objetivos deste trabalho, é a que melhor permite uma sustentação.

Segundo Lazarus (2000), o estresse é uma resposta do organismo quando as experiências negativas vivenciadas e percebidas excedem a capacidade de mudá-las

ou superá-las com um gasto de esforço dentro do adequado a cada organismo em particular. Conhecida como modelo relacional de estresse, a perspectiva cognitiva de Lazarus (Lazarus, 2000; Lazarus & Folkman, 1984) leva em consideração a interação entre o indivíduo e o meio em que vive, não somente a existência de eventos potencialmente estressantes como a origem do estresse, ou seja, a ocorrência do estado de estresse dependerá da avaliação que o indivíduo faz dos eventos estressores aos quais está exposto e das condições de enfrentamento (*coping*) que tem disponíveis para agir. Fundamentado em um paradigma positivista, Lazarus considera que o processo se inicia pela fase denominada *cognitive appraisal* (avaliação cognitiva), na qual o indivíduo realiza uma avaliação cognitiva do evento supostamente estressor e, por meio de processos cognitivos, o define como ameaçador ou não, decidindo quais estratégias de enfrentamento (*coping*) serão necessárias colocar em ação. Nesse raciocínio, o estresse somente se estabelecerá quando o sujeito, no processo de *cognitive appraisal*, considerar que as demandas que está enfrentando superam sua capacidade de lidar com elas (Lazarus, 1966, 1995, 2000; Lazarus & Folkman, 1984).

Em continuidade, bem como de modo complementar ao modelo relacional de estresse, Cohen et al. (1983) propõem o modelo de percepção de estresse que baseou a construção da Escala de Percepção de Stress (EPS-10), utilizada globalmente. Sendo o evento estressor avaliado cognitivamente, haverá processos perceptivos atuando e a avaliação do chamado estresse percebido se torna muito conveniente em oposição ao estresse objetivo, pois nos processos perceptivos naturalmente ocorrem mediações emocionais que afetarão a avaliação de um mesmo evento estressor diferentemente de uma pessoa para outra (Cohen et al., 1983).

Cohen e colaboradores (1983) ainda pontuam que a avaliação do estresse percebido poderia ser utilizada em conjunto com o apoio social para a compreensão de fatores protetivos de doenças. Nessa linha, estudos recentes, como o de Bekiros et al. (2022), observaram que o estresse percebido é altamente sensível aos sintomas de problemas de saúde relacionados com o estresse e ao apoio social recebido da família e dos amigos. Luo et al. (2021) também apontaram que o fator de estresse geral percebido é um dos preditores mais robustos da maioria dos resultados de saúde, ligados a variáveis como idade, sexo, traços de personalidade e exposição ao estressor, compondo possíveis diáteses subjacentes ao fator de estresse geral percebido.

Benzoni (2019), na construção e validação do Inventário de Percepção de Estresse e Estressores de Benzoni (IPEEB), partindo do modelo de percepção de estresse de Cohen et al. (1983), integrou diversos outros conceitos para explicar a tríade estressores, percepção social e avaliação cognitiva. O modelo de percepção de estresse utilizado por Benzoni (2019, 2023) parte da perspectiva relacional de estresse de Lazarus (Lazarus, 1966, 1995, 2000; Lazarus & Folkman, 1984), com os processos de avaliação cognitiva e de enfrentamento (*coping*), e agrega as proposições teóricas sobre estressores de Cohen et al. (2019), Franklin et al. (2012) e Oken et al. (2015), bem como o modelo de percepção social de acordo com Berger e Luckmann (1990), Freeman et al. (2020) e Okruszek e Chrustowicz (2020).

Pode-se considerar o estresse como originário de causas externas e internas, sendo as externas representadas pelo que acontece na vida ou pelas pessoas da convivência, e as internas referentes aos pensamentos, crenças e valores inerentes a cada indivíduo, além das interpretações a respeito do mundo ao redor (Silva & Torres, 2020). O modelo de percepção do estresse proposto por Benzoni (2019, 2023) aponta que a intensidade percebida do estressor se dá em função dos processos perceptivos, que envolvem valores e crenças individuais construídos ao longo do processo de socialização de uma pessoa, no qual as diversas experiências vivenciadas vão sendo incorporadas e corporificadas na constituição do sujeito a partir do contexto psicossocial em que ele está inserido. Dessa forma, observa-se uma aproximação desse modelo com o construtivismo, que preconiza que o ser humano é resultado de um longo processo de construção do conhecimento acerca do mundo e de si próprio, construção essa que o auxilia a lidar com os estressores constantes da vida, em um processo constante e recursivo.

1.2 O dinamismo da neuropsicologia

A psicologia é uma ciência plural que busca conhecer, compreender e explicar as subjetividades das relações humanas por meio de distintos aportes teórico-metodológicos (Soligo, 2023).

A parte mais expressiva do que atualmente é conhecido sobre a relação entre o cérebro e o comportamento advém da contribuição de Alexander Luria no início do século XX, que considerava as funções corticais superiores como sistemas funcionais complexos e dinâmicos, bem como a influência do ambiente sobre o sistema nervoso.

O autor considerava o cérebro um sistema aberto e dinâmico, em constante interação com os meios físico e social em que o indivíduo está inserido. Suas contribuições, então, apresentam que o funcionamento cerebral não é de natureza inteiramente biológica, mas sim direcionada pelas experiências, pelas interações e pela cultura (Tomaz et al., 2016). A abordagem luriana da atividade cerebral baseia-se no conceito de funções mentais superiores de Lev Vygotsky, que são de origem social, complexas e dinâmicas em sua estrutura (Kotik-Friedgut & Ardila, 2019). Assim, a neuropsicologia contemporânea é um legado de Luria (Goldberg, 2015), que influenciou de maneira significativa esse campo de estudo, o qual passou por um grande crescimento nas últimas décadas, sobretudo no desenvolvimento de métricas padronizadas sensíveis à análise das relações cérebro-comportamento (Casaletto & Heaton, 2017).

Entre as principais vertentes da neuropsicologia, tem-se a neuropsicologia cognitiva, que pauta interpretações em um modelo anátomo-clínico, e a neuropsicologia sócio-histórica-cultural, que parte do princípio da organização sistêmica dos processos psicológicos, do desenvolvimento ontogenético e da representação sistêmica do sistema nervoso central. Segundo o Conselho Federal de Psicologia (2023), ambas permanecem em constante desenvolvimento e são reconhecidas para o trabalho do psicólogo no Brasil.

Muitos autores foram influenciados pelos estudos iniciais e deram continuidade a eles, trazendo contribuições importantes para o exercício neurocientífico. Walter Freeman apresenta um conceito neurodinâmico (Davis et al., 2025; Kozma, 2016), enfatizando que o cérebro é um sistema complexo e auto-organizado, e que significado e intencionalidade surgem de dinâmicas neurais coletivas e não lineares. O autor fornece uma base matemática e fisiológica para fenômenos cognitivos.

Segundo Freeman, o cérebro seria um artefato dinâmico, oscilando entre diferentes estados de acordo com a informação que entra através dos sistemas sensoriais. Freeman, sabiamente, reconhece que o cérebro é uma estrutura cuja função é alcançar um estado de equilíbrio por meio da avaliação da informação presente. [...] Para Freeman, o cérebro é uma estrutura adaptativa que, a cada instante, tenta compensar as mudanças de estados e reduzir a entropia com a criação de imagens dinâmicas. (Sousa, 2015, pp. 108-109)

Os conceitos propostos por Freeman, assim como a abordagem luriana, rejeitam visões estáticas e localizacionistas da função cerebral, evidenciando modelos dinâmicos e sistêmicos cujo desenvolvimento está diretamente relacionado ao contexto, e indicam a forma como a atividade cerebral está associada ao mundo real experimentado (Glozman, 2020; Sousa, 2015).

No modelo neurodinâmico apresentado, Freeman aplica o que nomeia como teoria dos atratores: o cérebro é um sistema caótico que detecta mudanças advindas do mundo externo por meio dos sistemas sensoriais e atribui valores dinâmicos a elas, buscando uma auto-organização. Assim, a estabilidade do funcionamento cerebral é momentânea, até que surja um novo padrão detectado pelos sistemas sensoriais, que repetirão o processo. Além disso, o autor considera que as representações do mundo externo são individuais e são as interações prévias com o meio que levarão a uma nova organização (Sousa, 2015).

Na neurociência moderna, uma questão importante é como o acoplamento, que não é linear, entre circuitarias neuronais dá origem a uma ampla variedade de comportamentos complexos coordenados (Damasio, 1990; Friston, 2000; Kelso, 1995; Singer & Gray, 1995; Tononi & Edelman, 1998; Varela, 1995). Nessa linha, Francisco Varela (Varela, 1979, 1999; Varela et al., 2001), em certa consonância com os pensamentos de Freeman, formulou a ideia de que o dinamismo mental constantemente dá origem a novos padrões em sucessão, portanto, é dinamicamente instável. Tal instabilidade cria uma ampla variedade de estados globais complexos que são capazes de realizar diferentes comportamentos. Por fim, há uma rápida interação entre os sistemas neuronais que gera um novo processo neuronal coerente, que ocorre por meio de interações contínuas inter-relacionadas. Essas características permitem que o cérebro faça reorganizações constantes dos seus sistemas internos (Le Van Quyen, 2003).

A partir dessa visão estabelecida pela formulação dos seus estudos, Varela apresenta que as descrições dinâmicas dos sistemas cerebrais podem fornecer orientação para uma nova interpretação do funcionamento global do cérebro como um fluxo (Varela, 1999). O autor explora a experiência subjetiva a partir de processos neurais autônomos e incorporados (Le Van Quyen, 2003), unindo a dinâmica cerebral e a experiência vivida.

Mais recentemente, Trofimova (2017) discute as evidências da neurofisiologia moderna, que mostram que o cérebro e a psique humana, em geral, não são reativos, mas, sim, construtivos e, a partir dessas discussões, aponta a emergência e a consolidação do paradigma do construtivismo funcional em contraposição ao paradigma da reatividade na neuropsicologia como um todo.

Uma vez que os trabalhos de Freeman forneceram evidências de que a maioria dos disparos neuronais não produz uma transmissão literal de informações, entende-

se que a maior parte do cérebro é composta por áreas “associativas” que, juntas, integram a regulação comportamental. Assim, é dessa forma que o sistema nervoso funciona. O construtivismo funcional, portanto, “considera o comportamento como um processo generativo, construindo ações baseadas tanto nas capacidades disponíveis quanto nas demandas situacionais” (Trofimova, 2017, p. 443). Se, para Freeman, a percepção não é apenas um processo proativo, mas também um produto da construção gradual de um modelo interno de eventos percebidos, uma construção baseada em interações de ida e volta entre a neurodinâmica de um grande número de neurônios e o contexto da atividade (Trofimova, 2017), entende-se que o comportamento do indivíduo é generativo, construído com a participação do sistema nervoso que executa a tramitação de informações advindas das percepções e da vivência de experiências.

Correspondendo a todo esse arcabouço da neuropsicologia dinâmica e do construtivismo funcional ao modelo construtivista cognitivo encontra-se o conceito de sistema de conhecimento proativo, que tem em sua dinâmica de funcionamento outorgar significados coerentes às experiências vivenciadas com o meio, cuja significação dependerá dos conhecimentos prévios do indivíduo sobre o ambiente no qual opera (Yáñez et al., 2001).

Partindo dessas considerações sobre a neuropsicologia dinâmica e sobre o construtivismo funcional, desenvolver o exame neuropsicológico proporciona uma investigação clínica cujo objetivo é esclarecer questões sobre a dinâmica cognitiva-comportamental-emocional da pessoa. Esse exame permite traçar inferências sobre a estrutura e o funcionamento do sistema nervoso central, a partir de parâmetros quantitativos e qualitativos de observação, tratando-se, então, de um exame complementar (Malloy-Diniz et al., 2016).

De acordo com Lezak (1995), o comportamento humano pode ser conceituado em termos de três sistemas funcionais integrados: a cognição, que é o aspecto de manipulação de informações do comportamento; a emocionalidade, que se refere a sentimentos, emoções e aspectos motivacionais; e o funcionamento executivo, que se trata de um indicador da forma como o comportamento se expressa. Assim, a avaliação da cognição favorece a compreensão de como a pessoa faz a interpretação interna ou a transformação de informações guardadas na memória, com todas as suas experiências e aprendizagens, que são armazenadas por meio dos sentidos e envolvem processos perceptivos, atencionais, mnêmicos, comunicativos,

comportamentos físicos e experiências emocionais (Malloy-Diniz et al., 2016). A avaliação das funções executivas, por sua vez, favorece a observação relacionada ao autocontrole cognitivo. Essa habilidade cognitiva é a base do comportamento intencional e diz respeito à capacidade de gerenciar as atividades do dia a dia (Malloy-Diniz et al., 2016).

Oliveira et al. (2016) consideram que estressores são as situações que excedem os recursos de *coping* disponíveis de uma pessoa. A avaliação em diversos níveis desse construto viabiliza a compreensão da natureza do evento, bem como sua dimensão de impacto e os recursos individuais para enfrentamento e solução do problema.

Santos (2024) discute a ideia de que a relação entre o afeto e a cognição apresenta conexões neurais estreitas e é bidirecional, complexa e multifacetada, uma vez que, por um lado, processos cognitivos influenciam as reações emocionais e, por outro lado, os estados afetivos exercem influência no modo como as pessoas lembram, percebem e interpretam situações sociais, bem como nos comportamentos, sendo muitos desses efeitos suscetíveis ao contexto e a diferentes variáveis conforme associações individuais. Ainda a respeito da investigação de um perfil individual e suas manifestações no mundo, considera-se importante a compreensão da sociabilidade. As habilidades socioemocionais dizem respeito à capacidade de reconhecer, compreender e regular emoções, além da habilidade de estabelecer relações interpessoais saudáveis (Rosa, 2025).

Por fim, cumpre ressaltar que os conceitos epistemológicos em neuropsicologia, que é considerada inter e transdisciplinar, buscam compreender em amplitude o dinamismo do funcionamento humano com suas manifestações comportamentais e afetivas, sempre considerados à luz de outras informações, com o objetivo de ampliar a caracterização de um perfil individual.

1.3 A percepção pela ótica da neuropsicologia e do construtivismo

O avanço da ciência, por meio de técnicas de neuroimagem, na década de 1980, evidenciam circuitarias complexas de funcionamento cognitivo, descrevendo que funções cognitivas atuam por uma rede de sistemas maiores e estão intimamente interligadas. Portanto, toda atividade mental humana é produto de um complexo

sistema de comunicação entre diversas estruturas neurais (Landeira-Fernandez et al., 2021; Souza & Mograbi, 2021).

Na concepção vygotskiana, contudo, o desenvolvimento da cognição humana não constitui um dado prontamente estabelecido, não é universal, imutável ou passivo. O autor descreve a noção do cérebro como um sistema aberto, de grande plasticidade, com estruturas e modos de funcionamento que são moldados ao longo da história da espécie humana e do desenvolvimento individual de uma pessoa (Vigotsky, 1978). Portanto, o desenvolvimento e o funcionamento das funções nervosas superiores estão fortemente ligados à forma culturalmente construída de compreensão daquilo que é real em uma determinada esfera social, que define quais das inúmeras possibilidades de funcionamento cerebral serão efetivamente concretizadas ao longo do desenvolvimento e mobilizadas na realização de diferentes ações (Joenk, 2007). A partir dessa compreensão, considera-se que o sujeito recebe as informações do meio externo de modo ativo, as representa mentalmente de forma particular, cria suas próprias intenções, forma planos e desenvolve programas para as suas ações, inspeciona suas realizações e verifica se elas condizem com suas necessidades particulares (Marangoni et al., 2012), sendo esta a constituição e os processos de tramitação da cognição humana.

Ampliando esse entendimento, Vygotsky e Luria (1996) descrevem que o desenvolvimento das formas superiores de conduta e de comportamentos dos humanos é constituído nas relações sociais e de interação com outros humanos. Ao apresentarem conceitos da formação de funções nervosas superiores com base nos princípios de Luria e Vygotsky, Marangoni et al. (2012) e Souza e Mograbi (2021) descreveram que, ao construir formas para se constituir como um ser social, o homem desenvolveu funções tipicamente humanas. Segundo os autores, esse desenvolvimento é definido por três etapas marcantes: a primeira unidade funcional, constituída pelos instintos inatos herdados pela espécie, que se denominam reflexos inatos ou funções nervosas elementares, é responsável pela regulação fisiológica vital e pela sustentação da vigília, sendo composta pelo tronco encefálico e pelo diencefalo; a segunda unidade funcional é qualificada como reflexo condicionado ou hábitos aprendidos e teria a função de obter, decodificar e armazenar informações provenientes do meio externo, como uma integração das áreas occipital, parietal e temporal do cérebro; por fim, a terceira unidade funcional é responsável por programar, monitorar, regular e verificar a atividade mental, sendo constituída pelo

intelecto ou reações intelectuais que realizam a função de adaptação a novas condições humanas para a solução de novas tarefas, associada principalmente à região frontal do cérebro.

O paradigma construtivista sustenta que a realidade é construída pelo indivíduo, é algo que parte do conhecimento construído pela inter-relação recursiva do sujeito com aquilo que está se relacionando, advindo do enfrentamento de problemas empíricos. Assim, a realidade, a sociedade e o indivíduo são construídos socialmente, gerando sentidos a partir da interação social (Mohajan & Mohajan, 2022).

Em uma das fundamentais propostas do construtivismo, Varela (1996) aponta que as verdadeiras unidades da aprendizagem são determinadas pela forma como construímos uma experiência, por meio da transformação gradual de ideias, e pela forma como a vivenciamos, sendo que tais experiências são incorporadas e vividas dentro de uma história e de um contexto, com uma configuração abstrata sobre a qual influi as ações ou atuações pertinentes à vida. Segundo o autor, a ação humana sofre influência daquilo que é nomeado como microidentidades e seus micromundos correspondentes, destacando que a forma como nos apresentamos não pode ser dissociada da forma como as coisas e os outros se apresentam para nós. Nesse sentido, compreende-se que há uma ação específica para cada situação vivenciada, determinando modos de comportamento, seguidos de transições que provocam pequenas rupturas experimentadas continuamente, nas quais a cognição irá atuar de forma independente ao mundo externo e sem planejamento prévio, por meio de uma ação eficaz que surge dos seus próprios recursos, a fim de que haja avanços adaptativos.

Então, à luz dessa compreensão, a cognição depende dos tipos de experiência que advêm de ter um corpo com diversas habilidades sensório-motoras, as quais, por sua vez, sofrem influência de aspectos biológicos e culturais acerca do desenvolvimento humano (Varela, 1996). O autor enfatiza que processos sensório-motores, percepção e ação são fundamentalmente inseparáveis na cognição vivida e não estão simplesmente vinculados a uma circuitaria de entrada e saída.

Pela perspectiva da neuropsicologia, a percepção é responsável por conduzir a entrada de informações do mundo exterior para os outros processos cognitivos que serão responsáveis por reconhecer, organizar e interpretar as sensações. É por meio da percepção – visual, auditiva, gustativa, olfativa, somatossensorial e espacial –, que se torna possível identificar e reconhecer estímulos de diferentes modalidades

sensoriais de forma isolada ou associada, possibilitando a concepção sobre cenas, eventos e situações que se desenvolvem no tempo e no espaço (Azevedo, 2012; Fichman, 2021).

A respeito das habilidades visuoespaciais, Fichman (2021) descreve que os processos perceptuais estão associados às áreas corticais sensoriais e espaciais associativas, sendo estas últimas desempenhadas no lobo occipital do cérebro e responsáveis pelas habilidades visuoperceptivas, que têm como função a análise e a síntese dos estímulos vindos do ambiente, os quais, por sua vez, ativam representações armazenadas na memória, promovendo um reconhecimento. Em associação, as áreas visuais e espaciais associativas, desempenhadas na região parieto-occipital, são responsáveis pelas habilidades visuoespaciais perceptuais e fazem a análise e a sintetização de estímulos visuais e espaciais associados, ocorrendo, posteriormente, uma representação mental e uma tradução dessa percepção para um ato motor. Essa habilidade é denominada construtiva e produtiva e é essencial para atividades comuns da vida diária.

As teorias da percepção, portanto, são geradas a partir de três fatores: 1) informações observadas no ambiente (sensações); 2) informações já armazenadas (memória semântica); e 3) inferências e expectativas baseadas no contexto (Sternberg, 2010). Wolff et al. (2021) indicam uma contribuição fundamental da percepção para a tomada de decisão, ela exerce um equilíbrio entre ativação e inibição, mudando de forma a depender da situação, pois faz uma espécie de rastreio da relevância atual dos estímulos ambientais, medeia as associações e aciona a cognição com a finalidade da resolução de problemas. Desse modo, entende-se que a realidade depende de quem a percebe, uma vez que a ação de perceber está intimamente ligada ao aparato biológico do sujeito, pois também envolve toda a gama de expectativas cognitivas e tonalidades emocionais (Varela, 2003). Isso vai ao encontro da proposição do paradigma construtivista de que a realidade, para o indivíduo, é resultante do conhecimento construído pela inter-relação deste com o mundo no qual está inserido e vivenciando socialmente (Mohajan & Mohajan, 2022). Essa concepção é o ponto de partida para a compreensão de que em cada ato cognitivo há uma infinidade de subprocessos concorrentes que resultarão em ações pertinentes à carga associativa de cada indivíduo para a construção de um comportamento.

Existem claras indicações de que o conjunto de ciências que lidam com o conhecimento e a cognição – as ciências cognitivas – tomou lentamente consciência de que as coisas foram colocadas ao contrário, causando uma mudança de paradigmas, uma vez que o cérebro não é uma máquina lógica, mas, sim, formado por redes e sub-redes distribuídas, altamente cooperativas e não homogêneas, cuja tarefa é organizar habilidades que operam em domínios específicos em sistemas mais eficazes, para posteriormente transformá-las em uma capacidade superior, sendo este o modelo conhecido como “mente” (Varela, 2003). Partindo do pressuposto de que em cada ato cognitivo há uma infinidade de subprocessos, fundamentados por uma percepção individual, o momento seguinte será determinado por uma ação proveniente dos próprios recursos internos, que levam a rupturas que estão no caráter autônomo da cognição nos seres vivos. Portanto, entende-se que o processo de construção da experiência humana é abstrato.

O comportamento humano é, então, resultado da ação das habilidades cognitivas em conjunto com associações específicas, responsáveis pelo comportamento intencional, pela reação emocional e pela ação produtiva. Essas associações específicas são reguladas pelas funções executivas, desempenhadas na terceira área dos sistemas funcionais neuropsicológicos, responsável pela programação, pela regulação e pela verificação da atividade mental. A ação dessa unidade funcional é determinada

não apenas pela experiência pregressa, mas por planos e prospecções futuras, resultantes das demandas do ambiente, que tem base na iniciativa humana para a interação social, através da comunicação, principalmente pela fala, atributo exclusivo do homem, e estas demandas estimulam novas organizações funcionais. (Ramiro & Ugliano, 2012, p. 198)

Tais atividades são conscientes, individuais e independentes, sujeitas da decisão individual. Luria (1981) considera que essa habilidade resulta do trabalho de integração entre as atividades cortical e límbica, executada especialmente pela área pré-frontal do cérebro, que é formada por células associativas que fazem conexões complexas através de fibras aferentes e eferentes com todo o encéfalo.

A terceira área funcional, portanto, regula ações dirigidas a metas, enquanto a segunda área funcional seria responsável pela recepção, pela análise e pelo armazenamento das informações advindas do ambiente via percepção. Por sua vez, a primeira área funcional é responsável pela ativação do tronco cortical/vigília, controle

dos sistemas emocionais e motivacionais, memória, aprendizagem e controle retransmissor.

Compreende-se que um comportamento requer uma experiência cognitiva, emocional e motora, e as funções executivas são as funções cognitivas auxiliares no gerenciamento de comportamentos e emoções voluntárias dirigidas a um objetivo ou a uma meta específica e à regulação emocional. As funções executivas também podem ser subdivididas entre funções executivas quentes e frias. Funções executivas frias são relacionadas aos componentes cognitivos, tendo uma meta específica, em que o indivíduo, diante de uma situação nova, necessita fazer um processo de análise da situação e planejar quais etapas implementar para realizar a ação desejada. Funções executivas quentes, por sua vez, estão envolvidas na regulação emocional do comportamento, no controle da impulsividade e reatividade emocional, além da cognição social e teoria da mente, que se refere a compreender e reconhecer os pensamentos, os comportamentos e as emoções de si mesmo ou dos demais, sendo então, fundamentais para a interação social e o desenvolvimento das habilidades sociais (Fichman, 2021).

A junção dessas habilidades desempenhadas permite que o indivíduo direcione comportamentos a metas, avalie sua eficiência e adequação, abandone estratégias ineficazes em prol de outras mais eficientes e, assim, resolva problemas que podem ser atuais, de médio ou de longo prazo. Elas são um componente da natureza humana que deve ser compreendida como algo que se mostrou favorável à adaptação às pressões ambientais.

Ao estabelecer uma relação entre funções executivas e emoções, é possível considerar que a decodificação da informação durante a tomada de decisão envolve processos cognitivos básicos, como análise sensoperceptiva dos estímulos relacionados e processos cognitivos de alta complexidade, sendo altamente influenciada pelo repertório de informações que o indivíduo carrega ao longo da vida, a partir da aprendizagem ou de predisposições inatas. Na sequência, são ativados estados emocionais relacionados à temática percebida e, posteriormente, serão ativados estados corporais que desencadearão sinais de vantagens e perigos, que levarão a uma decisão.

Esse construto, com uma tramitação que é influenciada pelas habilidades frias e quentes, faz parte de um sistema de controle adaptativo (Dias & Malloy-Diniz, 2020). Todavia, essa compreensão não significa que as emoções intensas deixarão de existir

ou não serão espontaneamente manifestas em situações apropriadas, pois essa relação não é fixa e imutável, uma vez que nuances complexas criam uma dinâmica do funcionamento mental que considera as emoções elementos indispensáveis para a motivação e as reações de uma pessoa, não sendo apenas advindas de uma atividade visceral, mas resultantes dos significados e sentidos construídos nas relações sociais vividas desde o nascimento. Dessa forma, a emoção envolve a elaboração contínua da realidade percebida movida pelo estabelecimento de memórias de prazer e desprazer (Ramiro & Ugliano, 2012).

A esse respeito, pode-se retomar os conceitos de micromundos e microidentidades (Varela, 1996). Segundo o autor, viver é um constante enfrentamento de micromundos para os quais os indivíduos têm suas microidentidades já estabelecidas. Ao enfrentar um novo micromundo, para o qual não dispõe de uma microidentidade, o sujeito entra em processo de desequilíbrio até que uma nova microidentidade, consoante a esse micromundo, seja construída (Varela, 1996).

Por fim, ao pensar na construção de sentidos que unem princípios psicológicos e neuropsicológicos, é necessário aceitar que nem tudo é uma representação lógica e linear que leva a um comportamento adaptativo ao mundo diante da complexidade e que há uma grande variabilidade influenciada por diferentes fatores. Assim, constrói-se uma concepção de um equilíbrio relativo de atividade entre superfícies neurais, somadas a percepções adotadas diante de perturbações ambientais.

Não se pode considerar a origem da cognição e da compreensão como um projeto operacionalizado que foi otimizado para corresponder a um determinado padrão externo, mas como a construção de estruturas a partir dos materiais disponíveis de um organismo que se monta por meio da tramitação de muitas percepções e caminhos possíveis, cuja chave do processo são as interações que o reestruturam de acordo com suas paisagens dinâmicas. Há uma relação dialética e recursiva entre os mundos interno e externo, e é nessa interação que o indivíduo reinventa o mundo e o coloca no futuro que deseja (Varela, 2003).

1.4 O estresse e sua vertente ocupacional

Há uma grande preocupação mundial com relação ao estresse advindo do trabalho e as muitas variáveis envolvidas nesse processo. O European Foundation for

the Improvement of Living and Working Conditions e a European Agency for Safety and Health at Work (2019) apontam que transtornos mentais comuns, incapacidade de trabalhar, absenteísmo elevado e longos períodos de licença saúde estão diretamente vinculados ao estresse ocupacional. Em 2012, muito antes da pandemia de covid-19, a Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE) já considerava de fundamental importância os cuidados ao estresse relacionados ao trabalho e às condições adversas para se evitar condições de estresse prolongado que levassem à incidência de graves problemas de saúde mental (Organisation for Economic Co-operation and Development, 2012). Porém, o que é o estresse ocupacional?

Gunasekra e Pereira (2023), em um artigo que busca definir o estresse ocupacional por meio de uma revisão sistemática da literatura, concluem que existem muitas definições do conceito e apresentam diferentes nomenclaturas para o mesmo fenômeno: “estresse ocupacional”, “estresse no trabalho”, “estresse no emprego” e “estresse no local de trabalho”. Os autores também identificam três eixos principais dentro das temáticas de estresse e estresse ocupacional: 1) o ponto de vista relacionado ao estresse; 2) o resultado ou as consequências desencadeadas pelo estresse; e 3) a causa ou os motivos do estresse. Portanto, para Gunasekra e Pereira (2023), o estresse ocupacional é um subconjunto da temática estresse.

Zhang et al. (2021) definem o estresse ocupacional como o processo pelo qual as experiências e as demandas psicológicas no local de trabalho, nomeadas como estressores, produzem mudanças de curto e longo prazos na saúde mental e física de uma pessoa. Essa condição se caracteriza por sentimentos de exaustão, cinismo, negativismo e distanciamento do próprio trabalho, causando grande impacto na produtividade, no desempenho, na saúde e no bem-estar dos trabalhadores (Cruz et al., 2020).

A esse respeito, pode-se dizer que níveis moderados de estresse podem ser um fator motivador para a realização de tarefas, porém, é o estresse não gerenciado que tende a ser uma experiência emocionalmente perturbadora, que pode afetar negativamente a qualidade de vida da pessoa. São diversos os motivos que podem elevar os níveis de estresse, incluindo a própria ocupação profissional. Além disso, essa condição pode ser considerada uma resposta dos trabalhadores quando submetidos a demandas e pressões de trabalho incompatíveis com seus

conhecimentos e habilidades, tendo a falta de apoio de gestores e colegas como agravante para o estresse ocupacional (Simonelli, 2020).

Um dos modelos que mais tem balizado os estudos sobre estresse ocupacional é o de demanda-controle proposto por Karasek nos anos de 1970. Esse modelo fundamenta-se no modelo relacional de estresse de Lazarus (2000) e aponta que a produção do estresse ocupacional advém de duas dimensões psicossociais do espaço ocupacional: a demanda psicológica proveniente do trabalho e o controle da tarefa (Karasek, 1979). Assim, possibilita-se o manejo objetivo das variáveis que atuam sobre o indivíduo e que produzem o estresse no espaço laboral. Fundamentados em uma perspectiva cognitiva, a partir de um paradigma positivista, os estudos sobre estresse ocupacional têm buscado sua compreensão no contexto de trabalho.

A Organização Mundial da Saúde (OMS), ao apresentar orientações de saúde pública para os contextos de trabalho, o faz de forma sistêmica, ou seja, a partir da concepção biopsicossocial do processo saúde-doença (World Health Organization, 2022). Assim, considera-se que é importante compreender o fenômeno do estresse ocupacional por uma perspectiva mais ampla, para além das questões diretamente relacionadas ao trabalho, como prevê o construtivismo, que entende que a realidade não se apresenta como pronta, mas é dependente dos processos perceptivos e interpretativos de quem a percebe (Mohajan & Mohajan, 2022; Varela, 1996, 2000). Aqui, retoma-se a definição de estresse ocupacional proposta por Zhang et al. (2021), de que se trata do processo pelo qual as experiências e as demandas psicológicas no local de trabalho, chamadas de estressores, produzem mudanças de curto e longo prazos na saúde mental e física do trabalhador. Além disso, complementa-se com as questões relativas à percepção de estresse preconizadas por Benzoni (2019, 2023), de que a magnitude do evento estressor se dá a partir de um processo que envolve toda a constituição do sujeito.

1.5 O construtivismo e a percepção de estresse

Olhando para a percepção de estresse a partir de um referencial construtivista, pode-se dizer que o indivíduo é um agente ativo no processo de experimentação, ou seja, não exerce passividade na vida. Todavia, o construtivismo reconhece a necessidade de ordem, sendo esta uma forma de organizar o mundo e responder às

suas demandas (Mahoney, 2005). Dessa forma, desenvolvem-se padrões e criam-se significados sobre tudo o que se faz. As emoções, então, são a base para a auto-organização, desempenhando o papel de direcionar a atenção àquilo que está sendo vivenciado, moldar as percepções, organizar a memória e motivar o envolvimento ativo com a vivência em questão (Banaco, 2003; Nabuco de Abreu & Cangelli Filho, 2004; Nabuco de Abreu & Roso, 2003; Lyddon, 1997; Mahoney, 1998; Neimeyer, 1997). Essa vivência sofre influência da singularidade humana, pois o que se experimenta está integralmente relacionado com o que foi aprendido ao longo da vida. Então, o que está sendo sentido é indissociável daquele que o sente, pois a experiência pessoal tem forte influência do contexto e da integração simbólica de uma pessoa, carregando uma carga de subjetividade que conecta um indivíduo com seu meio e suas experiências (Mahoney, 2005).

Mahoney (2005) propõe cinco temas construtivistas na experiência humana e no desenvolvimento e, partindo dos pressupostos apresentados, é pela atividade que os humanos atuam na formação das próprias experiências, sendo agentes das próprias escolhas, sendo este o primeiro tema. Na sequência, enfatiza que é pela ordem que se busca o enfrentamento diante dos constantes desafios percebidos e pode-se considerar as emoções despertadas em cada situação como preparativas para esse enfrentamento. Porém, o autor considera que momentos desafiadores são essenciais para todo aprendizado e desenvolvimento humano, pois eles predisõem a uma busca por equilíbrio. O terceiro tema, de identidade, refere-se a uma reestruturação da percepção vivenciada, que antecede um desenvolvimento mais saudável, favorecendo novas identidades ou uma reorganização de personalidade. Nesse conceito, considera-se que a autopercepção é fundamental para a qualidade de vida e que, quando fragmentada, requer uma reorganização adaptativa. Na sequência, destacam-se os processos social-simbólicos, cruciais para a formação de auto-organização, composta fundamentalmente por vínculos sociais e associação de símbolos visuais e da linguagem, que se refletem em poderosos processos de organização e comunicação, que favorecem, por sua vez, a reorganização. O quinto tema, nomeado como desenvolvimento dialético dinâmico, contempla o equilíbrio refletido nas tentativas de lidar com os contrastes dialéticos entre padrões perceptivos e comportamentais novos e antigos. Portanto, a desorganização é um componente natural e necessário da reorganização nos processos de ordenamento da vida e,

desse modo, a nova ordem que pode emergir dessas desorganizações geralmente é mais complexa e diferenciada que sua antecessora.

Mark Solms (2021) adiciona complexidade aos princípios da neuropsicologia associados à experiência humana, trazendo um olhar menos positivista da cognição, incluindo o papel do afeto como base do funcionamento mental. Ele destaca que uma das tarefas da mente é evitar sentimentos desagradáveis e que existem três tipos de afetos primários – sensoriais, homeostáticos e emocionais –, que têm como comum objetivo a manutenção da sobrevivência. Segundo o autor, os três tipos de afetos são homeostáticos, uma vez que buscam satisfazer as demandas do organismo. Porém, os afetos negativos indicam que há uma falta de homeostase, ou seja, há uma necessidade particular que deve ser atendida. Portanto, sentimentos desagradáveis levam a mente a realizar uma ação com a finalidade de resolver problemas. Por sua vez, os afetos positivos sinalizam o retorno a um estado homeostático que é subjetivamente percebido como prazer ou bem-estar. Propõe-se, desse modo, que o afeto é sentido, ou seja, experimentado e constitui a qualidade fundamental da consciência (Mosri, 2021; Solms, 2021).

Para o construtivismo, os “sintomas”, entre eles a angústia e o sofrimento psíquico, sempre terão uma função relevante no conjunto de significados subjetivos do indivíduo, tendo que ser considerados nos processos interventivos para a reconstrução das histórias de vida dos pacientes e para o rompimento de círculos viciosos recursivos de sofrimento emocional (Ruggiero et al., 2021). Assim, a abordagem construtivista valida a angústia ou o sofrimento, reconhecendo sua característica dolorosa e persistente. Porém, diante da complexidade da vida, busca compreender os diversos fatores que influenciam as vivências, como condições genéticas e ativações, histórias cultural e desenvolvimental de uma pessoa, sua condição de saúde atual, desenvolvimento de habilidades individuais e circunstâncias em que o sofrimento ocorre (Mahoney, 2005).

A respeito dos estressores, nessa abordagem, Mahoney (2005) propõe que quando um desafio é esmagador em relação às capacidades individuais, o desequilíbrio é uma resposta natural do organismo. Esse desequilíbrio, por sua vez, é um componente necessário para que haja reorganização dos processos simbólicos e, quando ela ocorre, tende a ser mais complexa e adaptada que a organização anterior (Mahoney, 2005), o que leva ao conceito de *autopoiese* proposto por Maturana e Varela (1972, 2009).

O termo *autopoiesis* se origina do grego *auto* (próprio) e *poiesis* (criação) e corresponde à capacidade inerente dos organismos vivos de produzirem a si mesmos. Parte da premissa de que todos os organismos tendem a um estado de equilíbrio, que, quando alterado por qualquer interferência, entra em um processo de desorganização inicial, porém tem a habilidade de se auto-organizar novamente, se recriando em um estado superior ao anterior.

Considerando o indivíduo um sistema vivo, suscetível a desequilíbrios devido às emoções advindas das vivências cotidianas, há um processo constante de desequilíbrios e reequilíbrios que vão levando à construção recursiva e constante do conhecimento sobre o mundo, conferindo novos significados às emoções vividas, assimilando o mundo e se acomodando a ele (Maturana & Varela, 1972, 2009). Mahoney (1998), levando esse conceito para a psicoterapia, considera que em alguns casos podem ocorrer disfunções nesse processo de reequilíbrio, gerando novos estados psicológicos que não são consoantes ao ambiente, o que pode caracterizar uma ruptura no elo entre este e o indivíduo, desembocando em emoções de significados inadequados. As emoções negativas podem se enrijecer, transformando-se em sintomas, de modo a preservar uma coerência e uma identidade do sistema psicológico (Ruggiero et al., 2021).

Na construção da autopoiese, unindo os pensamentos de Maturana e Varela (1972, 2009) e de Mahoney (1998), pode-se agregar a ideia de que a reorganização pessoal muitas vezes envolve múltiplas tentativas de repensar emocionalmente a história de vida da pessoa e, nesse processo de reorganização, uma das técnicas terapêuticas envolve narrativas mais viáveis sobre si, suas características e suas capacidades, pois essas construções criativas das histórias de vida podem modificar os significados do passado e as autocaracterizações, estabelecendo novas possibilidades e expectativas. Além disso, compreende-se que os processos de mudança nos padrões de experiências são geralmente não lineares e envolvem etapas que começam com pequenas proporções, passam por retornos frequentes a padrões anteriores de vivências, mas podem, ocasionalmente, saltar de maneira repentina para grandes modelos reorganizados (Mahoney, 1997, 1998, 2005).

Para compreender o fenômeno do estresse ocupacional é necessária uma ampliação da escuta e um olhar que permita dar vazão a compreender o não percebido, os conteúdos latentes que permeiam as políticas e as ações

organizacionais sobre os indivíduos e, também, os que se localizam na vida atual e na história de vida dos trabalhadores.

A análise do estresse, realizada de forma dinâmica e ampliada, como a proposta neste trabalho, deve ser feita a partir do vetor saúde mental, de uma perspectiva biopsicossocial, envolvendo uma ação que permita compreender a relação entre conteúdos latentes e manifestos do indivíduo (Braz et al., 2020), da sua história de vida e das atuais condições laborais, em um processo de atribuição de significados e compreensão do real vivido.

Por fim, compreende-se a vida como um processo de mudança constante, e a mudança, por si só, já é estressante, como pontuado por Mahoney (2005). Maturana e Varela (1980) contribuem ao construtivismo com a ideia de que a mente e o corpo não se separam, e que a cognição é resultado da interação entre organismo e seu meio. Quando associada ao processo de resposta de estresse, a inseparabilidade mente e corpo e o processo de autopoiese direcionam a um entendimento de que a capacidade de uma pessoa de se autorregular para gerar respostas adaptativas aos estressores contribui para a construção do conhecimento sobre si, ou seja, para a construção do sujeito como ser no mundo.

Esse processo, que parte da percepção de estresse – influenciada por fatores constitutivos da história de vida do indivíduo (Benzoni, 2019, 2023) –, contribui para a construção de uma narrativa de vida coerente, consoante ou não com o mundo vivido. Assim, o processo disparado pela resposta de estresse, modulado pelas funções neuropsicológicas da percepção-resposta comportamental, constitui o processo saúde-doença do ponto de vista biopsicossocial (Conselho Nacional de Saúde, 1986), configurando sofrimento ou não, a depender do grau de consonância da narrativa criada com o meio ambiente do indivíduo.

Partindo do arcabouço teórico até aqui apresentado, este trabalho busca responder à pergunta: “Como intervir sobre o estresse percebido no trabalho, de forma dinâmica, promovendo uma reestruturação mais consoante do indivíduo com seu campo experiencial?”. Busca-se respondê-la a partir de um percurso metodológico que objetiva desenvolver uma metodologia de psicodiagnóstico interventivo com base na neuropsicologia dinâmica e no construtivismo cognitivo.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

- Desenvolver uma metodologia de diagnóstico interventivo do estresse percebido como de origem ocupacional fundamentado na neuropsicologia e na psicologia construtivista.

2.2 Objetivos específicos

- Compreender a representação dos estressores e do estresse percebido como de origem ocupacional a partir de um referencial construtivista.
- Verificar a relação de fatores biopsicossociais, com foco na história de vida, como intervenientes da representação e da percepção do estresse percebido como de origem ocupacional.
- Identificar as funcionalidades cognitiva, intelectual, afetiva e social e a organização da personalidade em pessoas que apresentam sofrimento decorrente do estresse percebido como de origem ocupacional.
- Desenvolver um conjunto de ações para compreender e intervir sobre o estresse percebido como de origem ocupacional fundamentado na neuropsicologia e na psicologia construtivista.
- Organizar os procedimentos desenvolvidos no formato de um guia orientativo para o diagnóstico interventivo sobre estresse percebido como de origem ocupacional fundamentado na neuropsicologia e na psicologia construtivista.

3 MÉTODO

Para apreender e compreender o sentido e o significado do fenômeno social, aqui, em especial, o estresse e o trabalho, entende-se que essa ação deve ser realizada a partir de ferramentas que possibilitem o entendimento dinâmico dos processos que ocorrem e os articulam. Objetivando compreender os processos do estresse percebido como de origem ocupacional, a partir da psicologia construtivista cognitiva e com contribuições da neuropsicologia dinâmica, se faz necessária uma abordagem que considere não só diferentes fontes de informação, mas que também possibilite a análise da interação entre os dados.

A psicologia, a partir de um referencial construtivista cognitivo, considera o indivíduo tanto produtor quanto produto de um conhecimento sobre o seu mundo, em um movimento caracterizado pela recursividade que ocorre em todas as esferas da experiência do sujeito (Yáñez et al., 2001). Assim, o olhar para o estresse percebido como advindo do trabalho não pode se limitar apenas ao contexto ocupacional ao qual o indivíduo encontra-se exposto, mas deve ser ampliado e considerar a interação dinâmica e recursiva do indivíduo com todos os campos experienciais de sua vida (Benzoni, no prelo).

Para esta investigação, utilizou-se a reconhecida perspectiva da neuropsicologia histórico-cultural, que não se restringe à utilização de testes para medir funções cognitivas isoladamente, mas cujo foco recai sobre a investigação do estado funcional dos fatores cerebrais e dos elos que compõem os sistemas funcionais complexos responsáveis por sustentar as funções psíquicas, evidenciando um dinamismo distinto em uma mesma condição clínica. Então, nessa perspectiva, transita-se entre o que é geral e o que é particular em cada pessoa, o que se opõe à rigidez de estabelecer quadros clínicos patológicos (Morais et al., 2023; Rosas Alvarez, 2021).

Nessa linha epistemológica, utilizou-se também o conceito de neurodinamismo do sistema nervoso, proposto por Freeman, que descreve o cérebro como uma estrutura adaptativa em constante busca de certa equilíbrio (Sousa, 2015), o que dá base a uma “neuropsicologia dinâmica” e vem ao encontro do modelo recursivo da construção do indivíduo em seu meio.

Partindo do referencial do construtivismo cognitivo e de uma neuropsicologia dinâmica, de modo a possibilitar uma análise ampla e dinâmica do fenômeno em

estudo, e que possibilitasse sobretudo desenvolver uma metodologia de diagnóstico interventivo do estresse percebido como de origem ocupacional, fundamentado na psicologia construtivista cognitiva com contribuições da neuropsicologia, optou-se pela metodologia de estudos de casos múltiplos, estruturado fundamentalmente por Yin (1994). Esse método parte de uma teoria de sustentação e considera um conjunto de dados, obtidos por diferentes fontes, como variáveis que se triangulam para explicar o fenômeno estudado – em cada um dos casos e no seu conjunto –, de modo a responder à seguinte pergunta de pesquisa: “Como intervir sobre o estresse percebido no trabalho, de forma dinâmica, promovendo uma reestruturação mais consoante do indivíduo com seu campo experiencial?”.

Em se tratando do desenvolvimento de um procedimento de psicodiagnóstico interventivo, a base metodológica adotada foi a da pesquisa clínico-qualitativa. Proposta por Turato (2003), ela se volta à apreensão dos fenômenos humanos por meio da interpretação das relações de fenômenos para os indivíduos e a sociedade. Trabalhando sobretudo por meio de análises de conteúdo, além das usuais metodologias qualitativas como entrevistas semiestruturadas, eventualmente faz uso de testes psicológicos.

Do ponto de vista de pesquisas de caráter clínico, como a que aqui se propõe, Soroko e Dolczewski (2020) consideram que os principais desafios para a avaliação explicativa dos aspectos emocionais consistem na compreensão do funcionamento psicológico, na compreensão contextualizada do problema trazido pelo paciente e, também, nas imagens vivenciadas pelo sujeito em diferentes relacionamentos em várias esferas, como as relações com pessoas significativas do passado e com a vida cotidiana atual.

Assim, com base na metodologia de pesquisa clínico-qualitativa, foram realizados quatro casos de psicodiagnóstico interventivo, fazendo uso de diferentes técnicas de trabalho que se complementaram, possibilitando explorar respostas para a pergunta de pesquisa.

3.1 Participantes

Foram participantes da pesquisa quatro adultos do sexo feminino que estavam apresentando indicadores de estresse percebido como de origem no contexto ocupacional.

Como fatores de inclusão dos participantes foram considerados:

- Ter um emprego formal em uma organização.
- Apresentar diagnóstico diferencial de síndrome de *burnout*.

Como fatores de exclusão dos participantes foram considerados:

- Não ter um emprego formal em uma organização.
- Apresentar transtornos do humor e da personalidade, em nível grave, diagnosticados previamente.

3.2 Instrumentos

De modo a abarcar as variáveis necessárias aos estudos de casos, foram utilizados os seguintes instrumentos para a coleta de dados:

- Questionário de Caracterização Demográfica e Social: de modo a caracterizar os participantes da pesquisa no que diz respeito às variáveis que interferem na percepção de estresse, foi utilizado um questionário fechado abordando aspectos relativos a gênero, estado civil, número de filhos, função, tempo de trabalho na empresa e na profissão. Uma cópia do Questionário de Caracterização Demográfica e Social encontra-se no Anexo I.
- Desenho-estória-temático (Trinca, 2020): procedimento de investigação psicodiagnóstica que possibilita compreender a dinâmica do indivíduo, em especial relacionada à queixa. Consiste na propositura de realização de um desenho, por parte do paciente, e depois solicita-se que conte uma história sobre o que foi elaborado. No caso deste trabalho, foi utilizada a variação do desenho-estória-temático, solicitando-se que o desenho fosse feito a partir do tema “O meu trabalho atual”.
- Entrevista em profundidade focada na queixa: para compreensão da história de vida do participante, foi realizada uma entrevista em

profundidade focada na queixa e no universo de trabalho. Foi utilizado um roteiro de entrevista semiestruturada (disponível no Anexo II).

- Rebiografia simbólica: trata-se de uma atividade em que o participante é solicitado a encontrar em revistas três imagens que retratem o passado, o presente e o futuro da vida profissional. Depois, é solicitado que o participante descreva suas escolhas e comente sobre elas. Essa atividade é inspirada na rebiografia narrativa de Mahoney (1998) e tem por objetivo construir uma narrativa em três tempos sobre a percepção do indivíduo a respeito do trabalho.
- Árvore do resgate: trata-se de uma atividade em que o participante recebe o desenho impresso de uma árvore completa e, nele, deve elencar quais aspectos da sua vida compõem as raízes, o tronco, os galhos, a copa e os frutos, fazendo alusão à função da estrutura de uma árvore, à estrutura da vida humana. O objetivo é fazer uma reorganização perceptiva por meio da narrativa da própria história, desenvolvida por Benzoni (2023) como parte das atividades de intervenção sobre o estresse.
- Inventário de Percepção de Estresse e Estressores de Benzoni (IPEEB) (Benzoni, 2023): instrumento de autorrelato composto por 42 afirmativas referentes a estressores cotidianos. As frases são divididas em oito domínios, sendo estes: estressores financeiros; estressores do ambiente de trabalho; cognições e comportamentos estressores; estressores do ambiente familiar; estressores das condições de saúde; estressores das condições de relaxamento; estressores relativos à carga de trabalho; e estressores dos relacionamentos sociais. As afirmativas são avaliadas em uma escala Likert que varia de 0 a 4 pontos de acordo com a intensidade e a controlabilidade percebida do estressor. O inventário permite identificar qual área da vida do indivíduo está contribuindo em maior grau para a geração e a manutenção do estresse. Sua aplicação leva, em média, 10 minutos. O IPEEB encontra-se no Anexo III.
- Escala Brasileira de Burnout (EBBurn) (Cardoso & Batista, 2023): instrumento de autorrelato composto por 26 afirmativas que avaliam três dimensões do *burnout* – exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal. As afirmativas são avaliadas em uma escala Likert que varia de 1 a 4 pontos, indicando a frequência da vivência de situações e

emoções agradáveis e desagradáveis relacionadas ao trabalho. Sua aplicação leva, em média, 5 minutos.

- Escala de Avaliação de Disfunções Executivas de Barkley – versão curta (BDEFS) (Barkley, 2018): instrumento de rastreio para disfunções executivas composto por 20 afirmativas que avaliam características relacionadas a gerenciamento do tempo, organização/resolução de problemas, autocontrole, motivação e regulação emocional. As afirmativas são avaliadas em uma escala Likert que varia de 1 a 4 pontos, indicando a frequência dos episódios relacionados a dificuldades enfrentadas no cotidiano, contribuindo para a identificação de áreas de funcionamento pessoal que necessitam de respaldo e intervenção. Sua aplicação leva, em média, 10 minutos.
- Bateria Online de Inteligência Emocional/Escala de Regulação Emocional (BOLIE) (Miguel, 2021): é composta por quatro testes – Teste de Organização de Histórias Emocionais, Teste de Velocidade Emocional, Questionário de Regulação Emocional e Questionário de Empatia. Nesta pesquisa foi utilizado apenas o Questionário de Regulação Emocional, que apresenta quatro escores: controle da impulsividade e irritabilidade, relacionado à forma como se vivencia impulsos e irritações; controle da sobrecarga emocional, relacionado ao modo como se vivencia eventos estressores; resiliência, relacionado à maneira como se lida com as demandas externas; escore total, representado pela soma dos fatores anteriores. As 23 afirmações são avaliadas em uma escala Likert que varia de 1 a 5 pontos, indicando a frequência da ocorrência de sentimentos, emoções e/ou estados de ânimo que, por sua vez, auxiliam na compreensão da regulação emocional do avaliado. Sua aplicação leva, em média, 10 minutos. O questionário é de aplicação *on-line*, com exibição mediante liberação de licença de uso com registro em CPF do participante respondente.
- Escala de Responsividade Social (SRS-2) (Constantino & Gruber, 2020): avalia a responsividade social por meio de seis marcadores: percepção social, cognição social, comunicação social, motivação social, padrões inflexíveis de comportamento, e comunicação e interação social. As 65 afirmações são avaliadas em uma escala Likert que varia de 1 a 4 pontos,

indicando a frequência dos episódios relacionados à qualidade das interações sociais, auxiliando na compreensão de aspectos associados ao comportamento social recíproco. Sua aplicação leva, em média, 20 minutos.

- Teste de Matrizes de Viena-2 (WMT-2) (Formann et al., 2018): é voltado para a triagem não verbal da aptidão intelectual, pois a resolução de suas tarefas não exige habilidades de natureza verbal do sujeito. Assim, o benefício do WMT-2 é a possibilidade de medir a inteligência por tarefas livres de influências culturais, resultando em uma medida de quociente de inteligência (QI), e avaliar a capacidade de resolver problemas abstratos como preditores da inteligência geral. O teste é composto por 18 matrizes incompletas para resolução, que podem ser completadas por sete opções, tendo como base as medidas ipsativas da avaliação psicométrica. Sua aplicação tem o tempo máximo, estabelecido pelo instrumento, de 30 minutos.
- Sistema de Avaliação por Performance no Rorschach (R-PAS) (Meyer et al., 2017): é uma abordagem moderna para a interpretação do Teste de Rorschach, permitindo a observação do desempenho comportamental do avaliando na solução de problemas visuais, cognitivos e perceptivos exigentes, além da designada personalidade em ação. Trata-se de dez estímulos de manchas de tinta semiambíguas, mas evocativas, que favorecem a avaliação da personalidade por autorrelato e relato do observador. Os aspectos avaliativos são quantitativos e qualitativos. Sua aplicação leva, em média, 40 minutos.

3.3 Procedimento de coleta de dados

Os participantes foram recrutados junto a médicos psiquiatras e neurologistas que atuam em parceria com a pesquisadora, que é neuropsicóloga. Entre as participantes, duas foram pacientes encaminhadas pelos médicos para diagnóstico diferencial de síndrome de *burnout*. Também foram aceitas na pesquisa duas pessoas que tiveram acesso à divulgação de captação de participantes, atendendo ao critério de apresentar sofrimento emocional elevado percebido como decorrente do trabalho e com indicativo de absenteísmo.

Uma vez encaminhadas para o diagnóstico diferencial, foi agendado dia e horário para um primeiro contato individualmente. Nesse primeiro contato foram apresentados os objetivos do projeto, bem como riscos e benefícios aos quais a participante estaria exposta, e, assim, foram convidadas a participar da pesquisa. Com as que aceitaram, foi lido o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e cada participante o assinou, em duas vias de igual valor e teor. Uma cópia do TCLE encontra-se no Apêndice A. Após a assinatura do documento, foi definida a agenda para a realização dos seis encontros previstos para o trabalho completo.

Com as datas dos encontros estabelecidas, iniciou-se a coleta de dados, realizada em seis encontros com previsão de 60 a 90 minutos cada um, podendo haver ajustes de tempo conforme necessário. Os encontros foram organizados de acordo com a sequência descrita a seguir.

- **Encontro 1:** inicialmente, foi realizado acolhimento psicológico com a finalidade de escuta qualificada para a demanda trazida acerca do contexto da pesquisa em questão. Na sequência, foi proposta a avaliação psicológica com a utilização dos recursos avaliativos na seguinte ordem: aplicação de R-PAS, IPEEB e EBBurn. Este encontro teve tempo médio de 60 a 90 minutos.
- **Encontro 2:** novamente, foi realizado um acolhimento inicial para a percepção do estado afetivo da participante, com realização de manejo emocional por parte da pesquisadora, quando necessário. Depois, foi proposta a avaliação neuropsicológica com a utilização dos recursos avaliativos na seguinte ordem: aplicação de WMT-2, BDEFS, BOLIE e SRS-2. Este encontro teve tempo médio de 60 a 90 minutos; constatou-se variância entre o tempo de execução da bateria proposta entre as participantes, que nem sempre utilizaram o tempo total previsto em cada instrumento, devido à facilidade de compreensão e execução.
- **Encontro 3:** discussão dos resultados da avaliação à participante da pesquisa. Neste encontro, os resultados obtidos em todos os instrumentos diagnósticos foram compilados e apresentados à participante, após um acolhimento inicial e manejo das demandas apresentadas após o encontro anterior. Essa devolutiva teve caráter compreensivo e orientativo, com discussões promovidas acerca dos resultados, que foram correlacionados

com as queixas iniciais apresentadas no contexto de trabalho e nas demandas cotidianas pelas próprias participantes. A discussão teve característica experiencial do manejo psicológico centrado na vivência da participante, com a promoção de um processo perceptivo por meio da experiência e do sentido pessoal, buscando uma integração entre resultados e percepção do mundo particular de cada participante.

- **Encontro 4:** aplicação da técnica de desenho-estória-tema, seguida da técnica de entrevista em profundidade focada na queixa. Este encontro também se iniciou a partir de um acolhimento, uma vez que as participantes demandaram discutir suas percepções acerca dos conteúdos abordados no encontro anterior, novamente correlacionando-os com as vivências entre um encontro e outro. Na sequência, então, foram propostas as técnicas referidas.
- **Encontro 5:** devolutiva orientativa por meio da rebiografia simbólica. Após um acolhimento psicológico inicial, com proposta de escuta ativa para a demanda apresentada acerca do estresse percebido, este encontro teve como objetivo auxiliar a participante na reorganização dos conteúdos abordados durante o processo, até o momento, com foco na experiência vivida e na percepção da participante sobre si mesma e a demanda apresentada no contexto profissional. A rebiografia simbólica é uma técnica terapêutica, fundamentada na proposta de Mahoney (1998), que consiste na reconstrução da narrativa de vida do paciente por meio de imagens, fotos e outros objetos significativos para ele. A atividade se deu por meio da oferta de diversas revistas ao participante, que teve de folheá-las e escolher três imagens que retratassem seu passado, seu presente e seu futuro profissional. Após as escolhas, elas foram discutidas e relacionadas com os resultados da avaliação, com o direcionamento de ações e posturas para superação do momento atual.
- **Encontro 6:** fechamento do processo com a técnica da árvore do resgate (Benzoni, 2023). Ela foi realizada após um novo acolhimento inicial de escuta ativa, para compreensão profunda e validação das experiências trazidas. Na sequência, foi proposta a realização da árvore do resgate, que parte da simbologia geral de uma grande árvore e de sua estrutura, tendo sido proposta por Benzoni (2023) como parte do Programa IRIS de

gerenciamento do estresse. A técnica consiste em oferecer ao participante o desenho de uma árvore em preto e branco, apenas com os contornos das raízes, do tronco, das folhas e dos frutos, e o participante deve escrever o que, da sua vida, representa as partes da árvore, preenchendo cada espaço do desenho. Objetivou-se retomar o processo como um todo e direcioná-lo para a sustentação do enfrentamento das situações estressoras com base nos valores estruturantes das participantes e nos resultados de todo o processo vivenciado por elas durante os encontros anteriores. Nesse momento, procurou-se facilitar o processo de dar sentido às experiências, fortalecendo recursos pessoais e potencialidades.

3.4 Procedimento de análise de dados

Uma vez que o trabalho foi desenvolvido por meio de uma estrutura prévia, com o estabelecimento de atividades específicas em cada um dos seis encontros, obteve-se um conjunto de dados relativos ao processo como um todo. Os resultados das avaliações psicométricas foram analisados seguindo as orientações específicas dos autores de cada instrumento, chegando-se a um quadro sobre o funcionamento neuropsicológico apresentado pelas participantes.

A entrevista semiestruturada foi gravada em áudio e transcrita literalmente. Em seguida, partindo do conjunto das quatro entrevistas, foram estabelecidas categorias *a posteriori*, advindas do procedimento de leitura flutuante (Bardin, 1977), as quais possibilitaram estruturar a análise de conteúdo das entrevistas de cada caso.

As atividades de desenho-estória-tema, rebiografia simbólica e árvore do resgate, por suas características disparadoras de conteúdo, foram registradas a partir de relatos após os encontros e analisadas por meio da apreensão de conteúdo na perspectiva da pesquisa clínico-qualitativa (Turato, 2003).

Cada caso foi analisado separadamente, gerando relatórios individualizados que permitiram a triangulação dos resultados das diferentes técnicas utilizadas de forma dinâmica. Essa análise possibilitou identificar a dinâmica de cada caso no decorrer do processo psicodiagnóstico. Por fim, os quatro casos foram comparados entre si, de modo a buscar compreender a efetividade e o alcance do procedimento como um todo, permitindo retornar à pergunta original da pesquisa.

4 RESSALVAS ÉTICAS

Para o desenvolvimento da pesquisa, foram adotados princípios éticos, respeitando-se a dignidade humana, garantindo o direito à privacidade, através do sigilo da identidade, e os preceitos previstos na Resolução nº 510, do Conselho Nacional de Saúde (2016), que trata sobre a condução das pesquisas envolvendo seres humanos no Brasil. Atendendo aos procedimentos claramente expressos nessa resolução, o projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa antes de se iniciarem os trabalhos de campo.

A pesquisa apresenta nível de risco considerado médio em função de desconfortos emocionais por abordar alguns aspectos relativos à saúde e à vida pessoal e profissional. Na condução dos trabalhos, foram adotados alguns cuidados éticos, como a apresentação do TCLE (Apêndice A), o qual explicou as questões relacionadas ao sigilo e à autonomia da participante em deixar de participar da pesquisa a qualquer momento, assim como assegurou o direito de sanar dúvidas sobre a pesquisa com a pesquisadora se assim desejassem. Como o trabalho foi desenvolvido presencialmente, o TCLE foi apresentado de forma impressa, lido em conjunto com as participantes e assinado em duas vias de igual valor e teor, ficando uma das vias com a participante e a outra arquivada com a pesquisadora principal.

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da UNIP, através do CAAE nº 81765724.5.0000.5512, e aprovado pelo parecer de nº 7105052, datado de 26 de setembro de 2024.

5 RESULTADOS

A partir da divulgação do trabalho, os interessados em participar do processo que atendiam aos critérios de inclusão foram encaminhados à pesquisadora, sendo que duas participantes foram encaminhadas por médicos para diagnóstico diferencial para síndrome de *burnout* e as outras duas foram encaminhadas pela própria instituição laboral para investigação, suporte e direcionamento ao tomarem ciência da existência da pesquisa em andamento. Dessa forma, quatro mulheres participaram da pesquisa, compondo o conjunto de casos aqui trabalhado. A Tabela 1 apresenta a caracterização do conjunto de casos.

Tabela 1 – Caracterização do conjunto de casos trabalhados

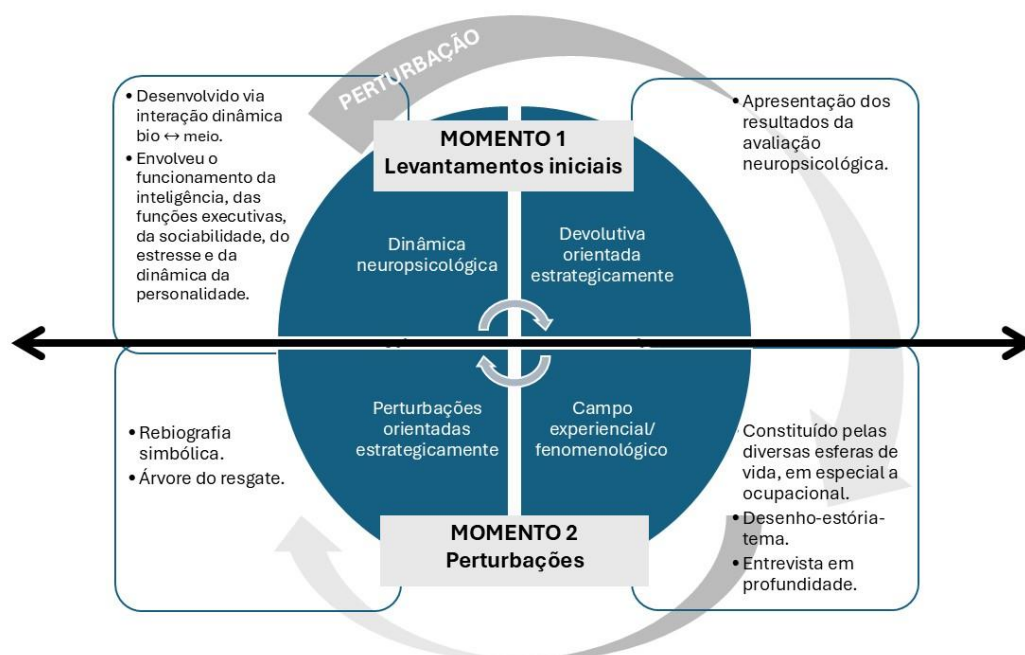
Participante	Idade	Estado civil	Escolaridade	Carga horária de trabalho
1 – E.C.P.	48 anos	Casada	Superior incompleto	40h/semana
2 – E.C.	51 anos	Casada	Superior completo	40h/semana
3 – D.F.	37 anos	Divorciada	Superior completo	44h/semana
4 – A.M.P.	50 anos	Casada	Superior completo	50h/semana

Fonte: Elaborada pela autora (2025).

Com a finalização dos quatro casos, observou-se que o processo se desenvolveu em dois momentos principais, sendo o momento 1 caracterizado pelos levantamentos iniciais relativos à dinâmica neuropsicológica das participantes e o momento 2 caracterizado pelas atividades mais específicas de perturbações estrategicamente orientadas. A Figura 1 traz a representação esquematizada do processo realizado.

Tomando como referência os momentos 1 e 2, sobre os quais o processo estudado se estabeleceu, os resultados de cada um dos casos, individualmente, foram analisados, de modo a compreender a dinâmica pela qual cada um deles se desenvolveu e, posteriormente, voltou-se à análise do processo psicodiagnóstico interventivo como um todo. Para cada caso foi desenvolvido um relatório completo, com todos os dados de cada uma das técnicas utilizadas, que se encontra no Anexo IV. Para análise dos testes, foram utilizadas as orientações manualizadas propostas pelos autores de cada instrumento.

Figura 1 – Estrutura metodológica do processo de psicodiagnóstico interventivo



Fonte: Elaborada pelo Prof. Dr. Paulo Benzoni.

Para análise das técnicas utilizadas no momento 2, em especial as entrevistas, a partir do conjunto de quatro casos, foram estabelecidas categorias *a posteriori*, advindas da leitura flutuante das transcrições, e, posteriormente, foram definidas aquelas que se constituíram em um crivo de análise do relato de cada caso na entrevista. As técnicas de desenho-estória-tema, rebiografia simbólica e árvore do resgate foram analisadas por um olhar compreensivo, clínico qualitativo (Turato, 2003), a partir do relato detalhado de cada encontro, realizados logo após sua ocorrência.

De modo a organizar o volume de resultados obtidos de maneira didática, primeiramente serão apresentados os resultados da análise qualitativa do conjunto de entrevistas, seguidos dos resultados sintetizados dos quatro casos. Por fim, serão apresentadas observações sobre o processo como um todo, a partir dos resultados dos casos em conjunto.

5.1 Resultados da análise das entrevistas

A partir da leitura flutuante da transcrição do conjunto das quatro entrevistas, foram estabelecidas nove categorias de análise que balizaram as análises das

entrevistas de cada um dos casos. As categorias, com suas respectivas definições e subcategorias, encontram-se na Tabela 2.

Tabela 2 – Categorias, subcategorias e suas respectivas definições, obtidas a partir das entrevistas dos quatro casos analisados

(continua)

Categorias	Definição	Subcategorias
Vivências parentais	Refere-se às percepções das práticas parentais vivenciadas durante a vida, como com mãe, pai, irmãos, avós, tios e filhos	Vivências recordadas com a figura materna Vivências recordadas com a figura paterna Vivências recordadas com os irmãos Vivências recordadas com os avós Vivências recordadas com os tios Vivências recordadas na educação dos filhos, como mãe
Vivências percebidas nos relacionamentos familiares atuais	Refere-se a vivências experimentadas nas relações familiares atuais que exercem influência, positiva ou negativa, sobre a participante	Vivências com o cônjuge Vivências com os filhos
Vivências percebidas nos relacionamentos no trabalho	Refere-se às percepções dos relacionamentos no trabalho, com superiores, pares e subordinados	Vivências percebidas no relacionamento com os superiores Vivências percebidas no relacionamento com os pares Vivências percebidas no relacionamento com os subordinados
Sentimentos percebidos com relação ao trabalho	Refere-se às percepções de como se sente no trabalho, com relação a responsabilidades e carga de trabalho atribuídas, bem como ao ambiente no qual está inserida	Percepção de responsabilidade Percepções quanto à carga de trabalho Percepções quanto ao ambiente de trabalho
Percepção sobre reconhecimento do que realiza	Refere-se às percepções sobre o reconhecimento que recebe pelo que realiza para com a família de origem, a família atual e no trabalho	Na relação com a família de origem Na relação familiar atual No ambiente profissional

Tabela 2 – Categorias, subcategorias e suas respectivas definições, obtidas a partir das entrevistas dos quatro casos analisados

(conclusão)		
Categorias	Definição	Subcategorias
Vivências de situação de violência	Refere-se às percepções sobre situações de diferentes tipos de violências sofridas a partir de sua família de origem, sua família atual e no ambiente profissional	Na relação com a família de origem Na relação familiar atual No ambiente profissional
Autopercepção	Refere-se às percepções que tem sobre si mesma como um indivíduo/pessoa, como mãe, esposa e profissional	Como indivíduo Como mãe Como esposa Como profissional
Percepção de suporte emocional	Refere-se às percepções que tem do suporte emocional que recebe da família, dos amigos e no trabalho	Percepção de suporte emocional na família Percepção de suporte emocional na vida social Percepção de suporte emocional no trabalho
Percepção de estresse	Refere-se a como percebe o estresse em si mesma, incluindo sintomas físicos, psicológicos e comportamentais	Percepção de sintomas físicos advindos do estresse Percepção de sintomas psicológicos advindos do estresse Percepção de sintomas comportamentais advindos do estresse
Modo de enfrentamento aos eventos estressores (<i>coping</i>)	Refere-se a como percebe a forma com a qual lida com os estressores na família, na vida social e no trabalho	Na família Na vida social No trabalho

Fonte: Elaborada pela autora (2025).

Após a definição das categorias, a entrevista de cada um dos casos teve suas falas categorizadas e, em seguida, foram realizadas sínteses de cada categoria e uma síntese final da entrevista. Os quadros com a categorização das falas de cada participante encontram-se no Anexo V e as sínteses de cada categoria, bem como a síntese final da entrevista, encontram-se no relatório individual de cada caso no Anexo IV.

Apesar de o foco inicial, ou seja, o critério inicial de encaminhamento se referir à vivência de situação de estresse advindo do trabalho, o conteúdo das entrevistas revelou um conjunto de situações estressoras oriundas de diferentes campos de

experiências, como história de vida pessoal, família atual e vida social. Isso possibilitou uma análise ampliada do quadro dinâmico de funcionamento de cada um dos casos, fundamentando uma compreensão ampla e dinâmica da inter-relação entre os dados dos testes da avaliação inicial e orientando estrategicamente os conteúdos que foram trabalhados nas técnicas seguintes, voltadas às perturbações estratégicas propriamente ditas. A seguir, serão apresentados os resultados da análise de cada um dos casos.

5.2 Resultados da análise dos casos

Para compor uma análise dinâmica dos efeitos do trabalho em cada um dos casos, foram elaborados relatórios individuais, organizados a partir da estrutura percebida nos momentos 1 e 2. Para cada um deles, todas as técnicas utilizadas foram analisadas separadamente, seguidas de uma síntese dos resultados. Também foi desenvolvida uma síntese, já de cunho interpretativo, apresentando a dinâmica de relacionamento entre os resultados percebidos. Por fim, foi realizada uma síntese interpretativa final de cada um dos casos.

Para efeito de organização do grande volume de dados, nesta seção, para cada caso, será apresentado um quadro resumo dos resultados, seguido das sínteses interpretativas do momento 1 (avaliações iniciais) e do momento 2 (perturbações estrategicamente orientadas) e uma síntese final. Os relatórios completos de cada caso constam no Anexo IV, como anteriormente citado, em que todos os dados são expostos detalhadamente.

5.2.1 Apresentação do caso 1

Participante: 1 – E.C.P.

Sexo: feminino.

Idade: 48 anos.

Estado civil: casada.

Situação familiar: casada há 25 anos, tem dois filhos adultos que recém saíram de casa para estudar e se casar.

Profissão: coordenadora administrativa, com funções acumuladas em outros departamentos, como vendas e recursos humanos (RH). Atua na mesma empresa há 13 anos.

Carga horária de trabalho: 40 horas semanais.

Formação: superior incompleto – cursando atualmente o último semestre do curso de Recursos Humanos.

O processo do caso 1 está descrito no Quadro 1, apresentado a seguir.

Quadro 1 – Resumo do caso 1

Situação atual	Síntese da avaliação	Devolutiva dos resultados	Desenho-estória-tema	Rebiografia simbólica	Árvore do resgate
Altos níveis de irritabilidade, dificuldade nos relacionamentos interpessoais, sucessivas crises de ansiedade e sensação de esgotamento permanente.	<p>Inteligência: desempenho abaixo do esperado. Indica dificuldade na resolução de problemas abstratos.</p> <p>Funções executivas: dificuldade no gerenciamento do tempo, resolução de problemas, autocontrole, motivação e regulação emocional. Capacidade acima do esperado no controle da impulsividade e irritabilidade, controle da sobrecarga emocional e resiliência.</p> <p>Estresse e estressores: não apresenta indicativos de vivência de estressores; não apresentou indicativos de frustração profissional e despersonalização, sem classificação indicativa para <i>burnout</i>.</p> <p>Sociabilidade: não apresenta características de comportamentos sociais patológicos.</p> <p>Avaliação psicológica: elevação do estresse, falhas no processamento cognitivo, alta sobrecarga, traços depressivos, déficits significativos no enfrentamento das situações, traços de perfeccionismo, vivências traumáticas em sua história de vida e postura defensiva diante de estressores.</p>	Seus resultados causaram grande mobilização emocional, indicando desestruturação em suas defesas pessoais, que provocou reflexão sobre a necessidade de mudança.	<p>Demonstrou atitude defensiva diante da tarefa. O desenho é pequeno, simplório, com poucos detalhes. O título atribuído à representação foi “Meu dia”. A narrativa descreve seu ambiente de trabalho, os desafios relacionais cotidianos e um apontamento sobre sua mudança de perfil afetivo.</p> <p>A entrevista subsequente apresenta diversos problemas em sua vida familiar em período concomitante ao início dos sintomas percebidos no ambiente de trabalho.</p> <p>Também apresenta vivência de práticas parentais desfavoráveis.</p>	<p>Reflexão sobre o impacto das suas vivências passadas na sua forma de ser e experimentar as situações da vida atual, buscando ser sempre uma mulher que se firma como forte.</p> <p>Essa necessidade de destaque, de oferecer suporte aos demais, pode estar relacionada a uma necessidade incessante de se sentir querida e valorizada pelos demais.</p>	Concluiu que a vida também precisa de podas, ou seja, de momentos de desestruturação, para uma reestruturação mais organizada e saudável. Ainda, assim como as árvores, nossa vida tem processos cíclicos, que seguem fases que passamos na vida.

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

5.2.1.1 Síntese interpretativa do momento 1

Inicialmente, ao receber a participante para o processo, foi feito um acolhimento para estabelecimento de *rapport*, com a finalidade de compreensão da demanda e favorecimento do vínculo para o processo, elucidando a respeito das etapas pertencentes ao psicodiagnóstico interventivo.

Na sequência, iniciou-se a investigação sobre a dinâmica neuropsicológica. E.C.P. demonstrou interesse em conhecer as técnicas utilizadas e aproveitou o momento para associar questões escolares vividas na infância com situações de vida atual e experiências no trabalho e não apresentou qualquer resistência durante o processo avaliativo. Ao final, relatou curiosidade a respeito do seu desempenho.

Seu funcionamento global indicou uma dificuldade relacionada à resolução de problemas abstratos, ou seja, não relacionados a experiências prévias e informações concretas. Também apresentou alterações de nível leve no funcionamento executivo, as quais estão diretamente relacionadas ao comportamento manifesto. A principal dificuldade observada foi na regulação emocional, evidenciando uma tendência a tolerar níveis elevados de sobrecarga emocional, manejando situações consideradas problemáticas com a finalidade de não exprimir suas emoções negativas e o estresse.

A respeito de sua percepção de estresse e frustração profissional, observou-se que estavam dentro dos níveis esperados. Entretanto, esse desempenho não é compatível com as queixas motivadoras do atendimento. A complementaridade avaliativa com uma técnica projetiva possibilitou uma compreensão mais ampla acerca da sua organização afetiva. Nessa técnica, identificou-se uma propensão a negligenciar a complexidade de suas próprias experiências internas, das experiências dos demais e do ambiente. Os resultados indicaram exposição a estressores crônicos e dificuldades na integração cognitiva, além de terem evidenciado uma postura defensiva diante de estressores.

Destaca-se que o desempenho que não identificou elevação do estresse foi apresentado por meio de instrumentos de autorrelato, em que há controle perceptivo e racional da participante sobre as respostas. Entretanto, na técnica projetiva utilizada, que promove respostas a partir da diminuição do controle consciente e orientado, identificou-se um mecanismo integrado de sintomas muito mais compatível com o relato inicial da participante. Então, a análise conjunta dos resultados indicou um falso

negativo, relacionado a uma rigidez que a leva a um embotamento dos sintomas emocionais, na mesma medida em que possibilitou uma compreensão ampla e dinâmica de E.C.P.

Na sequência, a apresentação dos resultados, que sucedeu um novo acolhimento e *rapport*, viabilizou um diálogo a respeito dos sintomas percebidos e dos níveis de intensidade deles, cujo objetivo foi abrir um campo perceptivo acerca das vivências ambientais, profissionais e experiências afetivas. Foram abordados os resultados sobre os apontamentos da percepção de estresse e estressores em toda a sua dinâmica de vida, abrindo espaço para a exposição deliberada de eventos atuais e passados pela participante.

Entrar em contato com seus resultados desencadeou uma mobilização afetiva e, pela primeira vez, foi possível perceber uma demonstração de emotividade da participante, que refletiu sobre a necessidade de mudança em seu estilo de vida e práticas atuais.

O momento 1 do processo de psicodiagnóstico interventivo, então, mostrou-se pertinente enquanto acesso e retorno de sintomas de modo orientado estrategicamente, o que leva a uma necessidade de reorganização de sua estrutura, que pode ser facilitada pelo momento 2.

5.2.1.2 Síntese interpretativa do momento 2

Todas as etapas do momento 2 partiram de um acolhimento inicial para fortalecimento emocional diante da demanda afetiva apresentada, uma vez dada a abertura para essa prática pela participante, que possibilitou o acesso a conteúdos da sua história.

A integração de técnicas evidenciou, ainda, mecanismos defensivos diante das vulnerabilidades emocionais de E.C.P., indicando uma marcada rigidez em seu funcionamento. Todavia, a continuidade pela entrevista trouxe à tona memórias das práticas parentais, do baixo reconhecimento e validação em sua história, aspectos que se repetem em muitos momentos e estão diretamente relacionados à sua constante busca por validação. Seus relatos, de modo geral, indicam um modelo de enfrentamento do estresse por esquiva e traduzem uma negligência do próprio bem-estar.

Na sequência, foram provocadas reorganizações da sua experiência profissional, por meio de uma narrativa simbólica que perpassou um histórico de negligência, o atual desconcerto psicológico e a perspectiva futura de mudança, com traços de esperança e motivação pessoal. A reconstrução da narrativa da sua própria história, sobretudo a partir das técnicas da rebiografia simbólica e da árvore do resgate, favoreceu o reconhecimento do seu crescimento pessoal e expansão profissional, atribuindo grande valor à sua força e determinação, que denotam orgulho da sua história de vida. As perturbações provocadas pelas técnicas favoreceram *insights* sobre a urgência de estabelecer limites a si mesma e aos demais, além de identificar a necessidade de compreensão e acolhimento das fragilidades psicológicas como caminho de constante transformação.

O processo se encerrou com uma narrativa própria de maior motivação, percepção de bem-estar, maior capacidade reflexiva e maior assertividade, sobretudo no ambiente de trabalho, o que reflete o impacto positivo das técnicas utilizadas na reorganização simbólica da sua história de vida.

O momento 2 do processo de psicodiagnóstico interventivo, então, mostrou-se pertinente em relação a atuar de forma a facilitar a reestruturação autopoietica, ligada dinamicamente ao momento 1, e ao mesmo tempo, provocar perturbações orientadas estrategicamente.

5.2.1.3 Síntese interpretativa final do caso

Inicialmente, E. C. P. demonstrou estar pouco confiante no processo, sem muitas perspectivas de melhoria em sua condição afetiva geral. Demonstrou estar esgotada, com humor irritadiço, sentindo-se sobrecarregada e com algumas resistências para buscar alternativas terapêuticas para si.

A etapa de testagem gerou muitos questionamentos sobre sua capacidade cognitiva, demonstrando certa necessidade de suprir alguma expectativa do avaliador sobre o seu desempenho. A apresentação dos resultados da avaliação neuropsicológica, por mais cuidadosa que a condução tenha sido, lhe trouxe impacto, que foi motivador de uma crise significativa, pois a fez dimensionar a intensidade do seu sofrimento e a conduziu à percepção de que, para além daquilo que se permitia demonstrar aos demais, havia níveis de sofrimento mental que careciam de

acolhimento. Ter essa compreensão não só a fez reconhecer a necessidade de suporte, como também lhe trouxe um imediatismo para buscá-lo.

Além disso, todo o processo, quando associado às técnicas da rebiografia simbólica e da árvore do resgate, facilitou uma reorganização interna motivadora de bem-estar, autoconfiança e segurança. Além disso, também acarretou a reavaliação de comportamentos disruptivos no ambiente de trabalho, associados à elevação da sua percepção de estresse, evidenciados a partir da mudança de hábitos no ambiente laboral, com pausas necessárias para o descanso, diálogo com os colegas a respeito dos seus limites na relação maternal estabelecida pelos demais em relação a ela, além da reflexão sobre o impacto que seu perfil irritadiço e reativo causava no ambiente de trabalho e na qualidade dos relacionamentos próximos.

O intervalo entre os encontros foi o tempo necessário para refletir uma mudança de postura, no semblante, na narrativa e em ações favoráveis a um cotidiano mais qualificado, que caminha, agora, ao encontro de expressar-se de forma justa, franca e apegada aos seus valores pessoais.

A relação entre os momentos 1 e 2 apresentou um movimento contínuo de transformação, que configura o psicodiagnóstico interventivo proposto. A participante passou de um funcionamento inicialmente defensivo, que pode ter indicado um resultado falso negativo, para uma maior abertura à reflexão autoperceptiva.

O que no começo se mostrou como embotamento e negligência afetiva, parece ter se reorganizado para o reconhecimento de fragilidades pessoais, acolhimento da sua história de vida e reflexão sobre um padrão de funcionamento de excessiva força e prestação de cuidados direcionados aos outros em detrimento de si mesma. Esses aspectos foram evidenciados a partir das reflexões autodirigidas, anteriormente apontadas, das mudanças de atitude no ambiente de trabalho, da busca por auxílio profissional interdisciplinar de psicologia para suporte afetivo e favorecimento do autoconhecimento, bem como do auxílio médico psiquiátrico diante dos sintomas de exaustão e esgotamento.

A adesão à psicoterapia posteriormente ao psicodiagnóstico interventivo denotou possíveis impactos positivos do método aplicado, uma vez que parece ter proporcionado uma ressignificação da sua história, em busca de uma relação mais consoante entre suas necessidades e as necessidades do ambiente em que vive.

5.2.2 Apresentação do caso 2

Participante: 2 – E.C.

Sexo: feminino.

Idade: 51 anos.

Estado civil: casada.

Situação familiar: casada há 18 anos, sem filhos, vive com o marido e os animais de estimação.

Profissão: professora de História, Filosofia, Sociologia e Projeto de Vida nos ensinos fundamental e médio. Também exerce a função de coordenadora de área de humanas em sua escola, com a função de orientar professores, oferecer formações docentes, assistir e mediar aulas, desenvolver projetos, elaborar documentos e realizar o planejamento e ementa de aulas.

Atuação profissional: há 22 anos.

Carga horária de trabalho: 40 horas semanais.

Formação: superior completo.

O processo do caso 2 está descrito no Quadro 2, apresentado a seguir.

Quadro 2 – Resumo do caso 2

Situação atual	Síntese da avaliação	Devolutiva dos resultados	Desenho-estória-tema	Rebiografia simbólica	Árvore do resgate
Apresenta níveis altos de esgotamento emocional, cansaço físico, elevação da ansiedade, aumento da frustração, percepção de sobrecarga de trabalho e desmotivação.	<p>Inteligência: indica capacidade na resolução de problemas abstratos.</p> <p>Funções executivas: dificuldade no gerenciamento do tempo, resolução de problemas, autocontrole, motivação, regulação emocional, controle da impulsividade e irritabilidade.</p> <p>Estresse e estressores: vivência de estressores no ambiente de trabalho, relacionados à carga de trabalho, às cognições e comportamento, e nas condições de relaxamento. Elevação de estresse/frustração profissional, sem características de despersonalização, com classificação de risco para <i>burnout</i>.</p> <p>Sociabilidade: não apresenta características de comportamentos sociais patológicos.</p> <p>Avaliação psicológica: déficit na capacidade de enfrentamento ao estresse, com recursos psicológicos inadequados, que se traduzem em dificuldade para expressar seus sentimentos, pensamentos e comportamentos. Estilo de enfrentamento defensivo. Indicativos de ansiedade e depressão.</p>	<p>Demonstrou estar assustada com seus resultados, conferindo várias vezes suas pontuações e qualificações das pontuações.</p> <p>Correlacionou-os com vivências, demonstrando identificar-se com cada observação trazida em seus resultados, ampliando sua autopercepção sobre situações em sua história de vida que foram sendo toleradas, negligenciadas, diminuídas, silenciadas, sempre com o objetivo de evitar conflitos, demonstrando uma forma muito individual de enfrentamento dos problemas.</p>	<p>Demonstrou motivação e engajamento, utilizou da criatividade para representar suas vivências profissionais. Intituiu o desenho como “Dois lados”. Relata a sensação de nunca se encontrar e de que nunca sabe se o que está fazendo é correto. Relatou sentir-se sugada, mas demonstrou afeição pelo trabalho, embora o tenha classificado como uma fonte alta de estresse.</p>	<p>Reflexão sobre a forma como suas convicções de escolha profissional foram determinantes para o alto engajamento no trabalho, que foi cultivado mediante muitas vivências positivas ao longo da carreira. Além disso, diante dos desafios situacionais da instituição, a retomada de suas memórias acerca das motivações para a escolha profissional pode favorecer novas estratégias para o enfrentamento das situações estressoras, que exigem uma reorganização pessoal diante das demandas, incentivando a priorização do autocuidado.</p>	<p>Concluiu que toda história é marcada por ranhuras e mudanças de fases, e que são justamente essas mudanças que se refletem em crescimento e longevidade, ou seja, desestruturações e reestruturações são necessárias para um funcionamento de vida mais maduro, elaborado e saudável.</p>

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

5.2.2.1 Síntese interpretativa do momento 1

Inicialmente, ao receber a participante para o processo, foi realizado um acolhimento visando ao estabelecimento do *rapport*, de modo a favorecer a compreensão da demanda e o estabelecimento de um vínculo para o percurso avaliativo. Foram esclarecidas as etapas do psicodiagnóstico interventivo, o que permitiu que E.C. demonstrasse curiosidade e interesse pelos instrumentos, bem como pelo seu próprio funcionamento. Em alguns momentos, a participante trouxe associações com suas vivências profissionais e pessoais, revelando espontaneidade no contato e abertura ao processo avaliativo.

No levantamento do funcionamento global, seus resultados indicaram recursos adequados para a resolução de problemas abstratos, ou seja, não relacionados a experiências prévias e informações concretas. No entanto, em relação ao funcionamento executivo, foram encontrados déficits expressivos em gerenciamento do tempo, regulação emocional e organização de tarefas, além de indícios de um leve nível de dificuldade associada a autocontrole, impulsividade e motivação. Apesar dessas fragilidades, E.C. demonstrou elevada capacidade de resiliência e manejo diante do excesso de emoções negativas, características que funcionam como fator de proteção diante da sobrecarga vivenciada.

No que se refere ao estresse, verificou-se ausência de indicadores relevantes em aspectos familiares, financeiros ou de saúde. Entretanto, a percepção de estressores no ambiente laboral mostrou-se bastante elevada, destacando exaustão, frustração profissional e sentimentos de desmotivação. Apesar disso, manteve-se baixo o índice de despersonalização, revelando interesse constante em colaborar com colegas e alunos, além de buscar relações de suporte, o que reforça sua disposição social e abertura a vínculos. O conjunto dos resultados sugere risco significativo para o desenvolvimento de *burnout*, dado o elevado desgaste profissional associado à manutenção de um padrão de engajamento intenso no trabalho.

A avaliação psicológica realizada por meio da técnica projetiva utilizada permitiu ampliar a compreensão acerca de sua organização afetiva, indicando fragilidades crônicas nas estratégias de enfrentamento ao estresse, uma vez que E.C. tende a suprimir sentimentos e pensamentos, utilizando um estilo defensivo e pouco flexível de funcionamento, o que impacta no modo como vivencia suas experiências. Foi identificada dificuldade em lidar com situações de maior impacto emocional,

presença de traços depressivos e elevação da ansiedade. Além disso, observou-se baixa atenção às experiências internas e externas, o que limita as integrações cognitiva e afetiva.

Durante a discussão dos resultados, a participante demonstrou expansividade, curiosidade e bom humor em relação ao seu desempenho e sintomas manifestos, mas também expressou surpresa com a intensidade dos seus sintomas. À medida que os resultados foram discutidos, E.C. relatou conflitos interpessoais frequentes no ambiente de trabalho, apontando desânimo e desesperança quanto a mudanças significativas nesse contexto, diretamente relacionados ao seu nível de estresse. Ao mesmo tempo, foi possível observar que, ao relacionar os achados com suas vivências, E.C. reconheceu padrões de silenciamento emocional e de enfrentamento voltado à evitação de conflitos, o que a auxiliou a ampliar sua autopercepção.

Esse momento possibilitou o contato de E.C. com seus sintomas de forma mais clara e concreta, favorecendo uma mobilização afetiva diante da necessidade de mudanças. Apesar do impacto inicial, foi possível notar aumento do engajamento e da motivação em refletir sobre novas estratégias para modificar sua condição atual.

Assim, o momento 1 do processo de psicodiagnóstico interventivo se mostrou essencial para a abertura de um campo perceptivo e reflexivo, favorecendo a conscientização de padrões e a preparação para a etapa seguinte, voltada à reorganização de sua estrutura e dos modos de enfrentamento.

5.2.2.2 Síntese interpretativa do momento 2

Todas as etapas do momento 2 partiram de um acolhimento inicial, com foco no fortalecimento emocional de E.C. diante da demanda afetiva apresentada, o que possibilitou acesso a conteúdos significativos de sua história pessoal e profissional. A participante demonstrou expansividade e curiosidade para as atividades propostas, revelando, entretanto, sinais de ansiedade e aumento progressivo da reflexão ao longo do processo.

A integração das técnicas evidenciou mecanismos de enfrentamento defensivos, com destaque para a supressão de emoções e para a dificuldade de manejo emocional na forma de lidar com situações de sobrecarga de estresse. Embora tenha apresentado elevado esgotamento emocional, frustração e sinais compatíveis com risco para *burnout*, E.C. também demonstrou resiliência e motivação

para manejar suas experiências de trabalho, o que pode ser considerado um bom indicativo para a obtenção de estratégias mais adequadas de enfrentamento ao longo do processo.

A entrevista aprofundou aspectos de sua história de vida, trazendo à tona memórias de situações de estresse familiar e profissional associadas à sensação de acúmulo de responsabilidades e à percepção de falta de suporte nos contextos em que esteve inserida. Esse padrão se refletiu em uma experiência profissional marcada por excessiva dedicação e autocobrança, que são acompanhadas de sobrecarga, cansaço e baixa autopercepção de seus próprios limites. Seus relatos indicam um modelo de enfrentamento pautado na esquiva de conflitos diretos e na tendência a se sobrecarregar para preservar vínculos, mesmo que em prejuízo de seu bem-estar.

A reorganização simbólica de sua narrativa profissional, favorecida pelas técnicas utilizadas, pode ter possibilitado que E.C. acessasse suas memórias de apreço e de afeição pelo trabalho atual e ao longo da carreira, as quais foram percebidas como sobrepostas aos problemas institucionais.

As perturbações provocadas promoveram reflexões sobre a necessidade de estabelecer limites, de acolher suas fragilidades emocionais e de buscar estratégias mais adaptativas de enfrentamento. A reflexão simbólica sobre sua trajetória favoreceu o reconhecimento de conquistas, de sua força pessoal e do valor de sua história de vida, aspectos que funcionam como recursos fortalecedores para novas reorganizações.

O processo se encerrou com uma narrativa de maior motivação, percepção ampliada de bem-estar e maior clareza sobre a importância da autopercepção e do autocuidado, sobretudo em relação ao ambiente de trabalho.

Assim, o momento 2 do psicodiagnóstico interventivo mostrou-se conveniente ao promover perturbações orientadas, uma vez que auxiliou no desenvolvimento de uma reorganização simbólica e autopoética, em continuidade dinâmica com o momento 1.

5.2.2.3 Síntese interpretativa final do caso

No início do processo, E.C. apresentou-se motivada para participar do psicodiagnóstico interventivo, embora demonstrasse sinais evidentes de esgotamento físico e emocional, associados principalmente ao ambiente de trabalho. Sua postura

evidenciava elevada dedicação às suas funções profissionais, mas também desânimo, frustração e sensação de sobrecarga, fatores que vinham comprometendo seu bem-estar. Apesar dessas dificuldades, mostrou curiosidade e abertura ao processo, o que favoreceu o estabelecimento do vínculo e o engajamento na avaliação.

A etapa de levantamento indicou capacidade adequada de resolução de problemas, mas algumas dificuldades importantes na organização de tarefas, regulação emocional e gerenciamento do tempo. Esses achados vão ao encontro do relato inicial, motivador pela busca de auxílio, de estresse acentuado no ambiente de trabalho, marcado por exaustão, sentimentos de desmotivação e frustração. Entretanto, foi possível perceber que E.C. tem um perfil colaborativo e sociável, com adequados vínculos interpessoais, os quais podem ser percebidos como fatores de proteção em meio às adversidades.

As técnicas utilizadas auxiliaram a ampliar a compreensão de sua organização afetiva, revelando fragilidades crônicas nas estratégias de enfrentamento, com tendência à supressão de emoções, rigidez defensiva e elevação de ansiedade. A participante demonstrou surpresa com a intensidade de seus sintomas psicológicos, mas reconheceu seus padrões de silenciamento e esquiva de conflitos que contribuíam para a intensificação do sofrimento, o que leva à reflexão sobre a importância do autoconhecimento emocional. Esse reconhecimento de características do seu funcionamento favoreceu uma mobilização afetiva e maior motivação para refletir sobre possíveis e necessárias mudanças.

No segundo momento, a retomada das reflexões e o aprofundamento por meio das intervenções propostas possibilitaram contato com memórias pessoais e profissionais, revelando um funcionamento marcado pela autocobrança, pelo excesso de responsabilidades e pela dificuldade em reconhecer seus limites. Ao mesmo tempo, o processo resgatou aspectos positivos de sua história, como o afeto pelo trabalho, seu habitual entusiasmo e a dedicação em toda a sua trajetória profissional, que coexistem com sentimentos de cansaço e frustração, mas não se sobrepõem a eles. A reorganização simbólica deu margem para que E.C. reconhecesse tanto o valor de sua trajetória quanto a necessidade de estabelecer limites e adotar estratégias mais adaptativas de enfrentamento.

As perturbações geradas ao longo do processo tiveram impacto significativo, promovendo abertura para uma reorganização interna que possibilitasse maior

clareza sobre sua condição atual, para o reconhecimento de fragilidades emocionais e para o fortalecimento de recursos internos. Por fim, foi possível observar uma mudança na narrativa sobre suas experiências profissionais atuais e na postura diante das dificuldades, com maior valorização do autocuidado e maior disposição em buscar alternativas para preservar sua saúde mental.

A relação entre os dois momentos se mostra por um movimento contínuo de transformação. O que inicialmente se expressava como sobrecarga e esgotamento, reorganizou-se em direção ao reconhecimento de limites pessoais, ao acolhimento de fragilidades e à reflexão sobre novos modos de enfrentamento. Esse percurso contribuiu para ampliar a autopercepção de E.C., permitindo que ela refletisse sobre suas experiências e buscasse maior equilíbrio entre suas necessidades individuais e as demandas externas.

O psicodiagnóstico interventivo, portanto, parece ter favorecido uma reorganização simbólica e autopoiética, uma vez que se inclinou para a continuidade do autocuidado emocional.

5.2.3 Apresentação do caso 3

Participante: 3 – D.F.

Sexo: feminino.

Idade: 37 anos.

Estado civil: divorciada.

Situação familiar: divorciada, com dois filhos, sendo um deles com quadro clínico de neurodivergência. Vive com a mãe e os dois filhos e atualmente está em um relacionamento de orientação homoafetiva.

Profissão: professora de Matemática no ensino fundamental. Também tem uma doceria informal, exercendo função de produtora e vendedora de doces.

Atuação profissional: há 6 anos (formal).

Carga horária de trabalho: 44 horas semanais.

Formação: superior completo.

O processo do caso 3 está descrito no Quadro 3, apresentado a seguir.

Quadro 3 – Resumo do caso 3

Situação atual	Síntese da avaliação	Devolutiva dos resultados	Desenho-estória-tema	Rebiografia simbólica	Árvore do resgate
Apresenta nível extremo de exaustão emocional, sofrimento psicológico, diminuição da autoestima, elevação da tristeza, temor, sensação de desamparo, desmotivação e falta de perspectiva futura. Apresenta diagnóstico prévio, com tratamento realizado e remissão de sintomas, de depressão.	<p>Inteligência: indica capacidade na resolução de problemas abstratos.</p> <p>Funções executivas: dificuldade na regulação emocional, no controle da impulsividade e irritabilidade, da sobrecarga emocional e baixa resiliência.</p> <p>Estresse e estressores: vivência de estressores no ambiente de trabalho, também relacionados às cognições e comportamento e às condições de saúde, e nas condições de relaxamento. Elevação de estresse/frustração profissional, sem características de despersonalização, com classificação de risco para <i>burnout</i>.</p> <p>Sociabilidade: não apresenta características de comportamentos sociais patológicos.</p> <p>Avaliação psicológica: dificuldade na capacidade de enfrentamento, elevação da ansiedade, dos traços depressivos, temor inibitório, desmotivação, dificuldade no manejo emocional, pensamento desorganizado e elevação de estresse e exposição a estressores. Não considera as relações solidárias e cooperativas.</p>	Demonstra ter sido impactada emocionalmente pelo seu desempenho, na medida em que os resultados tornaram claros os níveis de exaustão, desgaste e vivência de estressores, os quais têm tido dificuldade de lidar de maneira adequada, levando a sucumbir sua condição psicológica atual. Acrescenta diversos relatos sobre seu histórico de vida, indicando que as dificuldades de manejo em situações percebidas como estressoras é uma característica persistente em seu funcionamento.	Desenha uma escola, uma sala de aula e muitos papéis que representam as cobranças administrativas e institucionais. Além disso, há também um rosto com feição de preocupação e muitos pensamentos, que representam a sensação de pressão permanente. O título atribuído ao desenho é “Apesar de ser difícil, eu gosto muito de dar aula”.	Reflexão sobre as vivências relatadas, fazendo uma associação com o relato sobre não ter feito escolhas deliberadas sobre sua atividade profissional e o impacto disso em sua motivação, sobretudo nas situações difíceis do ambiente de trabalho, que requerem alto nível de resiliência, em contraponto à atividade concomitante que exerce por desejo e escolha, a qual, ainda que demande altos níveis de esforço e dedicação, são refletidas em ânimo, esperança e satisfação profissional. A reflexão propõe o tema de algumas desorganizações e reestruturações que podem ter desfechos favoráveis quando há intencionalidade sobre a ação.	Concluiu que uma trajetória apresenta marcas que refletem a capacidade de adaptação diante de adversidades. Elas, por sua vez, em muitos casos se refletem em crescimento e desenvolvimento, fazendo uma reflexão sobre cicatrizes emocionais e capacidade de adaptação, por meio da integração e da elaboração de vivências.

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

5.2.3.1 Síntese interpretativa do momento 1

Ao receber a participante para o processo, foi realizado um acolhimento voltado ao estabelecimento de *rapport*, visando a compreender sua demanda e favorecer o vínculo necessário aos percursos avaliativo e interventivo.

D.F. apresentou-se fragilizada, demonstrando cansaço, desânimo e incertezas quanto à própria capacidade de enfrentamento diante das situações cotidianas. Sua disposição para o processo foi notável, com indicativos de esperança diante da possibilidade de cuidado da sua demanda pessoal. A participante se mostrou colaborativa e interessada em todas as etapas do processo.

Durante a investigação do seu funcionamento neuropsicológico, seu desempenho indicou adequada capacidade para resolução de problemas abstratos, não relacionados a experiências concretas. Porém, observou-se dificuldade significativa na regulação emocional, baixa tolerância à frustração e à sobrecarga emocional, além de dificuldades no manejo da impulsividade, irritabilidade e estresse. Sua resiliência mostrou-se reduzida, sugerindo vulnerabilidade para lidar com situações adversas.

Os resultados referentes à percepção de estresse indicaram níveis muito elevados de exaustão e frustração profissional, especialmente relacionados a fatores interpessoais no ambiente profissional, o que vai ao encontro de suas queixas iniciais e reforça um risco importante para desenvolvimento de *burnout*. A participante demonstrou percepção negativa de sua capacidade para enfrentar as demandas atuais, além de sentimentos de desamparo e desmotivação.

A técnica projetiva utilizada complementou a compreensão de sua organização psicológica, evidenciando prejuízos na capacidade de enfrentamento ao estresse, presença de traços depressivos e de ansiedade elevados, pensamento desorganizado, além de percepção limitada de si e dos outros. Os resultados indicaram funcionamento defensivo, rigidez cognitiva e estilo interpessoal marcado por retraimento e evitação, que refletem a dificuldade de lidar com situações de sobrecarga emocional.

Na sequência, a discussão dos resultados foi conduzida com acolhimento e suporte, permitindo o fortalecimento do vínculo estabelecido e o favorecimento da expressão emocional da participante. Ao tomar contato com os resultados, D.F. demonstrou impacto e mobilização afetiva, reconhecendo a intensidade de seu

sofrimento e relacionando-o, deliberadamente, às dificuldades vivenciadas nos contextos profissional e pessoal. Esse contato demonstra ter dado abertura para o início de um processo de reflexão sobre sua condição atual, seus limites e a necessidade de fortalecimento psicológico.

Dessa forma, o momento 1 do psicodiagnóstico interventivo foi essencial para o acesso aos sintomas de forma orientada, ampliando a percepção sobre os próprios padrões de funcionamento e evidenciando a necessidade de reorganização emocional e afetiva.

5.2.3.2 Síntese interpretativa do momento 2

Todas as etapas do momento 2 iniciaram-se com acolhimento e manejo emocional, em razão do elevado nível de sofrimento psíquico e cansaço apresentados por D.F., especialmente diante das instabilidades profissionais e das dificuldades familiares que estava enfrentando. O fortalecimento do vínculo e o suporte emocional ofertado abriram espaço para que a participante expressasse suas vivências em um espaço de escuta qualificada, favorecendo o acesso e a reflexão de conteúdos profundos sobre sua história de vida e sua trajetória profissional.

A integração das técnicas apresentou uma trajetória de vida marcada pela percepção de desamparo, sobrecarga e sentimento de impotência, especialmente nas relações hierárquicas percebidas como rígidas. As atividades expressivas e simbólicas evidenciaram um funcionamento caracterizado pela passividade diante das adversidades, dependência emocional e um uso muito restrito de recursos internos de enfrentamento. Entretanto, o processo também possibilitou o reconhecimento de potencialidades e desejos até então pouco evidentes, sobretudo ligados ao prazer na atividade laboral que realiza de modo autônomo, complementar à atividade formal, que resgata a sua sensação de competência e realização.

A entrevista em profundidade destacou um padrão relacional de submissão e medo diante de figuras de autoridade, além de uma tendência à autocobrança e dificuldade em reconhecer suas conquistas. As vivências familiares e conjugais são percebidas e relatadas como experiências de negligência e violência, que contribuíram para a formação de uma autoimagem fragilizada e de baixa autoconfiança. Apesar disso, foram destacados alguns aspectos de força pessoal,

vinculados principalmente ao papel materno e à busca de estabilidade para os filhos, funcionando como fatores protetivos em meio ao sofrimento.

A rebiografia simbólica representou um momento de reorganização significativa, em que D.F. pôde ressignificar suas experiências profissionais e projetar novos sentidos para sua trajetória. A atividade favoreceu o reconhecimento da falta de autonomia na escolha profissional ao longo da vida, a tomada de consciência sobre o prazer e o senso de realização presentes em sua atividade paralela de confeitaria, resgatando motivações internas e o desejo de transformação. Essa reflexão favoreceu um movimento de autonomia simbólica, ainda inicial, mas voltado à ampliação da autopercepção e à revalorização de seus próprios desejos e capacidades.

A técnica da árvore do resgate somou a esse processo ao integrar vivências dolorosas e fortalecer a compreensão de que as marcas e as cicatrizes emocionais fazem parte de sua história de sobrevivência e crescimento. A atividade promoveu uma visão mais compassiva de si mesma e de suas experiências, valorizando o suporte afetivo proveniente dos filhos e das relações familiares e amorosas atuais, dando tonalidade positiva às conquistas pessoais e profissionais como resultados da sua persistência e resiliência.

O momento 2 do psicodiagnóstico interventivo pareceu abrir caminho para um movimento de reorganização simbólica e emocional, com ampliação da consciência sobre sua história, suas limitações e suas potencialidades. Observa-se a transição de um funcionamento centrado na impotência e na passividade para uma postura mais reflexiva e esperançosa, com abertura para mudanças e fortalecimento de seus recursos internos de enfrentamento. Dessa forma, o processo interventivo favoreceu perturbações orientadas que impulsionaram a participante em direção a um modo de ser mais autônomo, integrado e coerente com seus valores e desejos pessoais, além de ter motivado a busca por acompanhamento psicológico em continuidade a esse processo inicial.

5.2.3.3 Síntese interpretativa final do caso

Inicialmente, D.F. apresentou-se fragilizada, com expressivos cansaços físico e emocional, bem como sentimentos de desamparo e desmotivação diante das excessivas demandas profissionais e familiares cotidianas.

O resultado da sua avaliação indicou baixa tolerância à frustração, dificuldade na regulação emocional e percepção negativa de sua capacidade de enfrentamento, especialmente em relação ao contexto profissional, em que se observaram elevados níveis de estresse e exaustão. O vínculo terapêutico foi fundamental para o engajamento no processo, favorecendo a expressão emocional e o reconhecimento da intensidade do sofrimento.

A discussão dos resultados se refletiu em um impacto significativo na organização emocional de D.F., funcionando como ponto importante no processo reflexivo da participante, que passou a reconhecer com maior clareza suas limitações, a sobrecarga emocional e a necessidade de cuidado psicológico. Esse momento possibilitou o início de um movimento de tomada de consciência sobre seus padrões de funcionamento e o papel de sua vulnerabilidade na forma como lida com o estresse e com as relações interpessoais.

No segundo momento, foi possível observar o aprofundamento desse processo reflexivo e o fortalecimento do vínculo terapêutico, que favoreceram maior abertura emocional e o resgate de aspectos significativos de sua trajetória. As técnicas expressivas apresentaram um funcionamento marcado pela passividade e pela dependência emocional, mas também pela presença de forças internas relacionadas ao cuidado materno e à persistência diante das adversidades. A rebiografia simbólica e a árvore do resgate pareceram instigar a reorganização de sua narrativa pessoal, permitindo a ressignificação de vivências dolorosas e o reconhecimento de conquistas, resgatando o senso de competência e prazer vinculados à sua atividade paralela de confeitaria.

O processo interventivo demonstrou algum favorecimento para a ampliação da consciência sobre si mesma, a valorização de suas potencialidades e o início de um movimento de autonomia simbólica. Houve transição de um funcionamento centrado na impotência e no sofrimento para uma postura mais reflexiva, compassiva e esperançosa. A integração dos conteúdos emergentes entre os dois momentos indicou uma reorganização emocional significativa, evidenciada por maior clareza quanto às próprias necessidades e fortalecimento dos recursos internos de enfrentamento.

Assim, o psicodiagnóstico interventivo auxiliou no delineamento de um percurso de transformação que transitou do reconhecimento do sofrimento à ressignificação da

própria história, favorecendo um reposicionamento mais autêntico, coerente e alinhado aos valores e desejos pessoais da participante.

5.2.4 Apresentação do caso 4

Participante: 4 – A.M.P.

Sexo: feminino.

Idade: 50 anos.

Estado civil: casada.

Situação familiar: casada há 28 anos, tem três filhos, vive com o marido e dois filhos.

Profissão: técnica de informática e técnica de robótica.

Atuação profissional: há 14 anos.

Carga horária de trabalho: 50 horas semanais.

Formação: superior completo.

O processo do caso 4 está descrito no Quadro 4, apresentado a seguir.

Quadro 4 – Resumo do caso 4

Situação atual	Síntese da avaliação	Devolutiva dos resultados	Desenho-estória-tema	Rebiografia simbólica	Árvore do resgate
Apresenta níveis altos de irritabilidade, ansiedade, tensão, cansaço excessivo e menor percepção de satisfação com a atividade profissional, que se refletem nas relações interpessoais no ambiente de trabalho.	<p>Inteligência: indica capacidade na resolução de problemas abstratos.</p> <p>Funções executivas: dificuldade no gerenciamento do tempo e na regulação emocional, com dificuldade discreta na resolução de problemas, no autocontrole e na motivação.</p> <p>Estresse e estressores: vivência de estressores relacionados à carga de trabalho e às condições de saúde. Não apresenta exaustão/frustração profissional e despersonalização.</p> <p>Sociabilidade: não apresenta características de comportamentos sociais patológicos.</p> <p>Avaliação psicológica: elevação discreta relacionada à vivência de estressores ambientais, todavia, apresenta incidência muito alta relacionada a estressores crônicos, com indicativo psicopatológico geral associado à elevação de ansiedade, desengajamento, autocobrança e irritabilidade; apresenta baixa flexibilidade mental e sensação de sobrecarga afetiva muito significativa. Ainda, seus resultados indicam que, sob estresse elevado, sua reação é o embotamento.</p>	Perceber seu funcionamento neuropsicológico causou reflexões sobre situações futuras, demonstrando uma tomada de consciência dos gatilhos afetivos e ajustes comportamentais necessários para um melhor ajustamento e reações mais adaptativas.	Faz um desenho expansivo, representando um leito de um rio com duas margens e, ao fundo, um pôr do sol. Intitula como “Eterno recomeço”. Assim, descreve uma percepção sobre sua vida profissional e pessoal ser de constantes recomeços, que demandam readaptações diante das situações e adversidades.	Reflexão sobre suas escolhas ao longo da vida e o quanto se sente recompensada pelas mudanças e imprevistos que experimentou. Embora percebidas como estressoras, tensas e desgastantes, todas as situações foram apresentadas com níveis muito elevados de motivação e satisfação pessoal, refletindo sobre os aspectos de crescimento que podem ser advindos de vivências desafiadoras, pois todas foram associadas a uma enorme capacidade adaptativa e de enfrentamento dos desafios experimentados.	Concluiu que o reconhecimento de características pessoais depende da auto-observação, e cada pessoa carrega em seu modo de ser características advindas da sua história de vida e de seu ambiente. Processos desafiadores são necessários para organizações mais aprimoradas de funcionamento.

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

5.2.4.1 Síntese interpretativa do momento 1

Ao receber A.M.P. para o processo avaliativo, foi realizado um acolhimento voltado ao estabelecimento de *rapport* e à compreensão de sua demanda, de modo a favorecer o vínculo necessário para o percurso do psicodiagnóstico interventivo. A participante apresentou-se colaborativa, motivada e bastante interessada no processo, embora com níveis elevados de ansiedade em relação à avaliação, demonstrando preocupação em compreender cada etapa e refletindo seu perfil de autocobrança e necessidade de controle sobre as situações.

No relato inicial, A.M.P. demonstrou cansaço, tensão e altos níveis de irritabilidade e ansiedade, especialmente relacionados ao acúmulo de funções no ambiente de trabalho e à pressão por produtividade. Relatou também cansaço físico e emocional, associado à preocupação constante com as condições de saúde de seu filho e com seu próprio estado de saúde, o que tem impactado diretamente sua sensação de bem-estar e satisfação com a vida profissional.

Os resultados do processo avaliativo indicaram adequada capacidade de resolução de problemas abstratos, não pautados em situações concretas. Todavia, apresentou dificuldade no gerenciamento do tempo, na organização e na resolução de problemas, o que parece estar relacionado ao nível elevado de estresse percebido e à sobrecarga afetiva. Apesar dessas dificuldades, apresentou adequada capacidade de regulação emocional e controle da impulsividade, além de altos níveis de resiliência.

No que se refere à percepção de estresse, foram observadas elevações relacionadas à carga de trabalho e às condições de saúde, mas não em áreas como vida financeira, ambiente profissional ou relações familiares. O perfil de estresse identificado é predominantemente crônico, com indicativo psicopatológico de leve a moderado, caracterizado por elevada ansiedade, irritabilidade, desengajamento, baixa flexibilidade cognitiva e sensação de sobrecarga emocional. Os resultados sugerem que, diante de altos níveis de estresse, sua resposta tende ao embotamento afetivo e à dificuldade de processamento racional, o que pode gerar reações defensivas, especialmente sob forte pressão emocional.

Apesar dessas vulnerabilidades, a participante demonstra recursos pessoais importantes, como criatividade, espontaneidade e fortalecimento emocional advindo de vínculos afetivos estáveis e produtivos. Relata perceber suas relações

interpessoais como cooperativas e solidárias, o que funciona como fator de proteção em momentos de instabilidade.

Durante a discussão dos seus resultados, mostrou-se participativa e reflexiva, identificando-se com eles e relacionando-os a situações comuns do seu cotidiano profissional e familiar. A discussão sobre estressores e estresse crônico despertou uma mobilização emocional, levando-a a revisitar experiências dolorosas, relacionadas ao luto de sua filha, sendo este um evento marcante que moldou sua percepção sobre a vida e sobre as relações familiares. A lembrança desse episódio no contexto do encontro promoveu um momento de conexão afetiva e aparente alívio emocional, contribuindo para a compreensão do impacto dessas vivências em sua atual forma de lidar com o estresse e a sobrecarga.

Dessa forma, o momento 1 do psicodiagnóstico interventivo foi essencial para a ampliação da percepção de A.M.P. sobre seus funcionamentos emocional e cognitivo, favorecendo o reconhecimento de seus limites, vulnerabilidades e potencialidades. O contato com os resultados e a escuta acolhedora possibilitaram uma reflexão sobre a necessidade de autorregulação e cuidado pessoal, abrindo espaço para um movimento inicial de reorganização emocional e fortalecimento psicológico.

5.2.4.2 Síntese interpretativa do momento 2

As etapas do momento foram 2 iniciadas com acolhimento e manejo emocional, considerando o elevado nível de exigência e cansaço relatado por A.M.P., especialmente em razão da sobrecarga profissional e da multiplicidade de funções que desempenha. O espaço de escuta e reflexão possibilitou que a participante acessasse conteúdos afetivos ligados ao perfeccionismo, à autocobrança e à dificuldade de reconhecer limites pessoais, aspectos que atravessam tanto sua trajetória profissional quanto sua vida familiar.

A integração das técnicas favoreceu a clareza acerca de uma trajetória marcada por dinamismo, criatividade e comprometimento, mas também por um funcionamento pautado em alto controle e necessidade constante de desempenho. Suas narrativas expressam um padrão de enfrentamento caracterizado pela racionalização e pela esquiva emocional, com tendência a manter-se em atividade como forma de evitar o contato com sentimentos de vulnerabilidade e exaustão.

As vivências familiares revelaram modelos parentais que reforçaram valores de produtividade, competência e esforço contínuo, favorecendo a construção de uma identidade baseada no fazer e no desempenho. Esse padrão se perpetua na vida adulta, resultando em uma sobreposição de papéis e na dificuldade de reconhecer o próprio cansaço, ainda que mantenha uma percepção de realização e orgulho em relação às conquistas.

A entrevista em profundidade levantou a perspectiva de que, apesar de vivenciar o trabalho como fonte de prazer e propósito, o excesso de responsabilidades e a pressão por resultados geram sentimentos de desgaste e perda de equilíbrio emocional. A participante demonstra consciência de seu estresse e reconhece sintomas de esgotamento, mas tende a minimizar seus efeitos e evitar pausas, ou mesmo se impor limites em relação aos objetivos traçados, o que mantém o ciclo de sobrecarga.

A técnica da rebiografia simbólica representou um espaço de ressignificação de sua trajetória, permitindo reconhecer que os desafios enfrentados ao longo da vida também foram fontes de crescimento e afirmação pessoal, e favoreceu a identificação de metas futuras voltadas a serenidade, descanso e reconexão com aspectos subjetivos que foram, por muito tempo, negligenciados pela rotina intensa. Além disso, a técnica da árvore do resgate favoreceu a integração, de modo simbólico, de suas bases familiares, valores pessoais e conquistas, resgatando o sentido que atribui à atuação profissional e ao impacto positivo que exerce sobre as crianças e os adolescentes de sua equipe. O processo culminou na ampliação de sua autopercepção, promovendo a consciência de que o mesmo rigor que impulsiona suas conquistas também contribui para o esgotamento emocional, sinalizando a necessidade de equilíbrio entre produtividade e autocuidado.

O segundo momento do psicodiagnóstico interventivo abriu espaço para um movimento de reorganização simbólica e emocional, com maior integração entre o fazer e o sentir, entre o desempenho e o descanso, cujo desfecho do processo reflexivo foi voltado ao reconhecimento de limites e à valorização de recursos internos de resiliência e afetividade, abrindo espaço para um funcionamento mais autônomo, equilibrado e coerente com seus valores e necessidades pessoais.

5.2.4.3 Síntese interpretativa final do caso

Inicialmente, A.M.P. apresentou-se ao processo avaliativo demonstrando níveis elevados de ansiedade, irritabilidade e cansaço físico e mental, especialmente relacionados ao acúmulo de funções profissionais e à elevada exigência de desempenho que impõe a si mesma. A participante mostrou-se colaborativa, comunicativa e interessada, embora fortemente preocupada em compreender e controlar todas as etapas do processo, refletindo seu padrão de funcionamento pautado na autocobrança, no perfeccionismo e na necessidade constante de manter o controle sobre as situações.

Os resultados do primeiro momento indicaram adequada capacidade cognitiva voltada à resolução de problemas, criatividade e alto potencial de resiliência, mas revelaram dificuldades significativas no gerenciamento emocional e no equilíbrio entre desempenho e descanso, com percepção de estresse relacionada à carga de trabalho e às condições de saúde. Foram observados níveis elevados de estresse crônico, associados à sobrecarga de responsabilidades e ao envolvimento intenso com o trabalho, mas também em relação a experiências traumáticas em sua história de vida. Também apresentou sintomas emocionais de ansiedade, irritabilidade, choro e embotamento afetivo. Apesar das vulnerabilidades identificadas, a participante demonstrou importantes recursos internos, sustentados por vínculos afetivos estáveis e pelo sentido de propósito atribuído ao seu trabalho, que funcionam como fatores de proteção emocional.

No segundo momento, o processo interventivo abriu portas para a ampliação da consciência emocional e simbólica, promovendo reflexões profundas sobre sua trajetória e os padrões que estruturam seu modo de funcionamento. As técnicas expressivas evidenciaram uma história marcada por dinamismo, persistência e elevado senso de responsabilidade, mas também por um funcionamento rigidamente voltado ao desempenho e à produtividade, que dificulta o reconhecimento de limites e necessidades pessoais.

As técnicas expressivas utilizadas atuaram como instrumentos de integração e ressignificação de sua trajetória, auxiliando na promoção e na ampliação da autopercepção, além da percepção sobre o equilíbrio entre produtividade e autocuidado. Ainda, é possível perceber um favorecimento da reconstrução simbólica

de vivências significativas e a valorização de conquistas, além do resgate de valores familiares e do sentido de propósito profissional.

A integração entre os dois momentos pareceu abrir caminho para um avanço significativo no processo de autoconhecimento e reorganização emocional. A.M.P. reconheceu com maior clareza o impacto de sua rigidez interna sobre sua saúde e qualidade de vida, percebendo a necessidade de equilibrar o alto desempenho com práticas de autocuidado e descanso. O processo também trouxe algum favorecimento para a ampliação do olhar sobre si mesma de modo mais compassivo e equilibrado.

Assim, o psicodiagnóstico interventivo delineou-se como um espaço de escuta e reflexão favorável à reconexão entre o fazer e o sentir, promovendo a transição de um funcionamento centrado na produtividade e na autocobrança para uma postura mais integrada e serena. O percurso reflexivo teve a intenção de impulsionar o fortalecimento dos recursos internos de enfrentamento, o reconhecimento de suas potencialidades e a construção de um sentido mais equilibrado e coerente com seus valores, desejos e necessidades pessoais.

5.3 Resultados da análise do processo de psicodiagnóstico interventivo

De modo a analisar o resultado global do processo de psicodiagnóstico interventivo, os principais resultados dos casos foram organizados na Tabela 3, objetivando uma compreensão panorâmica do processo.

Tabela 3 – Compilação dos resultados observados em cada um dos casos durante o processo de psicodiagnóstico interventivo

(continua)

Momento	Encontro	Técnica utilizada	Observado			
			Caso 1	Caso 2	Caso 3	Caso 4
Momento 1	1	Avaliação com testes e escalas	Possibilitou identificar questões importantes sobre a dinâmica neurológica, com dificuldade cognitiva, mas alta capacidade de tolerar situações estressoras, além de indicar considerável negação da carga emocional e do estresse	Possibilitou identificar um bom desempenho cognitivo, mas falha na capacidade de resolução de problemas e no controle emocional, além de elevada carga de estresse. Apresentou classificação de risco para <i>burnout</i>	Possibilitou identificar um bom desempenho cognitivo, mas grande dificuldade no manejo de sintomas emocionais. Apresentou vivência elevada de estressores e indicou classificação de risco para <i>burnout</i>	Possibilitou identificar um bom desempenho cognitivo, mas dificuldade na regulação emocional. Apresenta vivência elevada de estressores relacionados à carga de trabalho e a condições de saúde
	2	Avaliação com Teste de Rorschach	Permitiu compreender que apresentava uma dinâmica defensiva, com dificuldades na integração cognitiva das experiências, aparentemente em função de situações traumáticas	Permitiu compreender a existência de um perfil com dificuldade no enfrentamento de situações estressoras, dificuldade no manejo emocional, com um estilo defensivo de enfrentamento	Favoreceu a compreensão sobre grande dificuldade no enfrentamento de situações estressoras, muitos sintomas psicopatológicos e desorganização no pensamento, que impactam sua afetividade global	Viabilizou a identificação de um elevado nível de vivência de estressores crônicos, que superam os situacionais, diretamente relacionados à vivência de flutuações de humor e que desencadeiam embotamento do comportamento

Tabela 3 – Compilação dos resultados observados em cada um dos casos durante o processo de psicodiagnóstico interventivo

(continuação)

Momento	Encontro	Técnica utilizada	Observado			
			Caso 1	Caso 2	Caso 3	Caso 4
Momento 1	3	Devolutiva orientativa	Desencadeou uma mobilização afetiva e perturbadora, direcionando-se à compreensão da necessidade de mudança em seu estilo de vida	Demonstrou ter sido impactada pelos resultados, identificando-se com o que foi apresentado e demonstrando ter aumentado seu nível de percepção acerca dos desgastes físico e mental, o que desencadeou aumento da motivação e engajamento para o cuidado	Demonstrou ter sido impactada emocionalmente pelo desempenho, na medida em que eles tornaram claros os níveis de exaustão, desgaste e vivência de estressores, os quais têm tido enfrentamento inadequado, levando a sucumbir sua condição psicológica atual	Demonstrou grande perturbação ao identificar os estressores crônicos e situacionais, abrindo espaço para reflexão sobre o impacto das vivências familiares sobre sua condição emocional atual, manifesta por meio de elevação de estresse no ambiente de trabalho, por sentir-se sobrecarregada
			Gerou um contato com sua forma de atuação no ambiente de trabalho, buscando ser produtiva enquanto ajuda a todos que recorrem a ela	Gerou uma clareza sobre suas experiências profissionais e a sensação de dúvida e insuficiência advinda destas	Apresentou uma narrativa de excessivas expectativas sobre si, elevado nível de cobrança e pressão ambiental, que se traduzem em sobrecarga superior ao que considera capaz de enfrentar	Gerou maior contato com processos de mudança em sua vida profissional e pessoal, que demandam constantes adaptações diante das situações e das adversidades
Momento 2	4	Desenho-estória-tema e entrevista	Refletiu sobre o quanto sua história, relações parentais e experiências de vida a levaram a sempre buscar aprovação externa, buscando uma valorização pessoal e reconhecimento das suas capacidades	Refletiu sobre problemas institucionais em diversos níveis que geram impacto de esgotamento sobre si e entrou em contato com vulnerabilidades pessoais em sua história de vida que somam a essa percepção de desgaste	Apresenta uma dinâmica de passividade nas relações hierárquicas ao longo da vida. Refletiu sobre o impacto negativo que a instabilidade profissional e os problemas familiares atuais exercem sobre suas condições emocional e física	Reflete sobre um padrão de funcionamento aprendido no ambiente familiar, com uma dinâmica constante voltada ao fazer e à produtividade, o que a leva à sobrecarga de trabalho, com estratégias pouco eficientes para lidar com situações afetivas desfavoráveis

Tabela 3 – Compilação dos resultados observados em cada um dos casos durante o processo de psicodiagnóstico interventivo

(conclusão)

Momento	Encontro	Técnica utilizada	Observado			
			Caso 1	Caso 2	Caso 3	Caso 4
Desfechos e direcionamentos	5	Rebiografia simbólica	Possibilitou o contato com os reflexos de sua história de vida no seu modo de ser e agir no trabalho, refletindo sobre o quanto precisa se preservar e não ter que provar sua competência aos outros	Possibilitou a retomada de sentido em sua história de vida profissional, encontrando motivação para o enfrentamento das situações que percebe como problemáticas em seu cotidiano	Favoreceu a compreensão sobre as vivências relatadas, com a necessidade de exercer uma postura ativa diante do que considera um problema em sua vida, tornando possível vislumbrar perspectivas futuras que lhe trariam maior percepção de realizações pessoal e profissional	Permitiu a reflexão sobre suas escolhas, sobretudo profissionais, que a expõem a constante estresse, mas que são percebidas como motivadoras e recompensadoras, refletindo-se em percepção de evolução e crescimento, com grande capacidade adaptativa
	6	Árvore do resgate	Refletiu sobre a necessidade de viver os ciclos de vida e das “podas” para recomeçar, exercendo uma postura ativa e em constante movimento em busca de suas realizações	Concluiu que sua história de vida está entrelaçada às experiências atuais e que momentos perturbadores abrem espaço para novos momentos melhores, marcando os ciclos da vida	Observou uma trajetória de vida marcada por constantes adaptações diante das adversidades, as quais resultam em desenvolvimento em direção aos seus objetivos	Observou a necessidade de ampliação da autopercepção e busca de estratégias eficientes de <i>coping</i> . Concluiu que os processos desafiadores são necessários para organizações mais aprimoradas do funcionamento
			Deu continuidade a cuidados à saúde mental com apoio medicamentoso e psicoterapia, ao que antes resistia, objetivando mudar sua forma de atuar na vida e, em especial, no trabalho	Demonstrou percepção mais elevada sobre seus sintomas de esgotamento, problemas do ambiente e vulnerabilidades na vida, e buscou modificar suas ações no ambiente de trabalho para autopreservação e diminuição do estresse	Demonstrou ampliação da autoconsciência, valorização dos seus potenciais e diminuição da desesperança. Em novas vivências desafiadoras, buscou auxílio psicológico para suporte no manejo da situação-problema	Favoreceu a reconexão entre suas ações e o modo como se sente ao executá-las, com redirecionamentos voltados a autopercepção e mudanças comportamentais em busca de equilíbrio entre a sensação de recompensa pelas suas ações e o nível de sobrecarga decorrente

Fonte: Elaborada pela autora (2025).

6 DISCUSSÃO

Este trabalho objetivou desenvolver um modelo de psicodiagnóstico interventivo do estresse percebido como de origem ocupacional a partir da psicologia construtivista cognitiva e com contribuições da neuropsicologia. Busca-se, neste capítulo, interpretar os resultados obtidos à luz dos referenciais teóricos apresentados e dos objetivos que orientaram esta pesquisa.

A neuropsicologia é uma ciência ampla, múltipla e que se fundamenta em duas raízes: a neuropsicologia cognitiva (Eysenck & Keane, 1994; Sternberg, 2000), que postula uma relação estática e unilateral entre processos psicológicos e estruturas cerebrais; e a neuropsicologia sócio-histórica-cultural (Vygotsky & Luria, 1996), que tem uma abordagem sistêmica, integral e dialética da relação entre os processos psicológicos e o sistema nervoso central, buscando descrever a possível relação entre os níveis fisiológico e psicológico dos processos cognitivos e afetivos do ser humano. Adotou-se como norte esta última, que evidencia de forma clara a dependência entre estrutura e função cerebral aos efeitos do desenvolvimento cultural, enfatizando a dimensão social das funções psicológicas. A esse princípio integrou-se mais um olhar conceitual das neurociências, apresentado por Walter Freeman, que apresenta um conceito neurodinâmico que enfatiza o cérebro como um sistema complexo, auto-organizado e adaptativo, que oscila entre diferentes estados, de acordo com a informação advinda do campo perceptivo, sempre buscando alcançar o equilíbrio interno (Sousa, 2015).

Portanto, compreende-se aqui um modelo dinâmico e sistêmico da neuropsicologia, intimamente relacionada ao contexto social e à forma como o mundo é experimentado individualmente (Glozman, 2020; Sousa, 2015). Essa relação de dependência entre o funcionamento neurocognitivo e o campo fenomenológico da cultura aproxima e liga esse olhar ao construtivismo, do ponto de vista dos acoplamentos de terceira ordem, apontados por Maturana e Varela (2009), que considera que o organismo e o ambiente se ajustam mutuamente ao longo do tempo, buscando mudanças internas de acordo com sua própria organização.

Partindo da condição da percepção de estresse relacionado ao trabalho, que demonstrou, a partir das narrativas iniciais das participantes deste estudo, estar repercutindo de maneira significativa sobre os seus funcionamentos cognitivo e emocional, desenvolveu-se uma avaliação neuropsicológica focada na queixa como

instrumento de integração de aspectos objetivos e subjetivos do funcionamento mental. Essa integração tende a favorecer não apenas a caracterização de possíveis alterações cognitivas, mas também o entendimento de fatores afetivos e emocionais relacionados ao modo de agir nas situações e nas experiências apresentadas. Nessa ótica neuropsicológica, a avaliação não direciona o foco na descrição de déficits, mas no reconhecimento de forças e fragilidades para construir caminhos de superação por meio da intervenção. Então, avaliação e intervenção caminham juntas para o desenvolvimento conjunto de estratégias de suporte – princípios apresentados por Luria em sua teoria (Glozman, 2020; Vygotsky & Luria, 1996).

Nessa perspectiva, compreende-se que o estresse ocupacional apresentado como sintoma não é algo isolado, ele faz parte de um sistema funcional do organismo como um todo. Então, esta análise propõe uma visão dinâmica e investigativa da história de desenvolvimento dos sintomas de estresse, uma vez que, ao se tratar de sujeitos individuais, podem existir dinâmicas distintas do mesmo sintoma. A utilização de testagem para mensuração de construtos relacionados ao dinamismo psíquico não viabiliza um olhar puramente psicométrico, mas dá abertura para uma visão ampla e mais qualitativa, buscando nessa intersecção de técnicas investigativas informações mais profundas para a condição clínica apresentada.

Buscando compreender o funcionamento psíquico das participantes deste estudo, o processo de avaliação neuropsicológica, que englobou o estudo da inteligência por fator geral, do funcionamento executivo, das habilidades sociais, do processamento cognitivo e da organização afetiva relacionada à vivência de estressores e estrutura de personalidade, viabilizou a ampla compreensão do dinamismo de funcionamento das participantes, seus modelos de percepção de mundo e suas capacidades de atuação. Assim, os resultados encontrados, conjunto da investigação neuropsicológica utilizada, indicaram perfis distintos.

O caso 1 indicou dificuldade na resolução de problemas, mas apresentou um perfil altamente resiliente e com grande capacidade para tolerar situações estressoras. Seu perfil indicou grande tentativa de ocultar sintomas estressores percebidos, mas, em contraponto, sua análise psicológica apresentou alto nível de estresse. Essa divergência pôde ser contextualizada como uma estratégia defensiva, totalmente justificável quando associada ao perfil clínico e à história de vida, em que a participante está em constante busca por validação e aprovação social, sem poder demonstrar fraquezas. Os demais casos, por sua vez, apresentaram maior

capacidade cognitiva para a resolução de problemas, mas que foi diretamente impactada pela elevação da sobrecarga de estresse e por prejuízos no autocontrole, na motivação e na regulação emocional. Os perfis psicológicos apresentados voltam-se a uma percepção elevada de sintomas de estresse, experiências traumáticas ao longo da vida, relações interpessoais pouco cooperativas e vivência de estressores crônicos, não relacionados à demanda situacional.

Esses dados, quando somados e qualitativamente analisados em conjunto com as informações coletadas acerca da história de vida, evidenciam perfis de mulheres que, por necessidade ou deliberadamente, precisaram assumir funções de alta responsabilidade desde muito jovens para suprir as necessidades ou objetivos de vida, envolvidas por autocobrança elevada ou pressões ambientais, que se tornaram um modo repetitivo de funcionamento. A esse respeito, Castro e Brandes (2024), em um artigo sobre a saúde mental feminina relacionada ao acúmulo de funções, discutem a complexidade das dinâmicas sociais que permeiam o papel das mulheres ao longo da história, referindo pressões psicossociais enfrentadas sobretudo por uma questão relacionada ao machismo estrutural, que as leva a um acúmulo de funções e expectativas sociais. Ainda, as autoras indicam a necessidade de intervenções psicológicas e sociais para promover o bem-estar mental e a autonomia das mulheres.

Sequencialmente à etapa de avaliação neuropsicológica, foi proposta a realização de devolutivas e discussões dos resultados obtidos com o objetivo de promover a compreensão e a integração dos achados avaliativos ao contexto subjetivo e vivencial de cada participante. Mais do que comunicar dados, essa etapa desempenhou um papel de transformá-los em conhecimentos significativo e simbólico sobre os próprios funcionamentos cognitivo e afetivo, favorecendo processos de autoconsciência e fortalecimento pessoal, além de viabilizar que cada resultado pudesse ser contextualizado à experiência real das participantes.

Então, o encontro de discussões dos resultados teve uma função de perturbação estratégica, uma vez que adentrou às defesas pessoais e provocou uma necessidade de mediação e mudança, decorrente da autopercepção das participantes acerca das suas histórias de vida, resgatando vivências, relações e afetos percebidos que possibilitaram articular a história pregressa com a situação de estresse atual. Assim, ao desenvolver um processo que favorece a autopercepção, viabiliza-se a ampliação da compreensão acerca de si mesmo.

Essa etapa se configura na promoção de perturbações orientadas, que consistem em um dos atributos técnicos da psicoterapia construtivista cognitiva, buscando mediar a situação emocional e graduar a intervenção para produzir mudanças que conduzam, de modo estratégico, ao aumento dos níveis de autoconsciência (Pavez García, 2022). Nesse aspecto, Mahoney (2005) aponta que a desorganização é um componente natural e necessário da reorganização de processos de ordenamento da vida.

Desse modo, pode-se considerar que a abordagem construtivista cognitiva em psicoterapia (Yáñez et al., 2001) pode se unir à análise neuropsicológica e escalonar uma intervenção, por enfatizar que a percepção de mundo e o conhecimento são construídos ativamente, atribuindo ênfase na interação social e no contexto cultural ou ambiental (Thofehrn & Leopardi, 2006). Assim, pode-se destacar que as práticas humanas são ontologicamente constituídas em sua própria história (Ferreira & Nabuco de Abreu, 1998). O segundo momento do processo partiu dessa perturbação estratégica. Tratou-se, portanto, de um momento de ressignificação e reconstrução narrativa sobre o próprio funcionamento mental.

Uma vez proposta a técnica do desenho-estória-tema, seguida da entrevista em profundidade, objetivou-se favorecer a organização do discurso e da narrativa acerca da vida profissional das participantes. Essa proposta foi desenvolvida com a solicitação de um desenho que representasse a vida profissional, seguida de uma história com começo, meio e fim acerca da produção. Esse recurso de construção simbólica da experiência profissional permite a expressão de conteúdos afetivos e representações internas que, muitas vezes, não se manifestam deliberadamente. Essa etapa abriu margem para a simbolização diante das vivências e sintomas estressores percebidos, ampliando o entendimento sobre como o estresse é vivenciado atualmente e as experiências subjetivas correlacionadas.

Observou-se o efeito da desestruturação orientada estrategicamente para a reorganização afetiva das participantes, pois a mobilização emocional demonstrada na discussão dos resultados abriu espaço para a construção de desenhos muito representativos da própria história. A postura diante da proposta e a própria execução da tarefa foi muito pessoal, carregada de características da personalidade que alternaram entre atitude defensiva e maior motivação para a realização. A técnica auxiliou as participantes a revisarem sua ambiência situacional e sua história de vida,

favorecendo a reorganização da experiência percebida como estressora e dos impactos dessa condição.

A atividade foi disparadora para aprofundar a narrativa da história de vida em pontos semiestruturados sobre a vida familiar, profissional, em situação atual e pregressa, buscando uma expansão de sentido na própria história. Então, a proposta da entrevista em profundidade ampliou, para as participantes, a elaboração discursiva daquilo que foi inicialmente representado de modo simbólico. Nesse momento, observou-se que o estresse não é destacado apenas como vivência atual, mas apresenta raízes sociais construídas nas experiências parentais, afetivas e profissionais, e se modificam com maior ou menor intensidade em uma relação direta com a percepção de suporte ambiental recebido.

Assim, as técnicas utilizadas vêm ao encontro do que é discutido por Zagmutt (2010), que propõe que o humano é um ser narrativo tanto em relação a si mesmo quanto em relação ao mundo. Ainda, tende a utilizar da linguagem temática, com a qual se pode organizar a experiência na forma de um tema que tem uma sequência que começa, se desenvolve e termina, permitindo que a informação possa ser acumulada e transmitida, separando-se da experiência em curso, que é circunstancial e efêmera. Portanto, desenvolver uma linguagem temática afeta diretamente a consciência, que passa de imediata – do aqui e agora – para uma consciência temática que implica estar em condições de ter um sentido de si mesmo mais estável e permanente. O autor discorre sobre a ideia de que atuar com eixos temáticos desenvolve narrativas que têm início, meio e fim, e passam a ser o referencial pessoal interno que vai respaldar um sentido de identidade pessoal permanente e consistente no tempo. A consciência provocada é a propriedade adquirida pela evolução da mente humana, que afeta diretamente a maneira como uma pessoa se sente no mundo e como se relaciona com os demais (Zagmutt, 2010).

No que se refere ao estresse ocupacional, enfatiza-se a importância da compreensão desse fenômeno de modo amplo, como proposto por Benzoni (no prelo), uma vez que a magnitude do evento estressor da situação inicial do processo envolve toda a constituição das participantes, e não somente se correlacionada às demandas do espaço laboral.

Entre as participantes, as percepções relativas aos eventos estressores ao longo da vida são divididas entre limitantes e motivadoras, que desencadeiam reações adaptativas distintas e se refletem ou em uma proteção do funcionamento psicológico

ou em sua vulnerabilidade. Por meio das histórias de vida apresentadas, das experiências em relação à infância e às práticas parentais, somadas às percepções parentais e sociais da adolescência, bem como às ocorrências percebidas como traumáticas, desafiadoras ou desgastantes, foi possível estabelecer uma relação com a percepção de suporte e dinâmica ambiental ao longo da vida, com a dificuldade na regulação emocional, evidenciada nas avaliações neuropsicológicas, e na adesão a estratégias de enfrentamento eficientes, que culminou na elevação do sofrimento psicológico manifesto no ambiente de trabalho.

O caso 1 evidencia práticas parentais de pouco suporte e afetividade, somadas a experiências relacionais marcadas por machismo estrutural percebido até o momento atual, que desencadearam o desenvolvimento de alto nível de resiliência para um modo de enfrentamento solitário, com pouca validação externa e com excessiva autocobrança, buscando um estereótipo de força e resiliência.

O caso 2, por sua vez, apresenta um histórico de autenticidade, mas muita insegurança diante das características físicas e cobranças advindas das práticas parentais maternas, que foram determinantes para uma autoimagem fragilizada e com comprometimento da autoestima por um longo período da vida. Posteriormente, a vivência do luto sequencial dos seus pais e irmão acarretou, de modo indesejado, a necessidade de assumir um papel de cuidado e gerenciamento do entorno da vida familiar, o que foi percebido como sobrecarga afetiva altamente impactante.

O caso 3 também apresenta práticas parentais desfavoráveis ao desenvolvimento afetivo e da autonomia, atribuindo à figura materna e à da tia os papéis de resolução das situações de vida e de acolhimento, respectivamente. Suas percepções apresentam uma identificação com o feminino muito alta e grande fragilidade diante da figura masculina. Entretanto, apresenta baixa resiliência e não dispõe de estratégias adequadas de enfrentamento em situações adversas, o que desencadeia sintomas psicopatológicos graves.

Por fim, o caso 4 relata práticas parentais fortalecedoras e motivacionais, mas intensamente pautadas na ação e na exploração do mundo, favorecendo o desenvolvimento de um modo de funcionamento de alta *performance*, inquietude e elevada autocobrança por produtividade, indicando um olhar muito voltado à atividade externa e pouco voltado à atividade interna, o que desencadeia maior vulnerabilidade ao sofrimento psicológico.

Opazo e Suárez (1998), ao fundamentarem a epistemologia construtivista em psicoterapia, afirmam que a recordação é uma reconstrução imaginativa, elaborada a partir da relação da atitude atual com todo o conhecimento ativo da experiência passada. Então, uma recordação nunca é exata, mas essa percepção do pensamento e da experiência é organizada pelo sistema cognitivo. Os conteúdos da experiência são necessariamente criados, pois toda experiência é relativamente concreta e primária, mas todas as sensações, percepções e imagens mentais são o produto de uma superposição de muitas classificações e eventos percebidos, e sempre são agregadas novas experiências e informações sobre a base anterior.

Na sequência, ao se propor a técnica da rebiografia simbólica, inspirada na rebiografia narrativa de Mahoney (1998), objetivou-se construir uma narrativa sobre a percepção das participantes a respeito do trabalho. Essa proposta é introduzida de modo sequencial à desestruturação e à reorganização das participantes no processo, de modo a favorecer, além da organização narrativa da vida ocupacional, a ressignificação de realidades pessoais por meio de metáforas importantes na vida psicológica delas.

Essa combinação de técnicas parece ter contribuído para reorganizar a coerência interna do discurso a partir do reconhecimento de conflitos e da utilização de recursos pessoais, uma vez que a narrativa construída auxiliou as participantes a organizarem mentalmente suas experiências, como coautoras da sua realidade psíquica, ao atribuírem, com o terapeuta como mediador, novos significados às vivências por meio da reflexão. Então, houve uma busca pelo processo de reconfiguração narrativa como forma de reconstruir a própria história profissional sob novas perspectivas de sentido.

No caso 1, foi proposta uma reflexão sobre o impacto de vivências passadas em sua forma de ser e experimentar as situações da vida atual, buscando ser sempre uma mulher que se firma como forte. Sua necessidade de alta produtividade e busca de reconhecimento profissional e interpessoal podem ser relacionadas a uma necessidade constante de ser validada pelos demais.

O caso 2, por sua vez, promoveu tanto uma reflexão sobre o sentido do trabalho quanto um resgate das motivações pessoais, direcionando a novas estratégias de enfrentamento das situações percebidas como estressoras.

Já no caso 3, a reflexão foi feita sobre a importância da atividade interna e da autopercepção sobre as decisões tomadas ao longo da vida, buscando uma

perspectiva reintegradora da fragilidade psicológica apresentada nas relações profissionais e nas funções laborais exercidas.

Por fim, no caso 4, refletiu-se acerca de vivências traumáticas e estratégias de enfrentamento que, embora sejam fortalecedoras, quando não há auto-observação, tendem ao adoecimento psicológico quando se refletem na sensação de desgaste e sobrecarga, necessitando, portanto, de uma mediação assertiva para ajuste da desorganização afetiva.

A autoconsciência é um sistema estabilizador que mantém a estabilidade do próprio *self*. Ela organiza as diferenças individuais que surgem no intervalo entre a experiência vivida e a oportunidade de atribuir sentido a ela, preservando a sensação de continuidade pessoal. Essa percepção estável de si mesmo e do mundo é uma necessidade humana básica e, para mantê-la, a vida é organizada em torno de padrões pessoais conservadores que precisam enfrentar forças contrárias, sobretudo quando o sistema emocional está em atividade e exerce pressão sobre essa estabilidade (Zagmutt, 2010).

Tomando como referência o construtivismo da escola chilena de pensamento, em uma discussão proposta por Zagmutt (2010), o autor apresenta a ideia de que uma pessoa emocionalmente estável vai responder a situações desafiadoras com sentido de estabilidade e continuidade pessoal ao elaborar essas experiências, usando sequencialmente algumas propriedades básicas do pensamento, como a capacidade de abstração, de flexibilidade e de integração. Então, esses recursos favorecem uma compreensão de si e do mundo com um sentido de familiaridade, de continuidade. Isso não implica necessariamente a ausência de sofrimento, desde que o sofrimento que se experimenta seja algo verdadeiramente sentido. O problema, então, ocorre quando os processos fluidos de experimentar e explicar sofrem interferências.

Mahoney (2005), ao apresentar os temas construtivistas na experiência humana e no desenvolvimento, apresenta a ideia de que os momentos desafiadores são essenciais para o aprendizado e para o desenvolvimento. Ao falar sobre identidade, o autor enfatiza que a mudança é experimentada em relação ao que permanece igual, e a mudança de percepção é crucial para o desenvolvimento humano saudável.

Ao considerar a formação de processos social-simbólicos, Mahoney (2005) refere que a auto-organização é formada fundamentalmente por vínculos sociais e processos simbólicos, dentro e a partir de relações do passado, do presente e os

potenciais para o futuro. Esses símbolos e processos simbólicos auxiliam na organização da experiência, portanto, refletem processos poderosos de organização e comunicação de percepções pessoais.

Nesse sentido, ao introduzir a técnica da árvore do resgate, buscou-se promover uma narrativa de organização da vida em padrões de atividade que são significativas, foram funcionais e se tornaram realidades pessoais únicas e estilos de vida, em busca da racionalidade, na história de vida de cada uma das participantes. Nessa técnica, foram abordados os desafios da vida e os modelos de enfrentamento, trazendo luz sobre as etapas de desorganização que, muitas vezes, estiveram acompanhadas por emoções dolorosas e sensação de confusão. A retomada do conteúdo trazido de modo espontâneo na estruturação da atividade pelas participantes apresentou variações da experimentação da vida e evidenciou formas de adaptação ao longo da história.

O caso 1, de modo simbólico, demonstrou uma reflexão sobre a necessidade de “podas” para o início de novos ciclos, que são constantes em todo o desenvolvimento. Os casos 2 e 3, por sua vez, favoreceram a reflexão sobre marcas que simbolizam o amadurecimento e as evoluções, em busca de um funcionamento mais adaptado, por meio da integração e da elaboração de vivências. No caso 4, a reflexão foi baseada nas características pessoais e na simbologia do modo de ser, favorecendo a promoção da autopercepção, que potencializa a organização psicológica.

Entre as participantes, foi possível observar um efeito muito significativo de reflexão e mudança de perspectiva diante dos problemas, além de maior clareza perceptiva sobre os próprios processos de vida, que estão sempre se iniciando e se refletindo em novos desafios. O desfecho dos casos apontou para uma organização psicológica mais clara, uma consciência elevada sobre os processos de adaptação e estratégias de enfrentamento aos eventos estressores e aumento do otimismo, da esperança e da percepção de motivação pessoal.

Tais observações, em todas as etapas do psicodiagnóstico interventivo, direcionam à reflexão de que diante de situações altamente estressoras, ainda que referentes a um ambiente específico, como o caso do estresse ocupacional, o sintoma percebido é resultado de uma cadeia de situações enraizadas no modo de ser, a partir da construção do sujeito em suas bases sociais, afetivas e experienciais. Assim, refletem a necessidade da intervenção não sobre o sintoma, mas sobre a narrativa de

uma história completa, promovendo a reorganização pessoal, que muitas vezes envolve múltiplas tentativas de revisar emocionalmente todas as experiências relacionadas acerca de si, das características e das capacidades, bem como de suas bases, promovendo maior senso de possibilidades e esperança na exploração de novos padrões de ação.

Este estudo buscou desenvolver um modelo de psicodiagnóstico interventivo do estresse ocupacional com base na neuropsicologia dinâmica e na psicologia construtivista cognitiva. Observando a compilação dos casos na Tabela 3, nota-se que o processo parece ter sido eficiente considerando os resultados relatados pelas participantes em sua organização afetiva, quando comparados com o quadro inicial de elevação significativa do estresse decorrente do ambiente de trabalho. Os desfechos não só ampliaram a percepção acerca das raízes do estresse percebido, como também favoreceram adesão a tratamento ou melhores estratégias de enfrentamento.

Faz-se necessário apontar a limitação deste estudo, que corresponde, sobretudo, ao pequeno número de participantes, caracterizando uma amostra restrita para os estudos de caso, que pode não refletir o mesmo desfecho do processo para a população geral.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo, que se tratou de uma pesquisa clínico-qualitativa, teve como objetivo desenvolver um modelo de diagnóstico interventivo do estresse ocupacional com base na psicologia construtivista cognitiva e com contribuições da neuropsicologia dinâmica. Ao longo de seis encontros, divididos em dois momentos, os processos avaliativo e interventivo buscaram compreender o fenômeno do estresse em sua complexidade dinâmica, articulando dimensões cognitivas, afetivas e simbólicas, e integrando instrumentos neuropsicológicos a técnicas de intervenção voltadas à promoção de perturbações e à reorganização da experiência subjetiva das participantes. Os resultados apontaram que o psicodiagnóstico interventivo se mostrou valioso para a ampliação da compreensão do estresse ocupacional e de suas raízes, intimamente associadas aos modelos relacionais e afetivos ao longo da história de vida.

Notou-se que o processo favoreceu a reorganização interna dos sintomas percebidos pelas participantes, com reestruturação dos significados atribuídos à própria história e às situações estressoras. Essa reorganização se refletiu na ampliação da autoconsciência e na melhora nos modos de enfrentamento ao estresse.

Os achados deste trabalho fomentam a hipótese de que o estresse ocupacional não se constitui como um fenômeno isolado, mas se trata de um quadro decorrente de uma dinâmica de fatores biológicos, psicológicos e sociais, diretamente relacionados às experiências de vida e, principalmente, às percepções individuais de cada pessoa. Nessa perspectiva, a neuropsicologia sócio-histórico-cultural, somada ao conceito aplicado de uma neuropsicologia dinâmica, em diálogo com a psicologia construtivista cognitiva, permitiu compreender os sintomas manifestos não como um déficit, mas como parte de um sistema funcional que busca equilíbrio e reorganização diante das demandas ambientais.

O processo de intervenção, que se baseou em técnicas narrativas reestruturadoras, abriu espaço para o resgate de memórias, para a simbolização de vivências e para a construção de novas interpretações sobre o próprio funcionamento psicológico e as experiências profissionais, delineando, de modo conjunto, um movimento de ressignificação das experiências estressoras em direção ao fortalecimento, por parte das participantes, de recursos internos mais consoantes com o ambiente. Em alguns casos, a abertura para a continuidade de processos

psicoterapêuticos indicou que o modelo desenvolvido promoveu, como etapa inicial, uma mobilização subjetiva e psicoeducativa diante do sofrimento decorrente do estresse percebido.

Ao analisar-se o processo como um todo, notou-se a necessidade de incluir um primeiro encontro unicamente voltado ao acolhimento da demanda, com uma entrevista focada na queixa, pois esse primeiro contato foi marcado por uma grande demanda narrativa acerca do problema que motivou a procura por suporte profissional.

É importante destacar a flexibilidade do processo em relação à frequência e ao tempo de atividade, uma vez que, como enfatizado em todas as etapas descritas, cada encontro dá abertura para acolhimento psicológico e manejo dos sintomas manifestos. Esse ajuste poderá ampliar ainda mais a integração entre os dados objetivos do psicodiagnóstico e os aspectos subjetivos e simbólicos do dinamismo vivencial.

Assim, pode-se concluir que os objetivos propostos foram atingidos, na medida em que o estudo possibilitou elaborar um modelo de diagnóstico interventivo que parece ter atuado na tramitação da percepção do estresse das participantes, alterando o foco perceptivo do sofrimento e gerando uma percepção mais consoante com a vida de cada uma delas. Essa integração oferece um caminho aberto para práticas clínicas voltadas à reconstrução de sentidos e à estimulação de processos de mudança diante de problemas percebidos.

Este trabalho, então, aprofundou um olhar dinâmico e sistêmico sobre o estresse ocupacional, considerando que a existência humana é inseparável do seu contexto e que o equilíbrio e a adaptação sucedem perturbações e reorganizações inerentes ao movimento da vida. Ademais, reconhece-se como limitação deste estudo o número reduzido de participantes, que não possibilita a generalização dos resultados. Dessa forma, é recomendável o desenvolvimento de pesquisas futuras com amostras maiores, em pessoas de ambos os sexos, que possam confirmar a eficiência do modelo criado.

REFERÊNCIAS

- Azevedo, C. (2012). Percepção. In S. Marangoni, & V. C. Ramiro (Orgs.), *Fundamentos da neuropsicologia clínica sócio histórica: a compreensão do desenvolvimento cognitivo e sócio emocional do humano* (pp. 91-101). IPAF Editora.
- Banaco, R. A. (2003). Psicoterapias cognitiva e construtivista: novas fronteiras da prática clínica. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 25(4), 264.
<https://doi.org/10.1590/S1516-44462003000400016>
- Baqutayan, S. M. S. (2015). Stress and coping mechanisms: A historical overview. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6(2), 479-488.
DOI:10.5901/mjss.2015.v6n2s1p479
- Bardin, L. (1977). *Análise de conteúdo*. Edições 70.
- Barkley, R. A. (2018). *BDEFS: Escala de Avaliação de Disfunções Executivas de Barkley*. (Versão brasileira adaptada por Victor Godoy, Paulo Mattos e Leandro Malloy-Diniz). Hogrefe.
- Bekiros, S., Jahanshahi, H., & Muñoz-Pacheco, J. M. (2022). A new buffering theory of social support and psychological stress. *PLoS ONE*, 17(10), e0275364.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0275364>
- Benzoni, P. E. (2019). O manejo do estresse como coadjuvante nas intervenções psicológicas: proposta de um modelo de atenção. In P. E. Benzoni (Org.), *Práticas psicossociais em saúde mental: da diversidade teoria ao encontro das atuações* (pp. 119-138). Sinopsys.

- Benzoni, P. E. (2023). *Controle do estresse em 8 encontros: guia para profissionais com protocolo cognitivo para aplicação*. Sinopsys.
- Benzoni, P. E. (no prelo). Um olhar sobre o estresse ocupacional pela lente do construtivismo. *Psique - Revista Científica*.
- Benzoni, P. E., & Cruz, A. R. S. (2024). Estresse ocupacional e bem-estar: um recorte da cidade de Franca (SP) em comparação com o Brasil. *PROMETEICA - Revista de Filosofia y Ciencias*, 29, 262-272.
doi.org/10.34024/prometeica.2024.29.16250
- Berger, P. L., & Luckmann, T. (1990). *A construção social da realidade: tratado de sociologia do conhecimento* (8ª ed.). Vozes.
- Braz, M. V., Casadore, M. M., & Hashimoto, F. (2020). Intervenção em psicossociologia: a construção da escuta e a implicação nas organizações. *Psicologia em Estudo*, 25, e48468.
https://doi.org/10.4025/psicolestud.v25i0.48468
- Cardoso, H. F., & Batista, J. N. (2023). *EBBurn – Escala Brasileira de Burnout*. Editora PsicoBrasil.
- Casaletto, K., & Heaton, R. (2017). Neuropsychological assessment: Past and future. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 23(9-10), 778-790.
https://doi.org/10.1017/S1355617717001060
- Castro, D. C. M., & Brandes, L. A. (2024). Saúde mental da mulher: o acúmulo de funções e a necessidade constante em agradar o outro. *BIUS – Boletim Informativo Unimotrisaúde em Sociogerontologia*, 47(41).

- Conselho Federal de Psicologia (CFP). (2023). *Neuropsicologia: ciência e profissão*. CFP. https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2024/07/cartilha_neuropsicologia_2023.pdf
- Conselho Nacional de Saúde (CNS). (1986). *Relatório final da 8ª Conferência Nacional de Saúde*. CNS. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/8_conferencia_nacional_saude_relatorio_final.pdf
- Constantino, J. N., & Gruber, C. P. (2020). *SRS-2: Escala de Responsividade Social, segunda edição*. Hogrefe.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385-396.
- Cohen, S., Murphy, M. L. M., & Prather, A. A. (2019). Ten surprising facts about stressful life events and disease risk. *Annual Review Psychology*, 70, 577-597.
- Conselho Nacional de Saúde (CNS). (2016). *Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016*. Normas aplicáveis a pesquisas em ciências humanas e sociais. <https://www.gov.br/conselho-nacional-de-saude/pt-br/atos-normativos/resolucoes/2016/resolucao-no-510.pdf/view>
- Cruz, G. F., Cattafesta, M., Soares, F. L. P., Ferraz, A. F., Dantas, E. H. M., Viana, M. V., & Salaroli, L. B. (2020). Estresse ocupacional e fatores associados: um estudo em professores. *Saúde e Pesquisa*, 13(3), 583-592. <https://doi.org/10.17765/2176-9206.2020v13n3p583-592>

- Damasio, A. (1990). Synchronous activation in multiple cortical regions: a mechanism for recall. *Seminars in The Neurosciences*, 2, 287-296.
- Davis, J., Kirk, I., & Kozma, R. (2025). Two methodologies for brain signal analysis derived from Freeman neurodynamics. *Frontiers in Systems Neuroscience*, 19. <https://doi.org/10.3389/fnsys.2025.1570231>
- Dias, N. M., & Malloy-Diniz, L. F. (2020). *Funções executivas: modelos e aplicações*. Pearson Clinical Brasil.
- European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions, & European Agency for Safety and Health at Work. (2019). *Psychosocial risks in Europe: Prevalence and strategies for prevention*. Publications Office of the European Union.
<https://www.eurofound.europa.eu/en/publications/all/psychosocial-risks-europe-prevalence-and-strategies-prevention>
- Eysenck, M. W., & Keane, M. T. (1994). *Psicologia cognitiva: um manual introdutório*. Artes Médicas.
- Faro, A., & Pereira, M. E. (2013). Estresse: revisão narrativa da evolução conceitual, perspectivas teóricas e metodológicas. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 14(1), 78-100.
- Ferreira, R. F., & Nabuco de Abreu, C. (Orgs.). (1998). *Psicoterapia e construtivismo: considerações teóricas e práticas*. Artmed.
- Fichman, H. C. (2021). Habilidades visuoespaciais e construtivas. In H. C. Fichman (Ed.), *Neuropsicologia clínica* (pp. 236-264). Manole.

- Formann, A. K., Waldherr, K., & Karl Piswanger, K. (2018). *WMT-2: Teste de Matrizes de Viena-2*. (Versão brasileira adaptada por Leandro F. Malloy-Diniz e Carlos G. F. M. Schlottfeldt). Editora Psicologia em Foco.
- Franklin, T. B., Saab, B. J., & Mansuy, I. M. (2012). Neural mechanisms of stress, resilience and vulnerability. *Neuron*, 75(6), 747-761.
<https://doi.org/10.1016/j.neuron.2012.08.016>
- Freeman, J. B., Stolier, R. M., & Brooks, J. A. (2020). Dynamic interactive theory as a domain-general account of social perception. *Advances in Experimental Social Psychology*, 61, 237-287. <https://doi.org/10.1016/bs.aesp.2019.09.005>
- Friston, K. J. (2000) The labile brain. I. Neuronal transients and non-linear coupling. *Philosophical transactions of the Royal Society of London. Series B, Biological sciences*, 355(1394), 215-236. <https://doi.org/10.1098/rstb.2000.0560>
- Glozman, J. M. (2020). Neuropsychology in the past, now and in the future. *Lurian Journal*, 1(1), 29-47. <https://doi.org/10.15826/Lurian.2020.1.1.5>
- Goldberg, E. (Ed.) (2015). *Contemporary neuropsychology and the legacy of Luria*. Psychology Press.
- Gunasekra, K., & Perera, B. (2023). Defining occupational stress: A systematic literature review. *FARU*, 10(1), 104-111. <https://doi.org/10.4038/faruj.v10i1.194>
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11(2), 213-218. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(67\)90010-4](https://doi.org/10.1016/0022-3999(67)90010-4)

- Jacoby, A. R., & Gomes, C. M. (2021). Estresse no trabalho. In M. P. D. Griebel (Ed.), *Dicionário de desenvolvimento regional e temas correlatos* (2ª ed., pp. 348-350). Editora Conceito.
- Joenk, I. K. (2007). Uma Introdução ao pensamento de Vygotsky. *Revista Linhas*, 3(1).
- Karasek, R. A. (1979). Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24(2), 285-308. <https://doi.org/10.2307/2392498>
- Kelso, J. S. (1995). *Dynamic patterns: The self-organization of brain and behavior*. MIT Press.
- Kotik-Friedgut, B., & Ardila, A. (2019). A.R. Luria's cultural neuropsychology in the 21st century. *Culture & Psychology*, 26(2), 274-286. <https://doi.org/10.1177/1354067X19861053>
- Kozma, R. (2016). Reflections on a giant of brain science. *Cognitive Neurodynamics*, 10, 457-469. <https://doi.org/10.1007/s11571-016-9403-3>
- Landeira-Fernandez, J., Landeira-Zylberberg, J., & Krahe, T. E. (2021). Aspectos evolutivos e a classificação do sistema nervoso. In H. C. Fichman (Ed.), *Neuropsicologia clínica* (pp. 54-67). Manole.
- Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. McGraw-Hill.
- Lazarus, R. S. (1995). Psychological stress in the workplace. In R. Crandall & P. L. Perrewé (Eds.), *Occupational stress: A handbook* (pp. 3-14). Taylor & Francis.

- Lazarus, R. S. (2000). Toward better research on stress and coping. *American Psychologist*, 55(6), 665-673. doi: 10.1037//0003-066x.55.6.665
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal and coping*. Springer Publishing Company.
- Le Van Quyen M. (2003). Disentangling the dynamic core: a research program for a neurodynamics at the large-scale. *Biological Research*, 36(1), 67-88. doi: 10.4067/s0716-97602003000100006
- Lezak, M. D. (1995). *Neuropsychological assessment* (3rd ed.). Oxford University Press.
- Luo, J., Zhang, B., Willroth, E., Mroczek, D., & Roberts, B. (2021). The roles of general and domain-specific perceived stress in healthy aging. *The Journals of Gerontology: Series B*, 77(3), 536-549.
<https://doi.org/10.1093/geronb/gbab134>
- Luria, A. R. (1981). *Fundamentos de neuropsicologia*. Universidade de São Paulo.
- Lyddon, W. J. (1997). Formas e facetas da psicologia construtivista. In R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Orgs.), *Construtivismo em psicoterapia* (pp. 60-78). Artmed.
- Mahoney, M. J. (1997). *Human change processes: The scientific foundations of psychotherapy*. Basic Books.
- Mahoney, M. J. (1998). *Processos humanos de mudança: as bases científicas da psicoterapia*. Artmed.

- Mahoney, M. J. (2005). *Psicoterapia constructiva: Una guía práctica*. Paidós.
- Malloy-Diniz, L. F., Mattos, P., Nabuco de Abreu, C., & Fuentes, D. (Orgs.) (2016). *Neuropsicologia: aplicações clínicas*. Artmed.
- Marangoni, S., Rossi, M., & Anauate, C. (2012). A gênese das funções nervosas superiores no cérebro e o desenvolvimento da personalidade. In S. Marangoni, & V. C. Ramiro (Orgs.), *Fundamentos da neuropsicologia clínica sócio histórica: a compreensão do desenvolvimento cognitivo e sócio emocional do humano* (pp. 17-39). IPAF Editora.
- Maturana, H. R., & Varela, F. J. (1972). *De máquinas y seres vivos*. Editorial Universitaria.
- Maturana, H. R., & Varela, F. J. (1980). *Autopoiesis and cognition: The realization of the living*. D. Reidel Publishing Company.
- Maturana, H., R. & Varela, F. J. (2009). *El árbol del conocimiento: Las bases biológicas del entendimiento humano*. Editorial Universitaria.
- Meyer, G. J., Viglione, D. J., Mihura, J. L., Erard, R. E., & Erdberg, P. (2017). *R-PAS - Manual - Sistema de Avaliação por Performance no Rorschach*. (Versão brasileira adaptada por Fabiano Koich Miguel e Danilo R. Silva). Hogrefe.
- Miguel, F. K. (2021). *BOLIE: Bateria Online de Inteligência Emocional*. Vetor.
- Mohajan, D., & Mohajan, H. K. (2022). Constructivist grounded theory: A new research approach in social science. *Research and Advances in Education*, 1(4), 8-16.

- Morais, C. P. G., Solovieva, Y., Chastinet, J. B., & Rojas, L. Q. (2023). Reflexões sobre o trabalho on-line da neuropsicologia infantil numa visão histórico-cultural. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 43, e246224.
- Mosri, D. (2021). Clinical applications of neuropsychanalysis: Hypotheses toward an integrative model. *Frontiers in Psychology*, 12.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.718372>
- Nabuco de Abreu, C., & Cangelli Filho, R. (2004). Anorexia nervosa e bulimia nervosa: abordagem cognitivo-construtivista de psicoterapia. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 31(4), 177-183. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832004000400010>
- Nabuco de Abreu, C., & Roso, M. (2003). Cognitivismo e construtivismo. In C. Nabuco de Abreu & M. Roso (Orgs.), *Psicoterapias cognitiva e construtivista: novas fronteiras da prática clínica* (pp. 35-50). Artmed.
- Neimeyer, G. J. (1997). O desafio da mudança. In R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Orgs.), *Construtivismo em psicoterapia* (pp. 95-106). Artmed.
- Oliveira, K. L., Teixeira, M. O., & Santos, A. A. A. (2016). Estresse e coping em adolescentes do ensino médio. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 36(3), 617-630.
- Opazo, R., & Suárez, E. (1998). Construtivismo moderado: em direção a uma epistemologia integrativa. In R. F. Ferreira & C. Nabuco de Abreu (Orgs.), *Psicoterapia e construtivismo: considerações teóricas e práticas* (pp. 29-63). Artmed.

- Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). (2012). *Sick on the job? Myths and realities about mental health and work. Mental Health and Work*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/9789264124523-en>
- Oken, B. S., Chamine, I., & Wakeland, W. (2015). A systems approach to stress, stressors and resilience in humans. *Behavioural Brain Research*, 282, 144-154. doi: 10.1016/j.bbr.2014.12.047
- Okruszek, L., & Chrustowicz, M. (2020). Social perception and interaction database: A novel tool to study social cognitive processes with point-light displays. *Frontiers in Psychiatry*, 11(123), 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00123>
- Pavez García, R. (2022). *Función del terapeuta constructivista cognitivo como perturbador estratégicamente orientado: Revisión teórica de las bases conceptuales* [Memoria para optar al título de Psicóloga, Universidad de Chile]. <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/200976>
- Pereira, H. A., Cavalcante, C. E., & Albuquerque, R. S. (2018). Coping: um estudo sobre o estresse e suas estratégias de enfrentamento em uma multinacional em João Pessoa/PB. *Qualitas Revista Eletrônica*, 19(2), 52-71. DOI:10.18391/req.v19i2.3034
- Primeira Conferência Internacional sobre Promoção da Saúde (1986). *Carta de Ottawa*. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/carta_ottawa.pdf
- Ramiro, V. C., & Ugliano, A. (2012). Funções executivas. In S. Marangoni, & V. C. Ramiro (Orgs.), *Fundamentos da neuropsicologia clínica sócio histórica: a compreensão do desenvolvimento cognitivo e sócio emocional do humano* (pp. 197-222). IPAF Editora.

- Rosa, E. L. (2025). A relação entre habilidades socioemocionais e desenvolvimento cognitivo: uma revisão neuropsicológica. *Periódicos Brasil. Pesquisa Científica*, 4(2), 67-90. <https://doi.org/10.36557/pbpc.v4i2.357>
- Rosas Alvarez, D. (2021). Análisis y reflexión sobre las categorías función, proceso y acción de la psicología y la neuropsicología histórico-cultural. *Revista Electrónica de Psicología de la FES Zaragoza-UNAM*, 11(21), 7-15.
- Ruggiero, G. M., Caselli, G., & Sassaroli, S. (Eds.) (2021). *CBT case formulation as therapeutic process*. Springer Nature.
- Santos, M. J. F. (2024). *O impacto do afeto positivo e negativo na cognição* [Dissertação de Mestrado, Universidade Fernando Pessoa]. <http://hdl.handle.net/10284/13328>
- Selye, H. (1950). Stress and the general adaptation syndrome. *British Medical Journal*, 4667, 1383-1392. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2038162/pdf/brmedj03603-0003.pdf>
- Selye, H. (1959). *Stress: a tensão da vida*. Ibrasa.
- Silva, M. L., Dias, M. D., Corrêa, K. C., Rondina, R. C., Bastos, E. F., & Almeida, C. C. (2020). Vulnerabilidades na saúde mental de universitários em período de estágio clínico. *Saúde e Desenvolvimento Humano*, 8(3), 49-60. <https://doi.org/10.18316/sdh.v8i3.6727>

- Silva, M. S. T., & Torres, C. R. O. V. (2020). Alterações neuropsicológicas do estresse: contribuições da neuropsicologia. *Revista Científica Novas Configurações – Diálogos Plurais*, 1(2), 67-80.
- Simonelli, L. (2020). Estresse ocupacional e alternativas de intervenção: um estudo bibliométrico. *Research, Society and Development*, 9(3), e67932401. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i3.2401>
- Singer, W., & Gray, C. M. (1995). Visual feature integration and the temporal correlation hypothesis. *Annual Review of Neuroscience*, 18, 555-586. <https://doi.org/10.1146/annurev.ne.18.030195.003011>
- Soligo, A. (2023). Prefácio. In Conselho Federal de Psicologia (CFP), *Neuropsicologia: ciência e profissão* (pp. 9-11). CFP. https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2024/07/cartilha_neuropsicologia_2023.pdf
- Solms, M. (2021). *The hidden spring: A journey to the source of consciousness*. Profile books.
- Soroko, E., & Dolczewski, M. (2020). Qualitative content analysis in clinical psychology to explain the pathomechanism of personality disorders. *Forum Qualitative Sozialforschung Forum: Qualitative Social Research*, 21(1). <https://doi.org/10.17169/fqs-21.1.3432>
- Sousa, C. E. B. (2015). Modelos neurais de consciência: uma análise neurofilosófica. *Trans/Form/Ação*, 38(2), 95-128. <https://doi.org/10.1590/S0101-31732015000200006>

- Souza, W. M., & Mograbi, D. C. (2021). Uma breve história da neuropsicologia. In H. C. Fichman (Ed.), *Neuropsicologia clínica* (Cap. 2). Manole.
- Sternberg, R. J. (2000). *Psicologia cognitiva*. Artes Médicas.
- Sternberg, R. J. (2010). Percepção. In R. J. Sternberg, *Psicologia cognitiva* (p. 115-152). Cengage Learning.
- Thofehrn, M. B., & Leopardi, M. T. (2006). Construtivismo sócio-histórico de Vygotsky e a enfermagem. *Reflexão: Revista Brasileira de Enfermagem*, 59(5), 694-698. <https://doi.org/10.1590/S0034-71672006000500019>
- Tomaz, C., Tavares, M. C. H., Satler, C., & Garcia, A. (2016). Métodos de estudo da relação entre cérebro, comportamento e cognição. In L. F. Malloy-Diniz, P. Mattos, C. Nabuco de Abreu, & D. Fuentes (Orgs.), *Neuropsicologia: aplicações clínicas* (pp. 35-50). Artmed.
- Tononi, G., & Edelman, G. M. (1998). Consciousness and complexity. *Science*, 282(5398), 1846-1851. doi: 10.1126/science.282.5395.1846
- Trinca, W. (Org.). (2020). *Formas lúdicas de investigação em psicologia: procedimentos de desenhos-estórias e procedimentos de desenhos de família com estórias*. Vetor.
- Trofimova, I. (2017). Functional constructivism: In search of formal descriptors. *Nonlinear Dynamics, Psychology, and Life Sciences*, 21(4), 441-474.

- Turato, E. R. (2003). *Tratado da metodologia da pesquisa clínico-qualitativa: Construção teórico-epistemológica, discussão comparada e aplicação nas áreas da saúde e humanas* (2ª ed.). Vozes.
- Varela, F. J. (1979). *Principles of biological autonomy*. North Holland.
- Varela, F. J. (1995). Resonant cell assemblies: A new approach to cognitive functions and neuronal synchrony. *Biological Research*, 28(1), 81-95.
- Varela, F. (1996). *Ética y acción*. Dolmen Ensayo.
- Varela, F. (1999). The specious present: A neurophenomenology of time consciousness. In J. Petitot, F. J. Varela, B. Pachoud, & J. M. Roy (Eds.), *Naturalizing phenomenology: Issues in contemporary phenomenology and cognitive science* (pp. 266-329). Stanford University Press.
- Varela, F. (2000). *El fenómeno de la vida*. Dolmen Ensayo.
- Varela, F. (2003). O reencantamento do concreto. *Cadernos de Subjetividade*, (11), 71-86.
- Varela, F., Lachaux, J. P., Rodriguez, E., & Martinerie, J. (2001). The brain web: Phase synchronization and large-scale integration. *Nature Reviews Neuroscience*, 2, 229-239. <https://doi.org/10.1038/35067550>
- Vigotsky, L. S. (1978). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Editorial Crítica.
- Vygotsky, L. S., & Luria, A. R. (1996). *Estudos sobre a história do comportamento: o macaco, o primitivo e a criança*. Artes Médicas.

- Wolff, M., Morceau, S., Folkard, R., Martín-Cortecero, J., & Groh, A. (2021). A thalamic bridge from sensory perception to cognition. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 120, 222-235.
<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.11.013>
- World Health Organization (2022). *WHO guidelines on mental health at work*. WHO.
<https://www.who.int/publications/i/item/9789240053052>
- Yáñez, M. J., Gaete, P., Harcha, T., Kühne C., W., Leiva T., V., & Vergara, H. P. (2001). Hacia una metateoría constructivista cognitiva de la psicoterapia. *Revista de Psicología*, 10(1), 97-110. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2001.18556>
- Yin, R. K. (1994). *Case study research: Design and methods* (2nd ed.). Sage.
- Zagmutt, A. (2010). *Vínculos afectivos, mentes conectadas: Estilos de personalidad y crisis desde el nacimiento hasta la edad adulta*. Uqbar Editores.
- Zambotto, T. (2022). *Como fatores estressantes vividos na infância influenciam no desenvolvimento neuropsicológico e afetam a vida adulta: uma revisão integrativa*. Centro Universitário Anhanguera.
- Zenelis, I. E. (2021). *Estresse no trabalho* [Trabalho de conclusão de curso, Universidade Federal do Rio de Janeiro].
<https://pantheon.ufrj.br/bitstream/11422/18793/1/IEZenelis.pdf>
- Zhang, Y., Huang, L., Wang, Y., Lan, Y., & Zhang, Y. (2021). Characteristics of publications on occupational stress: Contributions and trends. *Frontiers in Public Health*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.664013>

ANEXO I – Questionário de Caracterização Demográfica e Social

Nome: _____ Código: _____

Sexo: M () F () Idade: _____ Nacionalidade: _____ Naturalidade: _____

Local de Moradia:

Cidade: _____ Bairro: _____

Mora com quem?

Renda mensal estimada:

Estado Civil: _____ Nº de filhos: _____

Sexo e idade dos filhos:

Escolaridade: _____ () Completo () Incompleto () Cursando

Profissão: _____

Tempo que exerce a profissão: _____ Tempo total de trabalho: _____

Função atual no trabalho: _____

Carga horária semanal de trabalho: _____

Principais atribuições da função que exerce:

Preenchido por	Local	Data

ANEXO II – Roteiro de entrevista

História da queixa atual

- Qual o motivo de buscar ajuda?
- Quando isto começou?
- Como estava sua vida quando isto começou? (explorar os aspectos)
 - Pessoal
 - Afetivo
 - Familiar
 - Social
 - Profissional
- O que tem feito diante deste problema?
- Como tem sido para você os últimos seis meses?
- Houve algum acontecimento marcante na sua vida nos últimos seis meses? Se sim, o que ocorreu?
- No seu trabalho, como está o seu relacionamento com os colegas e com os chefes? (Se afastado perguntar como estava antes de se afastar)

Retrospecto da queixa atual

- O problema atual, ocorreu outras vezes na sua vida?
- Quando?
- Como estava sua vida quando o correu?
 - Pessoal
 - Afetivo
 - Familiar
 - Social
 - Profissional
- O que fez diante do problema nestas vezes que ele ocorreu?

Percepção do universo familiar

- Fale-me um pouco de como foi sua família na infância? (focar nos itens)
 - Pai
 - Mãe
 - Irmãos
- E na adolescência, como foi sua família? (focar nos itens)
 - Pai
 - Mãe
 - Irmãos
- Tem algo que gostaria que fizéssemos para poder lhe ajudar?
- Gostaria de falar algo que não tenhamos falado?

ANEXO III – Inventário de Percepção de Estresse e Estressores de Benzoni

Dr. Paulo Eduardo Benzoni

IPEEB

INVENTÁRIO DE PERCEPÇÃO DE ESTRESSE E ESTRESSORES DE BENZONI

PAULO EDUARDO BENZONI

Este inventário tem o objetivo de avaliar o que pode estar lhe estressando em sua vida. Para isso, apresentamos uma lista de situações e problemas que normalmente geram estresse.

Pedimos que você avalie cada afirmativa abaixo, indicando o quanto o problema descrito na afirmativa tem acontecido em sua vida nos últimos seis meses, bem como o quanto você tem conseguido resolver o problema.

Dê uma nota de 0 a 4, sendo:

- 0 – Não está acontecendo.
- 1 – Tem acontecido, mas consigo resolver com facilidade.
- 2 – Tem acontecido, é um pouco difícil, mas estou conseguindo resolver.
- 3 – Tem acontecido e está sendo difícil resolver.
- 4 – Tem acontecido e não estou conseguindo resolver.

Avalie cada área da vida separadamente, conforme são apresentadas no inventário.

Nome: _____	
Sexo: M () F () Idade: _____	Data de nascimento: ____/____/____
Estado civil: _____	Nº de filhos: _____
Escolaridade: _____ () Completo () Incompleto () Cursando	
Profissão: _____ Tempo que exerce a profissão: _____	
Observações: _____ _____ _____ _____ _____ _____	
Aplicador _____	Data da aplicação: ____/____/____

(Publicação original: BENZONI, Paulo Eduardo. Construction and validation of the Adult Stressors Inventory (ASI). Trends Psychiatry Psychother., Porto Alegre, 2019. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2237-60892019005006104&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 29 ago. 2019. Epub 01-Ago-2019. <http://dx.doi.org/10.1590/2237-6089-2018-0079>)

Dr. Paulo Eduardo Benzoni

Pensando em sua vida FAMILIAR, responda:

(Considere os últimos seis meses)

	Afirmativa	Não está acontecendo.	Tem acontecido, mas consigo resolver com facilidade.	Tem acontecido, é um pouco difícil, mas estou conseguindo resolver.	Tem acontecido e está sendo difícil resolver.	Tem acontecido e não estou conseguindo resolver.
		0	1	2	3	4
1	Meu relacionamento com meus familiares está complicado.	0	1	2	3	4
2	De modo geral, o relacionamento entre as pessoas da minha família é complicado.	0	1	2	3	4
3	Têm acontecido muitas mudanças na minha vida familiar.	0	1	2	3	4
4	Tem muito conflito e brigas na minha família, o que gera discussões.	0	1	2	3	4
5	Tenho tido muita coisa da família para fazer e resolver.	0	1	2	3	4

Pensando em sua vida FINANCEIRA, responda:

(Considere os últimos seis meses)

	Afirmativa	0	1	2	3	4
6	Em minha família estão ocorrendo problemas financeiros.	0	1	2	3	4
7	Está muito difícil conseguir pagar minhas contas mensais.	0	1	2	3	4
8	Meu rendimento financeiro está muito oscilante.	0	1	2	3	4
9	Minha vida financeira está desorganizada.	0	1	2	3	4
10	Não estou conseguindo pagar todas as minhas contas.	0	1	2	3	4
11	O meu dinheiro não está sendo suficiente.	0	1	2	3	4
12	Tenho muita vontade de comprar algumas coisas básicas, mas não estou conseguindo.	0	1	2	3	4

Dr. Paulo Eduardo Benzoni

Pensando em seu TRABALHO, responda:

(Considere os últimos seis meses)

	Afirmativa	Não está acontecendo.	Tem acontecido, mas consigo resolver com facilidade.	Tem acontecido, é um pouco difícil, mas estou conseguindo resolver.	Tem acontecido e está sendo difícil resolver.	Tem acontecido e não estou conseguindo resolver.
		0	1	2	3	4
13	Em meu trabalho as cobranças estão muito fortes.	0	1	2	3	4
14	Em meu trabalho estão ocorrendo injustiças.	0	1	2	3	4
15	Em meu trabalho o ambiente está pesado.	0	1	2	3	4
16	Em meu trabalho têm me atribuído responsabilidades demais.	0	1	2	3	4
17	Está havendo um clima de competição muito ruim no meu trabalho.	0	1	2	3	4
18	Não tenho tido condições adequadas para executar o meu trabalho.	0	1	2	3	4
19	No meu trabalho tenho que dar conta de tudo, não posso deixar nada para trás.	0	1	2	3	4
20	O meu trabalho está muito rotineiro, sem novidades.	0	1	2	3	4
21	O relacionamento com meus chefes está difícil.	0	1	2	3	4
22	O relacionamento com meus colegas no trabalho está complicado.	0	1	2	3	4
23	Observo um desânimo geral nas pessoas com quem trabalho.	0	1	2	3	4
24	Os meus horários no trabalho estão muito desorganizados.	0	1	2	3	4

Pensando em sua SAÚDE, responda:

(Considere os últimos seis meses)

	Afirmativa	0	1	2	3	4
25	Ando preocupado com minha saúde.	0	1	2	3	4
26	Eu durmo, mas não consigo descansar.	0	1	2	3	4
27	Minha saúde tem me preocupado.	0	1	2	3	4
28	O meu sono não está sendo o suficiente.	0	1	2	3	4
29	Sinto dores que me incomodam.	0	1	2	3	4
30	Tenho me sentido muito cansado.	0	1	2	3	4
31	Tenho tido problemas com meu sono, não durmo a noite toda.	0	1	2	3	4
32	Tenho um problema de saúde que tem me incomodado muito.	0	1	2	3	4

Inventário de Percepção de Estresse e Estressores de Benzoni

IPEEB

Pensando em sua vida SOCIAL, responda:*(Considere os últimos seis meses)*

	Afirmativa	Não está acontecendo.	Tem acontecido, mas consigo resolver com facilidade.	Tem acontecido, é um pouco difícil, mas estou conseguindo resolver.	Tem acontecido e está sendo difícil resolver.	Tem acontecido e não estou conseguindo resolver.
		0	1	2	3	4
33	Meu relacionamento com os amigos está ruim.	0	1	2	3	4
34	Não tenho tido amigos para conversar.	0	1	2	3	4
35	Não tenho tido vida social.	0	1	2	3	4

Agora, pensando em como você se avalia, responda:*(Considere os últimos seis meses)*

	Afirmativa	0	1	2	3	4
36	Fico remoendo os problemas o tempo todo.	0	1	2	3	4
37	Irrito-me com muita facilidade.	0	1	2	3	4
38	Minha vida pessoal está muito desorganizada.	0	1	2	3	4
39	Na minha vida tenho que dar conta de tudo, não posso deixar nada para trás.	0	1	2	3	4
40	Não tenho tido paciência para as coisas da vida.	0	1	2	3	4
41	Sinto-me sempre ansioso.	0	1	2	3	4
42	Tenho me preocupado muito com algumas coisas relativas ao futuro.	0	1	2	3	4

ANEXO IV – Relatórios completos dos casos

RELATÓRIO COMPLETO CASO 1

5.1.1 Caso 1

Caracterização

Participante: 1 – E. C. P.

Sexo: Feminino

Idade: 48a

Estado civil: Casada

Situação familiar: Casada há 25 anos, 2 filhos adultos, que recém saíram de casa para estudar e se casar.

Profissão: Coordenadora Administrativa, com funções acumuladas em outros departamentos, como vendas e RH. Atua na mesma empresa há 13 anos.

Carga horária de trabalho: 40 horas semanais

Formação: Superior Incompleto – Cursando atualmente o último semestre do curso de Recursos Humanos

Situação atual:

Apresenta níveis altos de irritabilidade, dificuldade nos relacionamentos interpessoais, sucessivas crises de ansiedade, sensação de esgotamento permanente, com diminuição da sua produtividade e na qualidade da sua atividade profissional.

Sem diagnóstico prévio.

MOMENTO 1 – Levantamentos Iniciais

Dinâmica Neuropsicológica

Inteligência:

Apresentou um desempenho considerado como médio inferior na capacidade intelectual geral não verbal, que se refere à inteligência livre de influências culturais, o que pode indicar ter, em seu funcionamento geral, dificuldade na resolução de problemas abstratos.

Resultado do teste WMT-2 (Teste de Matrizes de Viena-2)

Pontos	Percentil	QI	Interpretação
4	16	77	Média Inferior

Funcionamento executivo:

Apresentou déficits discretos no gerenciamento do tempo, na resolução de problemas, no autocontrole, na motivação e, sobretudo, déficits expressivos na regulação emocional. Analisando especificamente aspectos relacionados à regulação emocional, demonstra níveis elevados de controle da sobrecarga emocional, do manejo de emoções negativas e da sobrecarga de estresse, demonstrando que muitas vezes seu mecanismo de funcionamento é tolerar situações-problema, manejando suas emoções para aguentar a sobrecarga percebida.

Resultado do teste BDEFS (Escala de Avaliação de Disfunções Executivas de Barkley)

	Pontos	Percentil	Interpretação
Gerenciamento do tempo	5	80	Significância clínica leve

Organização/resolução de problemas	5	80	Significância clínica leve
Autocontrole	5	80	Significância clínica leve
Motivação	5	80	Significância clínica leve
Regulação emocional	8	95	Déficit

Resultado do teste BOLIE (Bateria Online de Inteligência Emocional – Escala de Regulação Emocional)

Item	Ponto Bruto	QIE	Percentil	Interpretação
Controle da impulsividade e irritabilidade	19	112	79	Média Alta
Controle da sobrecarga emocional	20	116	86	Alta
Resiliência	21	114	82	Média Alta

Estresse e estressores:

Não apresenta indicativos de percepção de estressores em sua vida financeira, no ambiente de trabalho, na carga de trabalho, relacionada às cognições e comportamentos, na vida familiar, nas condições de saúde, nas condições de relaxamento e nos relacionamentos sociais, demonstrando baixa percepção a respeito dos estressores cotidianos.

No que se refere às vivências profissionais, não apresentou indicativos de frustração profissional e despersonalização, sem classificação indicativa para burnout.

Resultado do Inventário de Percepção de Estresse e Estressores de Benzoni – IPEEB.

Item	Pontos	Interpretação
Estressores na vida financeira	0,14	Percepção dentro da média
Estressores no ambiente de trabalho	0,25	Percepção dentro da média
Estressores relacionados à carga de trabalho	0,25	Percepção dentro da média
Estressores relacionados a cognições e comportamentos	0,86	Percepção dentro da média
Estressores na vida familiar	0,40	Percepção dentro da média
Estressores relacionados às condições de saúde	0,50	Percepção dentro da média
Estresse relacionado às condições de relaxamento	0,50	Percepção dentro da média
Estressores relacionados aos relacionamentos sociais	0,33	Percepção dentro da média
Percepção geral de estresse	0,40	Percepção abaixo da média

* Referente à média populacional (Benzoni, 2023)

Resultado do teste EBBURN (Escala Brasileira de Burnout)

Fatores	Pontuação	Classificação
Exaustão/Frustração Profissional	8	Baixa
Despersonalização	0	Baixa

Sociabilidade:

Não apresenta características de comportamentos sociais patológicos.

Resultado do teste SRS-2 (Escala de Responsividade Social)

	Valor da Norma	Interpretação
Percepção Social	52	Dentro da normalidade
Cognição Social	55	Dentro da normalidade

Comunicação Social	53	Dentro da normalidade
Motivação Social	34	Dentro da normalidade
Padrões Restritos e Repetitivos de Comp.	54	Dentro da normalidade
Comunicação e Interação Social	50	Dentro da normalidade
Indicativos Gerais	50	Dentro da normalidade

Avaliação psicológica - teste R-PAS (Sistema de Avaliação por Performance no Roschach):

E.C.P. demonstrou-se pouco produtiva, indicando um desengajamento cognitivo, que pode ser associado a déficits na capacidade de enfrentamento e inibição emocional relacionada à sintomas de ansiedade, depressão, desconfiança, insensibilidade resultante de traumas, que a leva a um funcionamento mais constricto.

Seu estilo de funcionamento, indica propensão a negligenciar a riqueza e complexidade de suas próprias experiências internas, nas dos outros e também no ambiente geral.

A participante apresenta muitos indicadores psicopatológicos, sobretudo no que se refere à tangente interpessoal, motivada por características da personalidade, exposição a estressores crônicos, vivências traumáticas e distorção do pensamento. Ademais, considera as relações interpessoais como pouco solidárias e cooperativas.

De modo geral, identificou-se elevação do estresse, falhas no processamento cognitivo, alta sobrecarga, traços depressivos, déficits significativos no enfrentamento das situações, traços de perfeccionismo, vivências traumáticas em sua história de vida e postura defensiva diante de estressores.

Devolutiva orientada estrategicamente

Inicialmente foi feito um acolhimento, com uma conversa sobre suas vivências profissionais da semana, e o momento também foi utilizado para retomar com E.C.P. o processo da pesquisa realizada, como forma de estabelecer um *rapport* para a consulta.

Os resultados de todos os testes foram apresentados, explicando os impactos e efeitos de todos os resultados em sua vida cotidiana e profissional. Depois, foram abordados os resultados sobre os apontamentos sobre sua percepção de estresse e estressores, além das vivências profissionais, abordando de modo qualificado o quanto aqueles indicativos eram divergentes dos relatos iniciais, que motivaram o interesse pela avaliação neuropsicológica em situação de pesquisa. Por fim, foram então apresentados os resultados do R-PAS e, conforme cada item ia sendo abordado, E.C.P. identificava-se e relatava situações do seu cotidiano, exemplificando a realidade e profundidade de cada traço destacado pela técnica projetiva.

Dentro destes relatos, E.C.P. acessou conteúdos profundos sobre sua dinâmica parental de pouco suporte, conflitos relacionais com irmãos, problemas de saúde vivenciados na família, problemas conjugais passados, vivência de distanciamento dos filhos, temas que sequer foram abordados durante a entrevista semiestruturada realizada no início do processo, mesmo quando questionada em alguns tópicos.

Ao abordar tais temas foi observada uma grande mobilização afetiva e E.C.P. pareceu estar entrando em contato com o real sofrimento e a profundidade deste, o que a levou, pela primeira vez no decorrer das consultas, a demonstrar emotividade, pois seus resultados causaram uma grande desestruturação em suas defesas pessoais. Por fim, perceber seus resultados, a fez refletir sobre a necessidade de mudança em seu estilo de vida e práticas habituais.

Síntese Interpretativa do Momento 1

Inicialmente, ao receber a participante para o processo, foi feito um acolhimento para estabelecimento do *rapport*, com a finalidade de compreensão da demanda e favorecer o vínculo para o processo, elucidando a respeito das etapas pertencentes ao psicodiagnóstico interventivo.

Na sequência, iniciou-se a investigação a respeito da dinâmica neuropsicológica. E.C.P. demonstrou interesse em conhecer as técnicas utilizadas e aproveitou do momento para associar questões trazidas nas escolas, com situações da sua vida e experiências do trabalho e não apresentou qualquer resistência durante o processo avaliativo. Ao final, relatou curiosidade a respeito do seu desempenho.

Seu funcionamento global indicou uma dificuldade relacionada à resolução de problemas abstratos, ou seja, não relacionados a experiências prévias e informações concretas. Também, apresentou alterações de nível leve no funcionamento executivo, que estão diretamente relacionados

ao comportamento manifesto. A principal dificuldade observada foi na regulação emocional, evidenciando uma tendência a tolerar níveis elevados de sobrecarga emocional, manejando situações consideradas como problemáticas com a finalidade de não exprimir suas emoções negativas e o estresse.

A respeito de sua percepção de estresse e frustração profissional, observou-se que estavam dentro dos níveis esperados. Entretanto, este desempenho não é compatível com as queixas motivadoras pelo atendimento. A complementaridade avaliativa com uma técnica projetiva, possibilitou uma compreensão mais ampla acerca da sua organização afetiva. Nesta técnica, identificou-se uma propensão a negligenciar a complexidade de suas próprias experiências internas, das experiências dos demais e do ambiente. Os resultados indicaram exposição a estressores crônicos e dificuldades na integração cognitiva, além de evidenciarem uma postura defensiva diante de estressores.

Deve-se destacar, que o desempenho que não identificou elevação do estresse foi apresentado por meio de escalas de autorrelato, onde há o controle perceptivo e racional da participante sobre suas respostas. Entretanto, na técnica projetiva utilizada, que promove respostas a partir da diminuição do controle consciente e orientado, identificou-se um mecanismo integrado de sintomas muito mais compatível com o relato inicial da participante. Então, a análise conjunta dos resultados indicou um falso-negativo, relacionado a uma rigidez que a leva a um embotamento dos seus sintomas emocionais, na mesma medida em que possibilitou uma compreensão ampla e dinâmica de E.C.P.

Na sequência, a apresentação dos resultados, que sucedeu um novo acolhimento e *rapport* inicial, viabilizou um diálogo a respeito dos sintomas percebidos e dos níveis de intensidade dos mesmos, cujo objetivo foi abrir um campo perceptivo acerca das vivências ambientais, profissionais e experiências afetivas. Foram abordados os resultados sobre os apontamentos de sua percepção de estresse e estressores em toda a sua dinâmica de vida, abrindo espaço para a exposição deliberada de eventos atuais e passados pela participante.

Entrar em contato com seus resultados desencadeou uma mobilização afetiva e, pela primeira vez, foi possível perceber uma demonstração de emotividade da participante, que refletiu sobre a necessidade de mudança em seu estilo de vida e práticas atuais.

O momento 1 do processo de psicodiagnóstico interventivo, então, mostrou-se pertinente enquanto acesso e retorno de sintomas de modo orientado estrategicamente, o que leva a uma necessidade de reorganização de sua estrutura, que pode ser facilitada pelo momento 2 do psicodiagnóstico interventivo.

MOMENTO 2 – Perturbações

Desenho-Estória-Tema:

O momento 2, que também se iniciou com um novo acolhimento psicológico com o objetivo de fortalecimento emocional após a discussão dos resultados, abriu espaço para o campo experiencial e fenomenológico da participante. A utilização da técnica do desenho-estória-tema, com a proposta de representar a sua vida profissional foi aceita com resistência, ainda indicando seu funcionamento defensivo diante das suas vulnerabilidades emocionais.

A narrativa do seu desenho descreve um ambiente de trabalho estruturado, rotineiro, com muitos afazeres. Descreve que seu dia se resume em estar sentada, de frente para um computador, buscando o máximo de produtividade, mas sendo frequentemente interrompida por pessoas que buscam ajuda em ações que não são relacionadas às suas funções, que são de outros departamentos ou até mesmo com demandas pessoais. Conta que esse é um costume de longa data de muitas pessoas do trabalho, que a veem como “mãe”, como suporte, como conselheira, e que busca sempre atender a todos, mas que isso a sobrecarrega pois além de todo o suporte, é rigorosa em relação ao cumprimento das suas demandas pessoais de trabalho. Por fim, reflete que tem sido mais reativa para que essas pessoas nem a busquem para conversar e que frequentemente recebe sutis notificações sobre estar diferente, ser estressada, ser brava, ser metódica, e concorda que tem se apresentado desta forma, mas que não gosta de ser percebida assim.

Com a conclusão do seu pensamento, iniciou-se uma entrevista semiestruturada, buscando conhecer em profundidade a história da participante.

Entrevista em profundidade:

Na entrevista em profundidade, analisada por meio de categorias definidas a posteriori, foram observadas as seguintes vivências e percepções:

Vivências parentais

Percebe a mãe como uma figura extremamente exigente e agressiva. Relata diversos episódios de sua infância e adolescência, nos quais era agredida pela mãe. Sente que a mãe parecia não ter amor aos filhos. Por outro lado, relata ter tido um pai amoroso, carinhoso e tranquilo.

Os irmãos também eram mais próximos, sobretudo no que se refere ao caçula que a via como mãe.

Com os filhos se mostra como mais próxima, apesar de ter sentido a separação dos filhos quando se casaram ou foram embora de casa, percebe uma relação positiva para com eles.

Vivências percebidas nos relacionamentos familiares atuais.

Quanto aos relacionamentos familiares atuais relata que o marido, por ser uma pessoa muito emotiva e sensível e estar passando por dificuldades com a mãe dele que está com Alzheimer, demanda muito cuidado e apoio da parte dela, o que faz constantemente para com ele, o marido.

Vivências percebidas no relacionamento no trabalho.

No trabalho percebe que sua superiora se preocupa com ela, uma vez que a orienta a deixar que as outras pessoas façam um pouco mais as coisas que ela pega pra ela. Isso se relaciona a percepção que tem de sua responsabilidade no trabalho, diz que "não sai de casa para fazer um trabalho mal-feito".

Não consegue dar seu trabalho para outra pessoa fazer, centralizando as tarefas.

Na relação com subordinados, relata que se irrita com a falta de agilidade da pessoa que a auxilia, ficando atenta até ao que essa pessoa fala ao telefone. Relata: "as vezes eu não consigo entender que a outra pessoa não consegue, e cada tem o seu tempo, e isso aí eu entendo".

Sentimentos percebidos com relação ao trabalho.

Quanto à percepção de responsabilidade sobre seu trabalho, relata que não consegue dar seu "trabalho para outra pessoa fazer" porque sabe que "ela vai fazer errado". Se considera "muito certa, correta no trabalho", ainda dizendo "não saio de casa para fazer um negócio mal-feito, senão eu ficaria na minha casa".

Percepção sobre reconhecimento do que realiza.

Hoje percebe-se reconhecida no trabalho que realiza, porém relata que quando trabalhava com o irmão era agressivamente criticada e não reconhecida. Nessa época pensava: "Um dia eu vou arrumar um trabalho que todo mundo ainda vai me reconhecer". Atualmente, no trabalho que realiza, sempre é elogiada pelo trabalho que realiza, que nunca foi chamada a atenção e finaliza dizendo: "hoje eu arrumei um trabalho, então é isso que eu acho que eu me cobro. E hoje eu sou elogiada!"

Vivências de situação de violência.

Relata muitas situações de violências advindas do irmão.

Autopercepção.

Se autopercebe profissionalmente como uma pessoa ágil, que consegue resolver as coisas rapidamente e, também como imediatista, a ponto de se irritar com a demora dos outros a resolverem as coisas. Sempre quis trabalhar, mas com os filhos pequenos o marido não a deixava. Agora, podendo trabalhar, diz que tenta fazer o máximo que pode pela empresa.

Percepção de suporte emocional.

Percebe-se como tendo apoio da sua superiora no trabalho, sendo autorizada a ficar descansando quando doente. Quanto ao ambiente familiar relata que, pelo contrário, tem que dar suporte emocional ao marido.

Percepção de estresse.

Identifica sintomas emocionais de estresse como sentimentos de tristeza e comportamentos de chorar escondido. Relata que algumas vezes chegou em casa e chorou compulsivamente sentada no vaso sanitário e diz: "Eu chorei, mas chorei um monte mesmo, parecia que estava lavando minha alma".

Modo de enfrentamento aos eventos estressores (Coping).

Para enfrentar o estresse tem comportamentos relativos à esquiva, saindo da situação a ponto de ficar alguns dias sem trabalhar. Também relata situações de chorar, com o "objetivo de colocar pra fora." Evita falar sobre o que não a agradou por receio da outra pessoa não gostar.

Síntese Interpretativa da Entrevista

Motivada a buscar atendimento por perceber que chegou ao limite do estresse, por não aguentar mais se sentir tão sobrecarregada, E.C.P. observa que esta condição está lhe fazendo mal. Além disso, tem se percebido cada vez mais irritada com os relacionamentos interpessoais no trabalho, o que não era habitual anteriormente.

E.C.P. demonstra uma percepção de que sua mãe foi muito exigente e agressiva, relatando diversos episódios, até traumáticos, vivenciados em sua infância e adolescência como por exemplo a passagem de lavar a louça: [...] *ela mandava eu lavar louça, eu lembro disso nitidamente e tava um frio muito frio e eu estava cansada, tinha chegado da escola, eu lembro que dormi lavando louça na beira da pia e minha mãe tava dormindo... e eu tinha que lavar, por que se ela acordava e não tinha lavado ela batia* [...]. Por outro lado, relata ter tido um pai amoroso, carinhoso e tranquilo, bem como relata que os irmãos eram muito próximos também.

Quanto a vida familiar atual, percebe o marido como muito emotivo e uma pessoa, de certa forma dependente emocionalmente dela, dizendo [...] *Meu marido é muita emoção, ele não tem nada de razão. É pura emoção. É impressionante isso, ele não consegue, é jeito dele, mas assim no trabalho eu não tenho o que reclamar* [...].

Com relação ao seu trabalho atual, relata ser uma pessoa extremamente responsável [...] *não sai de casa para fazer um trabalho malfeito* [...] e que não consegue dar seu trabalho para outra pessoa fazer, centralizando as tarefas porque não consegue entender [...] *entender que a outra pessoa não consegue, e cada tem o seu tempo, e isso aí eu entendo* [...]. Não consegue dar seu "trabalho para outra pessoa fazer" porque sabe que "ela vai fazer errado". Porém aponta de forma enfática que a sua superiora se preocupa com ela, uma vez que a orienta a deixar que as outras pessoas façam um pouco mais as coisas que ela pega para ela.

Em sua história profissional, relata ter vivenciado muitas situações de violência advindas de seu irmão, com o qual trabalhava, porém, hoje trabalhando em outro local, longe desse irmão, percebe-se apoiada, reconhecida e valorizada pela superiora que é mulher também e diz: [...] *hoje eu arrumei um trabalho, então é isso que eu acho que eu me cobro. E hoje eu sou elogiada!* [...]. Se autopercebe profissionalmente como uma pessoa ágil, que consegue resolver as coisas rapidamente e, também como imediatista, a ponto de se irritar com a demora dos outros a resolverem as coisas.

Com relação a autopercepção de estresse, identifica sentimentos de tristeza e relata comportamentos de chorar escondido, o que aponta uma estratégia de *coping* emocional, característico de evitação e esquiva, pois quando não suporta mais isola-se e chora: [...] *Eu chorei, mas chorei um monte mesmo, parecia que estava lavando minha alma* [...].

Concluindo, nota-se a partir dos dados obtidos nos relatos da participante na entrevista, que ela apresenta uma dinâmica de vivencial de se colocar como uma pessoa forte, exigente consigo mesma, com elevada autocobrança. Essas características a leva a uma atuação centralizadora e parece que a busca por aprovação, reconhecimento e garantias a si mesma de que é uma pessoa competente no que faz, a deixa numa posição de onipotência, na qual não pode demonstrar fraquezas, esquivando social e profissionalmente quando chega a seus limites.

Rebiografia Simbólica:

No penúltimo encontro, novamente foi feito um acolhimento, pois espontaneamente E.C.P. apresentou reflexões que fez ao perceber o quanto tem negligenciado seu bem-estar, por não se permitir demonstrar seus reais pensamentos e sentimentos, por ter excedido tanto os seus limites em relação às situações problema vivenciadas ao longo de toda sua história de vida.

A tarefa proposta, a Rebiografia Simbólica, foi realizada com perceptível motivação e entusiasmo e a escolha de imagens representativas sobre seu passado, presente e futuro profissional, levaram a uma narrativa organizada das suas vivências.

Sobre seu passado profissional, seleciona uma imagem com duas crianças jogando futebol. Sua narrativa envolve a percepção de nunca ter tido infância, de ter assumido papéis de responsabilidade, sobretudo doméstica, desde muito pequena, pois cresceu em um lar com princípios machistas, onde por ser a única filha mulher, deveria ser responsável por ajudar sua mãe. Refere, ainda, não ter tido uma infância feliz. Também, retoma lembranças sobre não ser bem tratada pela mãe, pelo perfil rude da mesma. Por fim, conclui enfatizando muitas vezes não ter sido feliz por não ter vivências boas em sua infância.

No seu presente, seleciona a imagem de um grande abismo. Inicialmente, E.C.P. silencia e fica reflexiva diante da imagem. Então, diz que no momento é assim que se sente, em um grande abismo, um buraco sem fim. Diz que tal percepção se dá por ter se descuidado, por ter se deixado, por

achar que não precisava de ajuda e conseguiria resolver todas as suas demandas sozinha. Acrescenta dizendo não conseguir vislumbrar um fim para essa percepção. Por fim, a respeito do seu futuro profissional, seleciona a imagem de um notebook, e diz que se motiva quando pensa na faculdade que está cursando. Conta que só iniciou a faculdade porque foi uma necessidade imposta pela empresa que trabalha, mas que viu a necessidade como uma grande oportunidade. Diz ter medo de que na sua idade possa enfrentar dificuldades para iniciar uma nova carreira, mas que tem sonhado em exercer sua profissão em recursos humanos, se considerando muito feliz quando precisa lidar com pessoas, sobretudo no ambiente de trabalho. Desta forma, demonstra aspirações de mudança, de crescimento profissional, com perspectivas que são conectadas ao que considera uma habilidade pessoal.

Após a realização da atividade, foi proposta uma reflexão sobre o impacto das suas vivências passadas na sua forma de ser e experimentar as situações da vida atual, buscando ser sempre uma mulher que se firma como forte, como independente, que é feita para atender e dar suporte a todos que necessitem dela. Todavia, a grande saída para o abismo em que se encontra pode ser o contrário da força, da luta, do enfrentamento, da resistência, e que novos caminhos lhe poderiam surgir no que foi nomeado como “parte de baixo” ou “fundo do abismo”, uma vez que acolhendo seu sofrimento, conhecendo suas necessidades pessoais, respeitando seus limites internos, poderia escolher novos caminhos que exijam menos aprovação, menos aceitação externa, menos força pessoal, menos esforço do que o que tem feito desde criança para se provar e provar aos demais, a sua capacidade. Também, foi abordado o quanto toda essa necessidade de destaque, de oferecer suporte aos demais, pode estar relacionada a uma necessidade incessante de se sentir querida e valorizada pelos demais.

O atendimento se encerra com E.C.P. empolgada, motivada, demonstrando grande desejo de permanecer em processo psicoterapêutico. Além disso, usa palavras como “leveza” para se referir à sensação de alívio momentâneo experimentado.

Árvore do Resgate:

Para o último encontro do processo, E.C.P. chega muito mais animada, demonstrando motivação. Inicia a consulta contando que buscou auxílio psicológico e médico, e que está se sentindo muito bem com o tratamento que está recebendo, descrevendo mudanças também em seu cotidiano, empregando menor cobrança com horários, relatando impor mais limites às demandas externas e adicionais às suas demandas de trabalho, demonstrando maior assertividade nas relações profissionais e familiares, com um perfil mais otimista, esperançoso e motivado que o demonstrado em todas as consultas anteriores.

Ao fazer a representação da árvore, nas **raízes**, coloca sua base familiar. Explica que, mesmo que com vivências difíceis, foi sua base que a tornou quem é hoje, pois motivou muitas decisões que tomou na sua vida. No **tronco**, colocou o crescimento interno e externo, que iniciou com seu casamento, que a fez deixar a casa dos pais e ir buscar uma vida com maior sentido e significado. Conta que ainda se sente crescendo e que cada etapa da vida, todos os desafios que enfrenta, toda mudança pela qual passa, faz com que cresça e aumente suas proporções. Os **galhos** representam seu crescimento profissional, pois a retomada ao mercado de trabalho, após tantos anos de vida dedicada ao lar, casamento e aos filhos, a fez crescer muito, se sentir rejuvenescida, em plena expansão, se abrindo ao mundo, diante de tantas vivências e perspectivas que foram surgindo ao longo dos últimos anos. Na **copa**, seleciona características pessoais das quais se orgulha: garra, determinação e força. Reconhece que são as habilidades que fazem com que se sinta grande, notada, valorizada, e são as características que fazem com que sempre lute pelos seus sonhos e necessidades. Nos **frutos**, elenca a família que formou e, especificamente, seus filhos, indicando que toda sua história de vida, todas as dificuldades que enfrentou, tudo o que vem construindo, sempre foi com o desejo de criar filhos que fossem boas pessoas. Hoje, diz se orgulhar da forma como criou seus filhos e das pessoas que eles se tornaram. Sua árvore representa crenças de que sempre é possível melhorar, que tudo sempre se resolve e que as mudanças servem de impulso para atingir patamares maiores na vida (ANEXO XIII).

O fechamento da consulta se dá na perspectiva de que, assim como uma árvore, nossa vida também precisa de podas, ou seja, de momentos de desestruturação, para uma reestruturação mais organizada e saudável. Ainda, assim como as árvores, nossa vida tem processos cíclicos, que seguem fases que passamos na vida. As árvores acompanham as estações do ano, mas nossas reações de desestruturação e reestruturação são marcadas pelas vivências que temos ao longo do nosso desenvolvimento, havendo sempre a oportunidade de replantio, de poda, de colheita e, por que não, de ser apenas uma sombra fresca.

Todas as etapas do segundo momento partiram de um acolhimento inicial para fortalecimento emocional diante da demanda afetiva apresentada, uma vez dada a abertura para esta prática pela participante, que possibilitou o acesso a conteúdos da sua história.

A integração de técnicas evidenciou, ainda, mecanismos defensivos diante das vulnerabilidades emocionais de E.C.P., indicando uma marcada rigidez em seu funcionamento. Todavia, a continuidade pela entrevista trouxe à tona memórias das práticas parentais, do baixo reconhecimento e validação em sua história, aspectos estes que se repetem em muitos momentos da vida e estão diretamente relacionados à sua constante busca por validação. Seus relatos, de modo geral, indicam um modelo de enfrentamento do estresse por esquiva, e traduzem uma negligência do seu próprio bem-estar.

Na sequência, foram provocadas reorganizações da sua experiência profissional, por meio de uma narrativa simbólica que perpassou por um histórico de negligência, o atual desconcerto psicológico e a perspectiva futura de mudança, com traços de esperança e motivação pessoal.

A reconstrução da narrativa da sua própria história, a partir sobretudo das técnicas da rebiografia simbólica e da árvore do resgate, favoreceu o reconhecimento do seu crescimento pessoal e expansão profissional, atribuindo grande valor à sua força e determinação, que denotam orgulho da sua história de vida.

As perturbações provocadas pelas técnicas favoreceram insights sobre a necessidade de estabelecer limites a si mesma e aos demais, além de identificar a necessidade de compreensão e acolhimento das fragilidades psicológicas, como caminho de constante transformação.

O processo se encerrou com uma narrativa própria de maior motivação, percepção de bem-estar, maior capacidade reflexiva e maior assertividade, sobretudo no seu ambiente de trabalho, que reflete o impacto positivo das técnicas utilizadas na reorganização simbólica da sua história de vida.

O momento 2 do processo de psicodiagnóstico interventivo, então, mostrou-se pertinente enquanto a atuar de forma a, ao mesmo tempo que provocava perturbações orientadas estrategicamente, facilitava a reestruturação autopoietica, ligado dinamicamente com o momento 1.

Síntese Interpretativa Final do Caso

Inicialmente E. C. P. demonstrou-se pouco confiante no processo, sem muitas perspectivas de melhoria na sua condição afetiva geral. Demonstrava-se esgotada, com humor irritadiço, com sensação de sobrecarga e com algumas resistências para buscar alternativas terapêuticas para si.

A etapa de testagem, inicialmente, trouxe muitos questionamentos sobre sua capacidade cognitiva, demonstrando uma certa necessidade de suprir alguma expectativa do avaliador sobre o seu desempenho. A apresentação dos resultados da avaliação neuropsicológica, por mais cuidadosa que tenha sido a condução dessa pela pesquisadora, lhe trouxe impacto, que foi motivador de uma crise significativa, pois a fez dimensionar a intensidade do seu sofrimento e a conduziu à percepção de que, para além daquilo que se permitia demonstrar aos demais, havia níveis de sofrimento mental que careciam de acolhimento. Ter esta compreensão não só a fez reconhecer a necessidade de suporte, como lhe trouxe um imediatismo para buscá-lo.

Além disso, todo o processo, quando associado às técnicas da rebiografia simbólica e da árvore do resgate, facilitaram uma reorganização interna motivadora de bem-estar, autoconfiança, segurança, e também a reavaliação sobre comportamentos disruptivos no ambiente de trabalho, associados à elevação da sua percepção de estresse, evidenciados a partir da mudança de hábitos no ambiente de trabalho, com pausas necessárias para o descanso, diálogo com os colegas a respeito dos seus limites na relação maternal estabelecida pelos demais sobre ela, além da reflexão sobre o impacto que seu perfil irritadiço e reativo causava no ambiente de trabalho e na qualidade dos relacionamentos próximos.

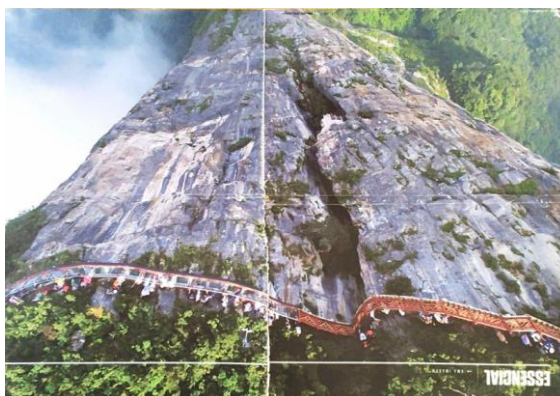
O intervalo entre as consultas foi o tempo necessário para refletir uma mudança de postura, mudança no semblante, na narrativa e em ações favoráveis a um cotidiano mais qualificado, que caminha, agora, ao encontro de expressar-se de forma justa, franca e apegada aos seus valores pessoais.

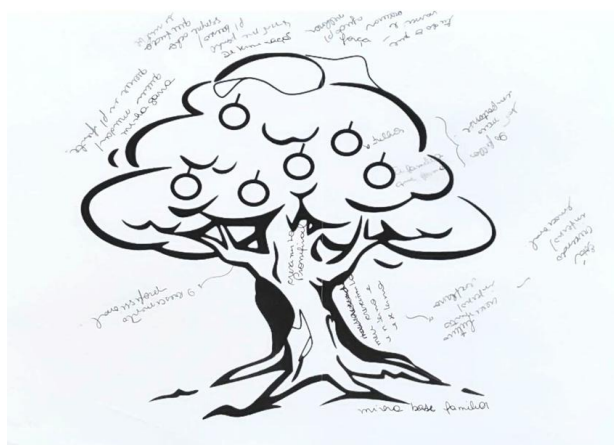
A relação entre o momento 1 e o momento 2 apresentou um movimento contínuo de transformação, que configura o psicodiagnóstico interventivo proposto. A participante tramitou de um funcionamento, inicialmente defensivo que pôde ter indicado um resultado falso negativo, para uma maior abertura à reflexão auto perceptiva.

O que se mostrou no começo como embotamento e negligência afetiva, parece ter se reorganizado para o reconhecimento de fragilidades pessoais, acolhimento da sua história de vida e reflexão sobre um padrão de funcionamento de excessiva força e prestação de cuidados direcionados ao outro, em detrimento de si mesma, evidenciados a partir das reflexões autodirigidas anteriormente

apontadas, das mudanças de atitude no ambiente de trabalho, além da busca por auxílio profissional interdisciplinar de psicologia para suporte afetivo e favorecimento do autoconhecimento, e auxílio médico psiquiátrico para auxílio diante dos sintomas de exaustão e esgotamento.

A adesão à psicoterapia posterior ao psicodiagnóstico interventivo denotou possíveis impactos positivos do método aplicado, uma vez que parece ter proporcionado uma ressignificação da sua história, em busca de uma relação mais consoante entre suas necessidades e as necessidades do ambiente no qual vive.





RELATÓRIO COMPLETO CASO 2

Participante: 2 – E. C.

Sexo: Feminino

Idade: 51a

Estado civil: Casada

Situação familiar: Casada há 18 anos, sem filhos, vive com o marido e os animais de estimação.

Profissão: Professora de História, Filosofia, Sociologia e Projeto de Vida no Ensino Fundamental e Ensino Médio. Também exerce a função de coordenadora de área de humanas em sua escola, com a função de orientar professores, oferecer formações a eles, assistir e mediar aulas, desenvolver projetos, elaborar documentos e realizar o planejamento e ementa de aulas.

Atuação profissional: há 22 anos

Carga horária de trabalho: 40 horas semanais

Formação: Superior Completo

Situação atual:

Apresenta níveis altos de esgotamento emocional, cansaço físico, elevação da ansiedade, aumento da frustração, percepção de sobrecarga de trabalho e desmotivação. Sem diagnóstico prévio.

Dinâmica Neuropsicológica

Resultados da avaliação inicial:

Inteligência:

Apresentou um desempenho considerado como dentro da média na capacidade intelectual geral não verbal, que se refere à inteligência livre de influências culturais e pode indicar ter, em seu funcionamento geral, adequada capacidade na resolução de problemas abstratos.

Resultado do teste WMT-2 (Teste de Matrizes de Viena-2)

Pontos	Percentil	QI	Interpretação
10	77	104	Média

Funcionamento executivo:

Apresentou déficit expressivo no gerenciamento do tempo e na regulação emocional, e apresentou sintoma disexecutivo leve ou com alguma significância clínica na organização e resolução de problemas, no autocontrole e na motivação, indicando um funcionamento disexecutivo limítrofe. E. C. apresenta dificuldade no controle da impulsividade e irritabilidade. Entretanto, demonstra capacidade no manejo do excesso de emoções negativas e da sobrecarga ao estresse, além de alta capacidade de resiliência, ou seja, alta capacidade de tolerar situações estressoras.

Resultado do teste BDEFS (Escala de Avaliação de Disfunções Executivas de Barkley)

	Pontos	Percentil	Interpretação
Gerenciamento do tempo	16	Superior a 99	Déficit grave
Organização/resolução de problemas	7	90	Limítrofe
Autocontrole	5	80	Significância clínica leve
Motivação	5	80	Significância clínica leve
Regulação emocional	8	95	Limítrofe

Resultado do teste BOLIE (Bateria Online de Inteligência Emocional – Escala de Regulação Emocional)

Item	Ponto Bruto	QIE	Percentil	Interpretação
Controle da impulsividade e irritabilidade	15	99	47	Média Baixa
Controle da sobrecarga emocional	15	106	66	Média Alta
Resiliência	21	119	90	Alta

Estresse e estressores:

Não apresenta indicativos de vivência de estressores em sua vida financeira, na vida familiar, nas condições de saúde, mas apresenta elevação da percepção de estressores no ambiente de trabalho, relacionada à carga de trabalho, relacionado aos comportamentos e cognições, e às condições de relaxamento.

No que se refere às vivências profissionais, apresentou pontuação classificada como Alta para o fator de exaustão/frustração profissional, indicando não se perceber com condições de enfrentar as situações consideradas estressantes no seu contexto laboral. Ainda, apresentou escassa motivação para o trabalho, sentimento de exaustão, sobrecarga e desgaste, indicando pouca disposição para realizar suas funções. Esta condição está associada a decepção profissional, insatisfação, frustração, com diminuição do valor atribuído ao trabalho. Entretanto, no que se refere à despersonalização/distanciamento, apresentou índice baixo, que indica que E. C. ainda se interessa constantemente por auxiliar membros da equipe, dar suporte aos alunos, e busca desenvolver e manter relações agradáveis com todos, apresentando-se de modo solícito.

Seus resultados, portanto, indicam que E. C., apesar da percepção de estresse elevada e do alto índice de exaustão/frustração, ainda continua dispondo-se às demandas do trabalho, que tendem a intensificar seu nível de estresse e exaustão. Sua classificação é indicativa para sinais de risco de burnout.

Resultado do Inventário de Percepção de Estresse e Estressores de Benzoni – IPEEB

Item	Pontos	Interpretação
Estressores na vida financeira	0,14	Percepção dentro da média
Estressores no ambiente de trabalho	1,75	Percepção acima da média
Estressores relacionados à carga de trabalho	2,00	Percepção acima da média
Estressores relacionados a cognições e comportamentos	3,14	Percepção acima da média
Estressores na vida familiar	0,80	Percepção dentro da média
Estressores relacionados às condições de saúde	1,25	Percepção dentro da média
Estresse relacionado às condições de relaxamento	3,50	Percepção acima da média

Estressores relacionados aos relacionamentos sociais	0	Percepção dentro da média
Percepção geral de estresse	1,62	Percepção dentro da média

* Referente à média populacional (Benzoni, 2023)

Resultado do teste EBBURN (Escala Brasileira de Burnout)

Fatores	Pontuação	Classificação
Exaustão/Frustração Profissional	39	Alta
Despersonalização	0	Baixa

Sociabilidade:

Não apresenta características de comportamentos sociais patológicos.

Resultado do teste SRS-2 (Escala de Responsividade Social)

	Valor da Norma	Interpretação
Percepção Social	55	Dentro da normalidade
Cognição Social	57	Dentro da normalidade
Comunicação Social	51	Dentro da normalidade
Motivação Social	47	Dentro da normalidade
Padrões Restritos e Repetitivos de Comp.	59	Dentro da normalidade
Comunicação e Interação Social	52	Dentro da normalidade
Indicativos Gerais	54	Dentro da normalidade

Avaliação psicológica - teste R-PAS (Sistema de Avaliação por Performance no Roschach):

Identificou-se um déficit na capacidade de enfrentamento ao estresse, com recursos psicológicos inadequados, que se traduzem em dificuldade para expressar seus sentimentos, pensamentos e comportamentos. Seu estilo de enfrentamento é, essencialmente, defensivo, buscando suprimir suas emoções, mais do que expressá-las.

Em suas relações, E. C. apresenta um estilo de apego/vínculo seguro. Entretanto, não considera os relacionamentos como solidários e cooperativos, mas apresenta alta sensibilidade naquilo que se refere às experiências interpessoais.

Seus resultados são indicativos para elevação de ansiedade e traços depressivos, causando reações de baixo envolvimento com as situações, sobretudo as de grande impacto afetivo.

Ainda, demonstra ser pouco atenta às suas experiências internas e externas. Em sua avaliação, existem fatores situacionais impactando na sua afetividade, mas a dificuldade de enfrentamento é considerada crônica, e são identificados muitos fatores psicopatológicos, que podem comprometer seu funcionamento diário.

Seu perfil de pensamento é muito pouco convencional, mas apresenta adequado funcionamento adaptativo, embora se sinta desamparada em situações estressoras extremas.

Nos aspectos fortalecedores, E. C. mostra ser criativa, esforçada, independente, confiável, resiliente, estável e previsível.

Devolutiva orientada estrategicamente

E. C. é expansiva e demonstra entusiasmo inicial para saber os resultados de todos os testes a que foi submetida. Brinca, dizendo “Você vai dizer que estou louca?”, apresentando suas fantasias a respeito do seu desempenho, mas denotando ter alguma compreensão sobre uma realidade difícil que vem enfrentando na vida profissional. Ela conta sobre os últimos acontecimentos no ambiente de trabalho e, entre os relatos, aparecem sucessivos conflitos interpessoais entre a equipe profissional que pertence, em situações que considera pouco relevantes, mas que atingiram grandes proporções dentro da instituição. O reflexo em seu humor é de desânimo e de desesperança, tendo poucas crenças de que a situação estabilize e apresente melhoras duradouras.

Após esse contato inicial, foi feito um acolhimento, com uma conversa sobre suas vivências profissionais da semana e um manejo diante das situações de conflito apresentadas pela equipe, dando

abertura à expressão afetiva e, sobretudo, manejo dos afetos por meio de reflexões relacionadas ao contexto.

Os resultados de todos os testes e instrumentos foram apresentados, explicando os impactos e efeitos de todos os resultados em sua vida cotidiana e profissional, correlacionando com relatos de suas vivências coletados ao longo dos encontros anteriores.

Depois, foram abordados os resultados sobre os apontamentos de sua percepção de estresse e estressores, além das vivências profissionais, e antes que qualquer explicação ou delineamento fosse oferecido, E. C. demonstrou estar assustada com seus resultados, conferindo várias vezes suas pontuações e qualificações das pontuações. Foi feito um acolhimento psicológico esclarecendo cada um dos tópicos e indicadores apontados no inventário em questão que foi seguido do breve relato “Eu imaginada que eu estava exausta, mas não imaginava que era tanto. Acho que me acostumei.”

Por fim, foram então apresentados os resultados do R-PAS e, conforme cada item ia sendo abordado, E. C. correlacionava com vivências, demonstrando identificar-se com cada observação trazida em seus resultados, ampliando sua autopercepção sobre situações em sua história de vida que foram sendo toleradas, negligenciadas, diminuídas, silenciadas, sempre com o objetivo de evitar conflitos, demonstrando uma forma muito individual de enfrentamento dos problemas.

De modo geral, o encontro para devolutiva dos resultados revelou um perfil ambivalente de muita expansividade e profundo valor às relações sociais, mas com características de enfrentamento e vivências emocionais introspectivas e de reclusão.

E. C. demonstrou ser impactada pelos seus resultados, parecia reflexiva, mas foi possível observar aumento da motivação e do engajamento para modificar sua condição clínica psicológica atual.

Síntese Interpretativa do Momento 1

Inicialmente, ao receber a participante para o processo, foi realizado um acolhimento visando o estabelecimento do rapport, de modo a favorecer a compreensão da demanda e possibilitar um vínculo inicial para o percurso avaliativo. Foi esclarecido sobre as etapas do psicodiagnóstico interventivo, o que permitiu que E. C. demonstrasse curiosidade e interesse pelos instrumentos, bem como pela compreensão de seu próprio funcionamento. Em alguns momentos, trouxe associações com suas vivências profissionais e pessoais, revelando espontaneidade no contato e abertura ao processo avaliativo.

No levantamento de seu funcionamento global, seus resultados indicaram recursos adequados para a resolução de problemas abstratos, ou seja, não relacionados a experiências prévias e informações concretas. No entanto, no funcionamento executivo, foram encontrados déficits expressivos no gerenciamento do tempo, regulação emocional e organização de tarefas, além de indícios de um nível leve de dificuldade associada ao autocontrole, impulsividade e motivação. Apesar dessas fragilidades, E.C. demonstrou elevada capacidade de resiliência e manejo frente ao excesso de emoções negativas, características que funcionam como fator de proteção diante da sobrecarga vivenciada.

No que se refere ao estresse, verificou-se ausência de indicadores relevantes em aspectos familiares, financeiros ou de saúde. Entretanto, a percepção de estressores no ambiente laboral mostrou-se bastante elevada, destacando exaustão, frustração profissional e sentimentos de desmotivação. Apesar disso, manteve-se baixo o índice de despersonalização, revelando interesse constante em colaborar com colegas e alunos, além de buscar relações de suporte, o que reforça sua disposição social e abertura a vínculos. O conjunto dos resultados sugere risco significativo para o desenvolvimento de burnout, dado o elevado desgaste profissional associado à manutenção de um padrão de engajamento intenso no trabalho.

A avaliação psicológica por meio da técnica projetiva utilizada permitiu ampliar a compreensão acerca de sua organização afetiva, indicando fragilidades crônicas nas estratégias de enfrentamento ao estresse, uma vez que E. C. tende a suprimir sentimentos e pensamentos, utilizando um estilo defensivo e pouco flexível de funcionamento, o que impacta no modo como vivencia suas experiências. Foi identificada dificuldade em lidar com situações de maior impacto emocional, presença de traços depressivos e elevação da ansiedade. Além disso, observou-se baixa atenção às suas experiências internas e externas, o que limita a integração cognitiva e afetiva.

Durante a discussão dos resultados, a participante mostrou expansividade, curiosidade e bom humor em relação ao seu desempenho e sintomas manifestos, mas também expressou surpresa com a intensidade dos seus sintomas. Na medida em que os resultados foram discutidos, E.C. relatou conflitos interpessoais frequentes no ambiente de trabalho, apontando desânimo e desesperança quanto a mudanças significativas nesse contexto, diretamente relacionados ao seu nível de estresse.

Ao mesmo tempo, foi possível observar que, ao relacionar os achados com suas vivências, E.C. reconheceu padrões de silenciamento emocional e de enfrentamento voltado à evitação de conflitos, o que auxiliou para que a mesma ampliasse sua autopercepção.

Esse momento favoreceu o contato de E. C. com seus sintomas de forma mais clara e concreta, favorecendo uma mobilização afetiva diante da necessidade de mudanças. Apesar do impacto inicial, foi possível notar aumento do engajamento e da motivação em refletir sobre novas estratégias para modificar sua condição atual.

Assim, o Momento 1 do processo de psicodiagnóstico interventivo se mostrou essencial para a abertura de um campo perceptivo e reflexivo, favorecendo a conscientização de padrões e a preparação para a etapa seguinte, voltada à reorganização de sua estrutura e modos de enfrentamento.

MOMENTO 2 – Perturbações

Desenho-Estória-Tema:

O momento 2, que também se iniciou com um novo acolhimento psicológico com o objetivo de compreensão do impacto decorrente da discussão dos seus resultados. E. C. demonstrou ansiedade e relatou ter ficado reflexiva acerca das reflexões do encontro anterior, demonstrando maior atenção aos fatores internos e externos apontados em sua testagem, adotando, desde já, estratégias para ser menos afetada por eles. Relata o surgimento de novos problemas no ambiente de trabalho, com escalonamento de repercussão, que causou um grande mal-estar nos relacionamentos interpessoais entre a equipe escolar. Diante o ocorrido, reflete sobre algumas possibilidades de ação, buscando racionalização para o melhor desfecho do problema vivenciado.

A utilização da técnica do desenho-estória-tema, com a proposta de representar a sua vida profissional foi aceita sem resistência e com indicativos de motivação para a realização da atividade.

E.C. desenhou um poço sem fim, uma pessoa falando, um coração e um espiral, que ocuparam boa parte do espaço, com elementos distribuídos na folha (ANEXO).

Ao relatar sobre o poço sem fim, relata a sensação de nunca se encontrar e sobre ter a sensação de que nunca sabe se o que está fazendo é correto. Assim, sempre tem que mudar de estratégias, fazer coisas diferentes, e essa é uma situação inesgotável.

No espiral, conta se sentir sugada, e relata uma cena de um filme em que um buraco se abre e suga as pessoas, fazendo uma analogia à forma como se sente em seu ambiente, demonstrando frustração por problemas que nunca se resolvem. Descreve sucessivas mudanças estruturais no modo de desempenhar seu trabalho, tendo que seguir regras que interferem na dinâmica das aulas, na produtividade do trabalho, e ainda se refletem em sobrecarga de tarefas.

O coração é a representação da afeição que tem pelo seu trabalho, referindo que gosta muito do que faz, gosta de ser professora, de ensinar, de ter uma relação próxima com os alunos, sendo esta a sua maior sensação de prazer laboral.

A pessoa falando representa a profissão de professora, e associa diretamente com o cansaço de falar, de repetir, das demandas de sala de aula, considerando a representação como fonte de estresse.

E. C. intitulou seu desenho como “Dois lados”.

Com a conclusão do seu pensamento, iniciou-se uma entrevista semiestruturada, buscando conhecer em profundidade a história da participante.

Entrevista em profundidade:

Na entrevista em profundidade, analisada por meio de categorias definidas a posteriori, foram observadas as seguintes vivências e percepções:

Vivências parentais

Percebe seus pais como figuras de suporte e afetividade, sendo sempre incentivadores do seu desenvolvimento e sempre tendo provido a ela todas as suas necessidades. O ambiente familiar geral é percebido com afetividade.

Entretanto, vivenciou muitos conflitos com o irmão, que é dependente químico e em função disso gerou muitos problemas familiares desde a adolescência, tornando o ambiente mais conflituoso.

Vivências percebidas nos relacionamentos familiares atuais.

Seus pais tiveram quadros de adoecimento muito impactantes, que culminaram na morte deles. A participante exerceu, por anos, a figura de cuidado dos pais, sobretudo após perderem um dos filhos em um acidente de trânsito.

Em suas experiências familiares, há anos enfrenta sérios problemas com o irmão em relação à dependência química deste. Uma vez que desde que os pais faleceram, ela é quem exerce a função de cuidado do mesmo, que atualmente está encarcerado.

Vivências percebidas no relacionamento no trabalho.

Em seu ambiente de trabalho, lida com excessiva cobrança e excessivas demandas. Até é reconhecida pela chefia, porém o relacionamento com os pares é instável e com frequentes conflitos entre eles, que torna o clima institucional desconfortável e desgastante.

Ainda, percebe que todo seu esforço não é visto e valorizado pelos alunos, que demonstram constante desinteresse pelas aulas que produz.

Quando estava na função de gestão, sentia-se muito mais desgastada em função do volume de problemas de todas as partes da instituição que precisava gerenciar, além de ter uma carga de trabalho muito maior.

Sentimentos percebidos com relação ao trabalho.

Quanto à responsabilidade, demonstra ter um elevado nível de autocobrança em relação às atitudes profissionais e à qualidade do seu trabalho.

Em relação à carga de trabalho, reconhece que a carga de trabalho atual excede sua capacidade de administrá-la em uma rotina de trabalho comum, pois é muito superior à sua capacidade individual e, ainda, sofre interferência dos recursos institucionais limitados para suprir toda a demanda.

O clima constante de supervisão, de cumprimento de metas, de avaliações, mantém um ambiente tenso, onde dificilmente favorece o relaxamento e a sensação de bem-estar.

Percepção sobre reconhecimento do que realiza.

Pelas suas pontuações positivas nas avaliações, sabe que é reconhecida, mas esse reconhecimento é implícito no cotidiano e nunca é verbalizado.

Além disso, a constante cobrança da gestão sobre sua função, faz com que se sinta impotente e pouco importante.

Vivências de situação de violência.

Não relata nenhuma.

Autopercepção.

A participante apresenta uma percepção pessoal cerceada por autocrítica negativa, com um histórico de fragilidades em relação à autoimagem e autoestima.

Na sua função laboral, consegue reconhecer ser esforçada e buscar altos níveis de qualidade, embora o estresse e o desgaste relacional acabem interferindo nesta percepção.

Percepção de suporte emocional.

A participante não se sente respaldada em relação aos problemas institucionais em todos os níveis hierárquicos superiores a ela.

O clima institucional faz com que se instale um ciclo de mal-estar, que atualmente parece estar aumentando.

Percepção de estresse.

Identifica muitos sintomas de esgotamento, de ansiedade, de mal-estar mental e físico, que interferem significativamente nas suas condições de saúde.

Modo de enfrentamento aos eventos estressores (Coping).

Tende a buscar afastar-se do problema, não se envolvendo com ele, por não se ver capaz de resolvê-lo.

Além disso, nos momentos de maior estresse, optou por uma diminuição de carga horária que favorecesse o aumento do seu bem-estar.

Síntese Interpretativa da Entrevista

Por apresentar níveis altos de esgotamento emocional, cansaço físico, elevação da ansiedade, aumento da frustração, percepção de sobrecarga de trabalho e desmotivação, buscou atendimento.

E.C. demonstra uma percepção de pais afetivos que lhe ofereceram suporte e boas condições para o desenvolvimento pessoal: [...] *A minha mãe é sempre foi, muito... é... carinhosa é... sempre! [...] eu não tenho memórias, é lembranças ruins do meu pai na minha infância... Não tenho assim...*

Entretanto, os problemas de saúde mental do irmão são considerados eventos estressores no ambiente familiar desde muito cedo: [...] *Porque ele começou a usar drogas muito cedo, depois ele foi pro crack... Mais assim, 6 internações, psiquiatra, é... evangélicos, umbanda, onde minha mãe pode levar, neurologista, apanhou, o meu pai pôs para fora de casa, acolheu. O que pode ser feito fez, é mas ele não conseguiu sair.*

A participante vivenciou o luto do irmão mais velho e foi responsável pelo cuidado dos pais idosos, com problemas de saúde, até o falecimento dos mesmos.

Após estes eventos, precisou assumir os cuidados do irmão mais novo, com quem já apresenta problemas relacionais desde jovem. Apresenta profunda rigidez em relação aos comportamentos manifestos por ele: [...] *Então assim, eu tenho um problema de relacionamento com ele, porque ele é usuário de droga, senão não teria problema, né? No exato momento ele está preso, então isso para mim é um conflito muito grande, entendeu? É uma coisa que não... não tenho uma aceitação muito bem dele ter ido para isso, dele ter ficado preso.*

No ambiente de trabalho, demonstra compreensão em relação à cobrança e às demandas, porém a falta de suporte da instituição e a falta de recursos, somadas ao volume de novas demandas da gestão atual, têm se refletido em alta fonte estressora: [...] *Eu acho que todo trabalho tem cobrança, isso daí não existe. E falar que nem um trabalho não tem cobrança? Todos têm, mas a as coisas pioraram bastante em relação a isso. Não é a cobrança, mas é de que forma faz. É uma cobrança sem dar esse suporte que a gente precisa.*

Sua autopercepção e autoestima são fragilizadas, e se refletem em uma alta cobrança interna, que recai também no ambiente profissional. Com relação à autopercepção do estresse, identifica sensação de cansaço elevado, apatia, irritabilidade, confusão mental, procrastinação e experienciou picos de ansiedade que levaram a crises de pânico: [...] *E aí, daí eu fiquei no hospital e assim... eu tentando e tentando falar, eu só mexia olho. Só o olho, sabe? Eu pensava assim: meu Deus, tive um AVC! Eu paralisei os 2 lados (do corpo). Aí o médico que me atendeu, ele falou: Não, é uma crise de pânico!*

Suas estratégias de coping geralmente se voltam a buscar o isolamento e outras formas de aliviar a tensão. Mas, nos momentos mais críticos, conseguiu identificar a necessidade de reduzir sua carga de trabalho para diminuição do estresse percebido: [...] *Aí eu falei: Se eu voltar para a sala de aula (e sair da direção), eu vou trabalhar de manhã e só 2 dias à tarde. [...] Eu falei, eu vou ter paz, porque a minha sala de aula eu, eu controlo; eu domino. E aí, se eu continuasse na... na vice direção, eu ia sair da escola 7 horas da noite ia ficar naquela loucura, naquele vucu vucu? Já não quero mais.*

Concluindo, nota-se a partir dos dados obtidos nos relatos da participante na entrevista, que ela apresenta uma dinâmica vivencial de ser uma pessoa resolutiva, mas altamente sobrecarregada, com mais demandas para cumprir, do que é capaz de executar em um cotidiano comum. Suas vivências parentais e profissionais têm sido de grande desgaste afetivo, que culmina em uma baixa percepção de bem-estar, sem a sensação de suporte do ambiente.

Rebiografia Simbólica:

E.C. chegou à consulta com o mesmo comportamento habitual, de entusiasmo e curiosidade para a atividade que seria realizada. É comunicativa, expansiva, divertida e, de modo enfático, apresenta desfechos sobre as situações emocionalmente desgastantes do ambiente de trabalho, que não apresentou melhoras e ainda estava marcado por fragilidades nas equipes.

Porém, relata estar menos envolvida na situação, utilizando de um raciocínio protetor relatado como “Essa situação está no meu ambiente, mas não está em mim”, como uma forma de não se deixar invadir pelos afetos generalizados na instituição e diminuir sua percepção de exaustão.

Após apresentar a proposta da atividade, muitas revistas foram folheadas até que escolhesse as imagens que melhor representavam sua história profissional. Não apresentou dificuldade, mas demonstrou engajamento em realizar a proposta da melhor maneira possível.

Sobre seu passado profissional, seleciona uma imagem sobre a Proclamação da República, em que uma personagem apresenta um quadro de D. Pedro I. Sua narrativa descreve sua profissão de professora de história, que já desempenha há 22 anos. Conta que desde criança desejava ser professora, sendo esta a profissão que queria exercer quando crescesse. Na imagem, a personagem usa uma coroa de folhas de louro, detalhe este que despertou lembranças da infância, sobre considerar a figura de professores como “seres de glória”, em uma função que a visão infantil associava como fácil

e glorificável. Seu semblante mudou enquanto contava sobre suas percepções infantis e o início da sua carreira como professora de história, demonstrando saudosismo e profundo apreço pela sua escolha profissional.

No seu presente, seleciona uma imagem infinita, onde um rosto de uma mulher se multiplica muitas vezes dentro da cabeça desta mesma mulher. Na situação, E. C. demonstra preocupação com sua condição atual, referindo múltiplos pensamentos que nomeia como “muitas vozes dentro da cabeça”, com múltiplos direcionamentos, sem saber qual seguir. Relata estar em um momento de pouca identificação, sentindo-se perdida e desesperançosa, em uma situação que nomeia como “situação de crise de dois lados”, descrevendo implicitamente a ambivalência entre gostar muito de sua atuação e se sentir realizada nela, mas desgastada pelos aspectos negativos, geralmente descritos nas relações interpessoais do ambiente de trabalho, a carga de trabalho excessiva e as múltiplas e permanentes mudanças nos procedimentos do trabalho. Se questiona sobre como dominar seu pensamento e como conduzir seus pensamentos para controlar as ações cotidianas. Desabafa sobre sentir uma loucura na sua cabeça e finaliza: “a injustiça é difícil pra mim”, referindo-se a situações mal interpretadas por colegas de trabalho e pressões do ambiente.

Por fim, sobre seu futuro profissional, seleciona uma imagem de uma terra escura com pequenas ramas plantadas. Explica sua escolha dizendo que ser professor é como um plantio, em que é necessário plantar e esperar o tempo para colher resultados, que ora são bons, ora não são. Conta que espera ver frutos do seu esforço, da sua dedicação e que se sente muito recompensada quando os seus alunos atingem bom desempenho em atividades avaliativas, quando se formam, quando se lembram com entusiasmo das aulas dela, apontando estes como os bons frutos colhidos. De qualquer forma, apresenta a possibilidade do plantio como incerto, inseguro, por nunca saber qual será o resultado daquilo que faz.

Após a realização da atividade, foi proposta uma reflexão sobre o impacto das situações apresentadas, que claramente partiu do humor elevado para a incerteza e desesperança.

O perfil curioso, expansivo e criativo de E. C. serviu de alavanca para a reflexão, apontando que mesmo após décadas de atuação, ela ainda apresenta toda a espontaneidade de uma criança, o brilho nos olhos, o vigor, a curiosidade, a criatividade, o riso fácil e que, talvez, fosse possível se lembrar de quantas boas colheitas foram feitas ao longo de toda sua carreira, após persistentes sementeiras, e se essas lembranças forem retomadas, seria possível contar à criança do passado, que ainda é presente na memória, o quanto aquele é um trabalho glorioso, embora não seja fácil como imaginava.

Ainda, foi proposto o pensamento de que todo plantio e colheita depende de uma terra fértil, onde há a base para que toda semente crie raízes e semeie. Todavia, apresentou-se a ideia de que muitas vezes a fertilidade de um solo necessita de que aquele solo seja observado, examinado, remexido, fertilizado para que, então, se continue o plantio e haja a espera por novas colheitas. Colheitas estas que nunca são garantidas, mas que quando mais saudável é um solo, mais fértil ele é. A ideia central desta reflexão, que foi captada por E. C. é de que está faltando autopercepção, e que priorizar seu bem-estar distanciando-se de demandas externas é uma forma de se manter bem no ambiente de trabalho. E. C. demonstrou engajamento para aumentar suas condições de relaxamento e buscar encontrar formas de mediar as situações profissionais que estão se refletindo em exaustão, associando isso com a nova fertilização.

O atendimento foi encerrado com E. C. reflexiva, porém demonstrando motivação para não somente fazer a manutenção dos seus cuidados, como acolher suas necessidades e aprender impor limites a situações que, até então, pareciam inesgotáveis no ambiente de trabalho. Ainda, descreve-se como animada para futuras colheitas.

Árvore do Resgate:

Para o último encontro do processo, E. C. apresenta-se com o mesmo ânimo habitual, contando estar curiosa sobre a última atividade do processo. Ela conta que a situação instável do ambiente de trabalho não reduziu, mas apresenta a intenção de buscar integrantes da hierarquia escolar superior a ela para conversar sobre a situação, com a finalidade de apresentar formas de manejo para a situação, e que está apenas buscando o melhor momento para fazê-lo, demonstrando formas não habituais de enfrentamento das situações, quando considerado seu padrão anterior de embotamento diante da instabilidade emocional.

Então, foi proposta a atividade da árvore. Em sua representação, nas raízes coloca a sua família, e descreve que esta sempre foi um “solo muito fértil”, fazendo uma associação com o conteúdo abordado na consulta anterior. Descreve que sua família sempre foi muito afetiva, que sempre incentivou seus interesses, sempre foi muito acolhedora, com boas relações e com pessoas muito excêntricas e que desenvolveram um modo próprio de agir. Conta que nunca quis estar distante da

família e que ainda não quer, o que justifica ter se mantido na mesma cidade ao longo da vida, com uma história linear de desenvolvimento.

No tronco, colocou a construção dos seus valores morais e éticos, como justiça, honestidade e lealdade. Justifica dizendo que sua família construiu os seus valores, exemplifica com situações da vida em que esses valores foram majoritários e norteadores. Sobre a lealdade, relata situações que incluem as relações criadas além da família, também no seu trabalho, a papéis que ocupou ao longo da vida, quando vivenciou o luto de familiares e também na profissão, quando se tornou a base de cuidados das pessoas e também quando assumiu a posição de coordenadora escolar.

Os galhos e a copa, juntos, representam suas conquistas como mulher adulta, as conquistas materiais, sua evolução espiritual, mas também as cobranças e julgamentos que enfrenta. Sobre essas representações, fala do papel que ocupa como mulher na sociedade, orgulhando-se de ocupar posições que sua mãe e sua avó não tiveram oportunidade em gerações anteriores. Também, fala sobre a liberdade de expressão e defende sua personalidade, seus interesses pessoais e suas características físicas como uma forma de expressão. Ainda, acrescenta que suas conquistas materiais foram resultado de muito trabalho e persistência dela e do marido, que sempre se dedicaram em conjunto para conquistar o que têm. E. C. também conta que segue a doutrina do Espiritismo e, dentro de suas crenças, percebe a espiritualidade e a prática da positividade, dos bons pensamentos, da bondade, do cultivo da felicidade, entre outras ações, como promotora de mudanças. Por fim, acrescenta que nem tudo é positivo, pois sua autocobrança e julgamentos externos são como pragas, que interferem na evolução.

O fechamento da consulta se dá na perspectiva de que toda árvore conta uma história e que, uma grande árvore geralmente tem grandes raízes. Porém, toda árvore que cresce apresenta ranhuras em sua estrutura, que geralmente são aparentes em suas cascas. Ainda se abordou o pensamento simbólico de que uma grande árvore já passou por lindas primaveras, verões calorosos, outonos de mudanças, quando as folhas caem e a coloração muda, preparando a árvore para o enfrentamento de invernos rigorosos, mas que depois o ciclo recomeça e as árvores novamente brotam, se enchem de folhas, florescem e se renovam, sendo este o grande movimento da vida pautada em ciclos.

Síntese Interpretativa do Momento 2

Todas as etapas do segundo momento partiram de um acolhimento inicial, com foco no fortalecimento emocional de E.C. diante da demanda afetiva apresentada, o que possibilitou acesso a conteúdos significativos de sua história pessoal e profissional. A participante demonstrou expansividade e curiosidade para as atividades propostas, revelando, entretanto, sinais de ansiedade e um aumento progressivo da reflexão ao longo do processo.

A integração das técnicas evidenciou mecanismos de enfrentamento defensivos, evidenciado pela supressão de emoções e pela dificuldade de manejo emocional em sua forma de lidar com situações de sobrecarga de estresse. Embora tenha apresentado elevado esgotamento emocional, frustração e sinais compatíveis com risco para burnout, E.C. demonstrou também resiliência e motivação para manejar suas experiências de trabalho, que podem ser pensadas como um bom indicativo para obtenção de estratégias mais adequadas de enfrentamento, ao longo do processo.

A entrevista aprofundou aspectos de sua história de vida, trazendo à tona memórias de situações de estresse familiar e profissional, associadas à sensação de acúmulo de responsabilidades e à percepção de falta de suporte nos contextos em que esteve inserida. Esse padrão se refletiu em uma experiência profissional marcada por excessiva dedicação e autocobrança, que são acompanhadas de sobrecarga, cansaço e baixa autopercepção de seus próprios limites. Seus relatos indicam um modelo de enfrentamento pautado na esquiva de conflitos diretos e na tendência a se sobrecarregar para preservar vínculos, mesmo que em prejuízo de seu bem-estar.

A reorganização simbólica de sua narrativa profissional, favorecida pelas técnicas utilizadas, pode ter possibilitado que E.C. acessasse suas memórias de apreço e a afeição pelo seu trabalho atual e ao longo da carreira, que foram percebidas como sobrepostas aos problemas institucionais.

As perturbações provocadas promoveram reflexões sobre a necessidade de estabelecer limites, de acolher suas fragilidades emocionais e de buscar estratégias mais adaptativas de enfrentamento. A reflexão simbólica sobre sua trajetória favoreceu o reconhecimento de conquistas, de sua força pessoal e do valor de sua história de vida, aspectos que funcionam como recursos fortalecedores para novas reorganizações.

O processo se encerrou com uma narrativa de maior motivação, percepção ampliada de bem-estar e maior clareza sobre a importância da autopercepção e do autocuidado, sobretudo em relação ao ambiente de trabalho.

Assim, o Momento 2 do psicodiagnóstico interventivo mostrou-se conveniente ao promover perturbações orientadas, uma vez que auxiliou no desenvolvimento de uma reorganização simbólica e autopoietica, em continuidade dinâmica com o Momento 1.

Síntese Interpretativa Final do Caso

No início do processo, E.C. apresentou-se motivada para participar do psicodiagnóstico interventivo, embora demonstrasse sinais evidentes de esgotamento físico e emocional, associados principalmente ao ambiente de trabalho. Sua postura inicial evidenciava elevada dedicação às suas funções profissionais, mas também desânimo, frustração e sensação de sobrecarga, fatores que vinham comprometendo seu bem-estar. Apesar dessas dificuldades, mostrou curiosidade e abertura ao processo, o que favoreceu o estabelecimento do vínculo e o engajamento na avaliação.

A etapa de levantamento inicial indicou capacidade adequada de resolução de problemas, mas algumas dificuldades importantes na organização de tarefas, regulação emocional e gerenciamento do tempo. Esses achados vão ao encontro do relato inicial, motivador pela busca de auxílio, de estresse acentuado no ambiente de trabalho, marcado por exaustão, sentimentos de desmotivação e frustração. Entretanto, foi possível perceber que E.C. tem um perfil colaborativo e sociável, com adequados vínculos interpessoais, que podem ser percebidos como fatores de proteção em meio às adversidades.

As técnicas utilizadas auxiliaram na ampliação da compreensão de sua organização afetiva, revelando fragilidades crônicas nas estratégias de enfrentamento, com tendência à supressão de emoções, rigidez defensiva e elevação de ansiedade. A participante demonstrou surpresa com a intensidade de seus sintomas psicológicos, mas reconheceu seus padrões de silenciamento e esquiva de conflitos que contribuíam para a intensificação do sofrimento, que levam à reflexão da importância do autoconhecimento emocional. Esse reconhecimento de características do seu funcionamento trouxe o favorecimento de uma mobilização afetiva e maior motivação para refletir sobre possíveis e necessárias mudanças.

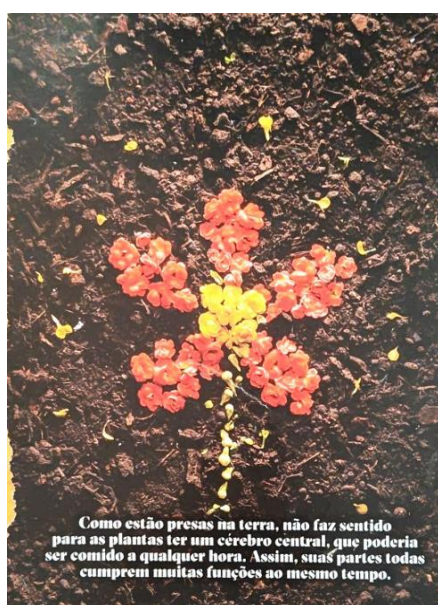
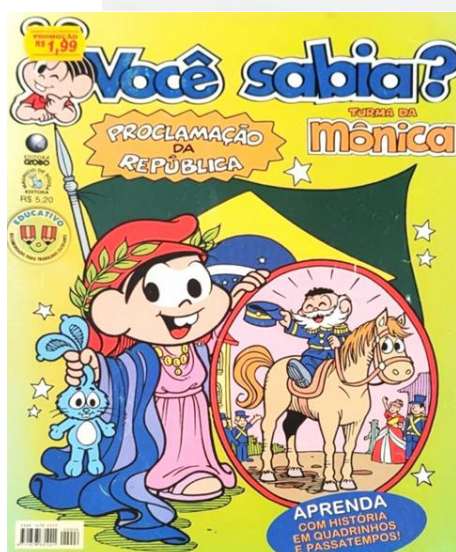
No segundo momento, a retomada das reflexões e o aprofundamento por meio das intervenções propostas, possibilitaram contato com memórias pessoais e profissionais, revelando um funcionamento marcado pela autocobrança, pelo excesso de responsabilidades e pela dificuldade em reconhecer seus limites. Ao mesmo tempo, o processo resgatou aspectos positivos de sua história, como o afeto pelo trabalho, seu habitual entusiasmo e a dedicação em toda sua trajetória profissional, que coexistem com sentimentos de cansaço e frustração, mas não se sobrepõem a eles. A reorganização simbólica deu margem para que E.C. reconhecesse o valor de sua trajetória, além de reconhecer a necessidade de estabelecer limites e adotar estratégias mais adaptativas de enfrentamento.

As perturbações geradas ao longo do processo tiveram impacto significativo, promovendo abertura para uma reorganização interna que desse maior clareza sobre sua condição atual, reconhecimento de fragilidades emocionais e fortalecimento de recursos internos.

Por fim, foi possível observar uma mudança na narrativa sobre suas experiências profissionais atuais, e também uma mudança na postura diante das dificuldades, com maior valorização do autocuidado e maior disposição em buscar alternativas para preservar sua saúde mental.

A relação entre os dois momentos se mostra por um movimento contínuo de transformação. O que inicialmente se expressava como sobrecarga e esgotamento, reorganizou-se em direção ao reconhecimento de limites pessoais, ao acolhimento de fragilidades e à reflexão sobre novos modos de enfrentamento. Esse percurso contribuiu para ampliar a autopercepção de E.C., permitindo que ela refletisse sobre suas experiências e buscasse maior equilíbrio entre suas necessidades individuais e as demandas externas.

O psicodiagnóstico interventivo, portanto, parece ter favorecido uma reorganização simbólica e autopoietica, uma vez que se inclinou para a continuidade do autocuidado emocional.



RELATÓRIO COMPLETO CASO 3

Participante: 3 – D. F.

Sexo: Feminino

Idade: 37a

Estado civil: Divorciada

Situação familiar: Divorciada, com dois filhos, sendo um com quadro clínico de neurodivergência. Vive com a mãe e os dois filhos e atualmente está em um relacionamento de orientação homoafetiva.

Profissão: Professora de matemática no Ensino Fundamental. Também, tem uma doceria informal, exercendo função de produção e vendas de doces.

Atuação profissional: há 6 anos (formal)

Carga horária de trabalho: 44 horas semanais

Formação: Superior Completo

Situação atual:

Apresenta nível extremo de exaustão emocional, sofrimento psicológico, diminuição da autoestima, elevação da tristeza, temor, sensação de desamparo, desmotivação e falta de perspectiva futura. Apresenta diagnóstico prévio, com tratamento realizado e remissão de sintomas, de Depressão.

Dinâmica Neuropsicológica:

Resultados da avaliação inicial:

Inteligência:

Apresentou um desempenho considerado como dentro da média na capacidade intelectual geral não verbal, que se refere à inteligência livre de influências culturais, indicando ter, em seu funcionamento geral, capacidade para a resolução de problemas abstratos.

Resultado do teste WMT-2 (Teste de Matrizes de Viena-2)

Pontos	Percentil	QI	Interpretação
9	50	98	Média

Funcionamento executivo:

Apresentou bom desempenho no gerenciamento do tempo, na resolução de problemas, no autocontrole e na motivação, mas apresentou déficit considerado leve na regulação emocional.

Analisando especificamente aspectos relacionados à regulação emocional, apresenta capacidade abaixo do esperado de controle da impulsividade e irritabilidade, indicando dificuldade de manejo da raiva, da irritação e para controlar os impulsos.

Ainda, apresenta baixa capacidade para controle da sobrecarga emocional, indicando dificuldade no manejo de emoções negativas e sobrecarga do estresse. Por fim, apresenta baixa resiliência, indicando dificuldade para tolerar situações de estresse.

Resultado do teste BDEFS (Escala de Avaliação de Disfunções Executivas de Barkley)

	Pontos	Percentil	Interpretação
Gerenciamento do tempo	6	75	Sem significância clínica
Organização/resolução de problemas	6	75	Sem significância clínica
Autocontrole	6	75	Sem significância clínica
Motivação	5	70	Sem significância clínica
Regulação emocional	11	95	Déficit leve

Resultado do teste BOLIE (Bateria Online de Inteligência Emocional – Escala de Regulação Emocional)

Item	Ponto Bruto	QIE	Percentil	Interpretação
Controle da impulsividade e irritabilidade	12	86	18	Média Baixa
Controle da sobrecarga emocional	10	88	21	Média Baixa
Resiliência	15	95	37	Média Baixa

Estresse e estressores:

Não apresenta indicativos de vivência de estressores em sua vida financeira, na carga de trabalho e na vida familiar. Porém, apresentou elevação da percepção de estresse relacionado ao ambiente de trabalho, às cognições e comportamentos, às condições de saúde, às condições de relaxamento e elevação muito significativa da percepção de estressores relacionada aos relacionamentos interpessoais (alteração de dois desvios padrões). Além disso, apresenta nível alto de exaustão e frustração profissional, não se percebendo com condições de enfrentar as situações consideradas estressantes em seu contexto laboral, mas não apresenta índices de despersonalização e distanciamento. Seu desempenho apresenta de risco para burnout.

Resultado do Inventário de Percepção de Estresse e Estressores de Benzoni – IPEEB

Item	Pontos	Interpretação*
Estressores na vida financeira	1,14	Percepção dentro da média
Estressores no ambiente de trabalho	2,25	Percepção acima da média
Estressores relacionados à carga de trabalho	1,00	Percepção dentro da média
Estressores relacionados a cognições e comportamentos	3,14	Percepção acima da média
Estressores na vida familiar	1,20	Percepção dentro da média
Estressores relacionados às condições de saúde	2,25	Percepção acima da média
Estresse relacionado às condições de relaxamento	3,00	Percepção acima da média
Estressores relacionados aos relacionamentos sociais	3,33	Percepção muito acima da média
Percepção geral de estresse	2,12	Percepção acima da média

* Referente à média populacional (Benzoni, 2023)

Resultado do teste EBBURN (Escala Brasileira de Burnout)

Fatores	Pontuação	Classificação
Exaustão/Frustração Profissional	39	Alta
Despersonalização	0	Baixa

Sociabilidade:

Não apresenta características de comportamentos sociais patológicos.

Resultado do teste SRS-2 (Escala de Responsividade Social)

	Valor da Norma	Interpretação
Percepção Social	39	Dentro da normalidade
Cognição Social	59	Dentro da normalidade
Comunicação Social	58	Dentro da normalidade
Motivação Social	56	Dentro da normalidade
Padrões Restritos e Repetitivos de Comp.	52	Dentro da normalidade
Comunicação e Interação Social	56	Dentro da normalidade
Indicativos Gerais	56	Dentro da normalidade

Avaliação psicológica - teste R-PAS (Sistema de Avaliação por Performance no Roschach):

D. F. apresentou um déficit significativo na capacidade de enfrentamento, relacionado a sintomas psicopatológicos e vivências traumáticas. Seu estilo de processamento de informações é simplista e limitado para se engajar com o mundo e, por consequência, indica problemas em descrever sentimentos, pensamentos e reações.

Suas vivências levam-na sentir-se sobrecarregada e apresentar comportamento evitativo e construtivo. Entretanto, tem uma tendência em reagir espontaneamente às emoções e impulsos, com baixa racionalização.

Ainda, demonstrou capacidade limitada de ver as coisas de múltiplas perspectivas, que pode ocorrer por rigidez do pensamento e limitações neuropsicológicas.

Seu grau psicopatológico é considerado muito alto, que interferem na qualidade do seu pensamento, na compreensão sobre experiências internas e problemas em compreender trocas interpessoais que comprometem o funcionamento efetivo do dia a dia. D. F. sustenta uma compreensão problemática e menos adaptável de si e dos outros, com um estilo de interação considerada difícil ou ineficaz. Também, considera as relações interpessoais como pouco solidárias e cooperativas.

Em sua organização psicológica, de modo geral, é observada elevação da ansiedade, dos traços depressivos, temor inibitório, desmotivação, dificuldade no manejo emocional, pensamento desorganizado e elevação de estresse e exposição a estressores. Demonstra perceber o mundo de modo não convencional e individualista.

Devolutiva orientada estrategicamente

D. F. apresentou-se demonstrando fragilidade e incerteza, que precisou de acolhimento para fortalecimento psicológico. Sua situação atual no trabalho é permeada de incertezas, que se refletem em uma grande instabilidade, inclusive, financeira, que geram grande preocupação na participante. Após o acolhimento, foi retomado o processo da pesquisa realizada, como forma de restabelecer um rapport para a consulta de devolutiva.

Os resultados de todos os seus testes foram apresentados, associando com conteúdos do seu cotidiano que foram sendo relatados ao longo das consultas de avaliação e no acolhimento inicial. D. F. demonstra ter sido impactada emocionalmente pelo seu desempenho, na medida em que eles tornaram claros os níveis de exaustão, desgaste e da vivência de estressores, os quais tem tido dificuldade para o enfrentamento adequado, levando a sucumbir sua condição psicológica atual.

D. F. acrescenta diversos relatos sobre seu histórico de vida, indicando que as dificuldades de manejo em situações percebidas como estressoras é uma característica persistente em seu funcionamento. Porém, os relatos apresentam que, em estágios anteriores, apresentava maior nível de resiliência, habilidade esta que considera ter sido negativamente impactada pelas vivências profissionais problemáticas.

Ao final do atendimento de devolutiva, novamente foi realizada uma intervenção para acolhimento e reestruturação de uma organização psicológica mais fortalecida, promovendo um enfrentamento equilibrado da situação de adoecimento psicológico que demonstrou enfrentar.

Síntese Interpretativa do Momento 1

Ao receber a participante para o processo, foi realizado um acolhimento voltado ao estabelecimento de *rapport*, visando compreender sua demanda e favorecer o vínculo necessário ao percurso avaliativo e interventivo.

D.F. apresentou-se fragilizada, demonstrando cansaço, desânimo e incertezas quanto à própria capacidade de enfrentamento diante das situações cotidianas. Sua disposição para o processo foi notável, com indicativos de esperança diante da possibilidade de cuidado da sua demanda pessoal. A participante se mostrou colaborativa e interessada em todas as etapas do processo.

Durante a investigação do seu funcionamento neuropsicológico, seu desempenho indicou adequada capacidade para resolução de problemas abstratos, não relacionados a experiências concretas. Porém, observou-se dificuldade significativa na regulação emocional, baixa tolerância à frustração e à sobrecarga emocional, além de dificuldades no manejo da impulsividade, irritabilidade e estresse. Sua resiliência mostrou-se reduzida, sugerindo vulnerabilidade para lidar com situações adversas.

Os resultados referentes à percepção de estresse indicaram níveis muito elevados de exaustão e frustração profissional, especialmente relacionados a fatores interpessoais no ambiente profissional, que vai ao encontro com suas queixas iniciais e reforça um risco importante para desenvolvimento de burnout. A participante demonstrou percepção negativa de sua capacidade para enfrentar as demandas atuais, além de sentimentos de desamparo e desmotivação.

A técnica projetiva utilizada complementou a compreensão de sua organização psicológica, evidenciando prejuízos na capacidade de enfrentamento ao estresse, presença de traços depressivos e de ansiedade elevados, pensamento desorganizado, além de percepção limitada de si e dos outros.

Os resultados indicaram funcionamento defensivo, rigidez cognitiva e estilo interpessoal marcado por retraimento e evitação, que refletem a dificuldade de lidar com situações de sobrecarga emocional.

Na sequência, a discussão dos resultados foi conduzida com acolhimento e suporte, permitindo o fortalecimento do vínculo estabelecido e o favorecimento da expressão emocional da participante. Ao tomar contato com os resultados, D.F. demonstrou impacto e mobilização afetiva, reconhecendo a intensidade de seu sofrimento e relacionando-o, deliberadamente, às dificuldades vivenciadas no contexto profissional e pessoal. Esse contato demonstra ter dado abertura para o início de um processo de reflexão sobre sua condição atual, seus limites e a necessidade de fortalecimento psicológico.

Dessa forma, o Momento 1, do psicodiagnóstico interventivo foi essencial para o acesso aos sintomas de forma orientada, ampliando a percepção sobre os próprios padrões de funcionamento e evidenciando a necessidade de reorganização emocional e afetiva.

MOMENTO 2 – Perturbações

Desenho-Estória-Tema:

Para este encontro, D. F. apresenta-se com um perfil de desânimo e demonstra pessimismo persistente diante de vivências profissionais instáveis e incertas. A participante demonstra compreender sua condição clínica atual e ter desejo de mudança frente à situação profissional que enfrenta, sobretudo após a devolutiva realizada, mas se sente com poucos recursos pessoais para redirecionamento de vida e adesão a estratégias de enfrentamento favoráveis à diminuição do seu mal-estar.

Novamente, antes de iniciar a proposta do processo interventivo, a participante recebeu um acolhimento de manejo psicológico com o objetivo de demonstrar compreensão da situação dela, estabelecer uma relação de confiança e oferecer suporte no processo de reorganização dos problemas apresentados.

Após este primeiro momento, foi proposta a técnica do desenho-estória-tema.

D. F. representa uma escola, uma sala de aula, muitos papéis que representam a cobrança administrativa e institucional, e um rosto com feição de preocupação e muitos pensamentos, que representam a sensação de pressão permanente. O título atribuído ao desenho é “Apesar de ser difícil, eu gosto muito de dar aula”.

A escola é representada, com uma sala de aula com alunos participativos, com o comentário de que as aulas estão melhores desde que os alunos foram proibidos de usar o celular em sala, demonstrando algum entusiasmo sobre o cenário atual das aulas, e representa uma percepção sobre os alunos gostarem da sua aula.

Os planos de aula, documentos sobre alunos, planilhas a serem preenchidos, como são constantes, são uma pressão sobre ela. Sua história é simplória, curta e bastante concreta e apegada à vivência atual.

Recentemente, passou a lecionar em uma nova instituição escolar e está muito mais satisfeita com o tratamento recebido nessa escola, com a oportunidade de aulas e com o perfil dos alunos. Considera que o ambiente, como um todo, é muito melhor e está mais feliz no cenário atual. A sobrecarga administrativa das aulas permanece a mesma, mas os pontos favoráveis da instituição ressoam como alívio do mal-estar inicial.

Entrevista em profundidade:

Na entrevista em profundidade, analisada por meio de categorias definidas a posteriori, foram observadas as seguintes vivências e percepções:

Vivências parentais VP

Percebe a mãe como uma figura de suporte e sustentação de vida, embora pouco participativa e pouco afetiva. Seu pai era uma figura próxima e com uma maior referência de carinho.

Entretanto, sua tia era vista como parceira, exercendo uma figura de mãe em relação ao cuidado e proteção.

De modo geral, compreende a importância dos seus familiares no suporte em sua vida, embora não se sinta emocionalmente fortalecida por eles.

Vivências percebidas nos relacionamentos familiares atuais.

Quanto aos relacionamentos passados, relata uma situação conjugal problemática, com vivência de desamparo, negligência, traição e brigas, que são relacionadas ao período do início dos seus sintomas psicológicos mais intensos.

Vivências percebidas no relacionamento no trabalho.

No trabalho, refere muitos problemas no relacionamento com seu superior. Sua narrativa envolve situações que trouxeram percepções de intimidação e constrangimento.

Sentir-se vigiada, constantemente supervisionada, trouxe uma excessiva autocobrança e o medo de falhar.

Sentimentos percebidos com relação ao trabalho.

Em uma situação nova, em contexto de pandemia, se viu tendo que se desdobrar e criar estratégias para produzir aulas eficientes, sem nenhum suporte pra isso.

Esta situação aumentou sua autocobrança de ser produtiva para suprir o lapso causado neste período em relação ao ensino, porém o desgaste emocional e o estresse aumentaram significativamente ao se perceber sem conseguir lidar com todo o dinamismo do trabalho requerido naquela fase da educação.

Os mesmos sentimentos de alta cobrança, alta demanda e autocobrança são percebidos até o momento presente.

Percepção sobre reconhecimento do que realiza.

Não apresenta nada em seus relatos.

Vivências de situação de violência.

Relata a experiência de violência física sofrida em seu relacionamento anterior, em frente à filha, após sucessivas agressões verbais.

Autopercepção.

Apresenta problemas em relação à autopercepção externa ao trabalho, identificando-se como uma pessoa com problemas psicológicos e de difícil tratativa, com grande dificuldade no estabelecimento de vínculos e nos relacionamentos interpessoais.

Percepção de suporte emocional.

Percebe-se como tendo apoio da sua mãe e avó, que dão suporte em relação aos problemas financeiros e cuidados com os filhos, apesar de considerar a mãe como distante emocionalmente.

Todavia, não percebe suporte emocional advindo das relações com os colegas de trabalho, que vivenciam a mesma situação na instituição profissional.

Entretanto, apesar de considerar seu superior como intimidador, também reconhece ter recebido apoio dele em relação aos seus problemas psicológicos, afastamentos e também do seu filho, que é diagnosticado com TEA.

Percepção de estresse.

Identifica sintomas físicos, emocionais e comportamentais de estresse como dificuldade para respirar, sensação de desespero e impotência, confusão mental e fadiga.

Modo de enfrentamento aos eventos estressores (Coping).

Para enfrentar o estresse, demonstra poucos recursos internos e tende a buscar auxílio médico e medicamentoso. Chegou a ser afastada do trabalho duas vezes para conseguir controlar os sintomas manifestos.

Síntese Interpretativa da Entrevista

A participante buscou atendimento por apresentar nível extremo de exaustão emocional, sofrimento psicológico, diminuição da autoestima, elevação da tristeza, temor, sensação de desamparo, desmotivação e falta de perspectiva futura. Apresenta diagnóstico prévio, com tratamento realizado e remissão de sintomas, de depressão.

D.F. demonstra uma percepção de uma mãe que lhe oferta muito suporte em toda a história de vida, porém com práticas de direcionamento que nem sempre estiveram compatíveis com seus interesses pessoais, cujas consequências lida até o momento atual: [...] *Aí foi onde minha mãe, falou: 'Você precisa fazer uma faculdade, né? Faz uma faculdade que eu pago, né?' Eu indicaria para você*

matemática, porque não tem professor de matemática. E eu não gostava de matemática. Tá bom, vou fazer. E aí eu fiz 4 anos, primeira licenciatura e 4 anos em matemática. Vivenciou problemas conjugais dos pais, mas sua relação com a figura paterna é positiva e com lembranças de afeto advindas do mesmo. Também, a participante relata bom vínculo com sua tia, que exerceu uma figura maternal e afetiva para ela, enquanto sua mãe dedicava-se ao trabalho: [...] *Mas então, é por isso que eu falo da minha tia. (Ela) me criou porque eu vivia mais com a minha tia com minha mãe. [...] Ai minha tia, sempre foi, nossa, fazia tudo, de tudo para mim, a minha companheira.*

Em suas vivências mais recentes, no casamento anterior, experimentou um relacionamento abusivo, marcado por agressões verbais, que culminou em violência física. Também, recebeu por suporte do marido com os seus dois filhos pequenos, sendo um deles com diagnóstico de TEA: [...] *Ele sempre priorizou o trabalho e nunca a família. [...] Era só eu, minha tia e minha mãe. Com ele, não podia contar pra nada. Numa consulta da menina, era sempre só nós. A coisa foi desgastando, foi desgastando [...] Tinha boatos na época que ele tinha saído com uma moça do outro serviço [...] Aí ele confessou pra mim, depois num dia que a gente estava brigando, ele confessou! [...] Ele me deu um chute no peito, no que ele meu deu um chute no peito! A minha filha*, viu.*

Com relação ao seu trabalho atual, conta a condição de ser nova na instituição, e sente-se constantemente supervisionada, vigiada, com percepções de constrangimento e intimidação, que desencadeiam no aumento da sua autocobrança, com medo de falhar: [...] *Para mim eu sentia algo muito pesado desde a primeira vez que o diretor me viu, eu já percebi que ele não tinha gostado de mim né. [...] E aí ela só chega e entra na sua aula ninguém te avisa e começa a assistir sua aula. [...] Ele é bem fechado né, com cara de bravo. Eu sei que ele está ali para me ajudar né! Mas é intimidador...chega a ser intimidante às vezes, né? Você tá ali, alguém está te olhando, te avaliando, né! Será que estou fazendo direito? Ou o que que eu estou fazendo errado? Ou estou fazendo tudo errado e nada direito? Ademais, não se sente reconhecida profissionalmente e vê seus esforços não sendo valorizados nem pela atual instituição, nem pelo modelo de ensino proposto pelo governo, que se reflete em alta sobrecarga e pressão sobre os professores. Também, não sente respaldo e apoio emocional vindo dos seus pares na instituição.*

A participante apresenta uma autopercepção marcada por fragilidades em relação à autoimagem e ao autoconceito social: [...] *Nunca fui de ter amigos, porque eu me classifico como uma pessoa chata. Porque o que eu tenho pra falar, eu vou falar na tua cara não vou falar por trás. Sabe, e se eu precisar apontar o dedo, eu vou apontar, então a maioria das pessoas não gostam, né?*

Em relação a autopercepção de estresse, refere crises de ansiedade, sensação de desespero, embotamento, confusão mental e sensação de desgaste físico e mental: [...] *Uma crise de ansiedade muito forte que eu não conseguia respirar. [...] Psicologicamente eu não sei como que eu aguentei, de verdade eu não sei, fiquei muito ruim, teve dia que eu fiquei muito mal no cérebro.* Além disso, demonstra escassos recursos internos para lidar com situações estressoras, demandando necessidade de suporte familiar e médico para o enfrentamento.

Por fim, é possível observar através dos dados coletados da participante na entrevista, que ela apresenta uma dinâmica vivencial de passividade em suas relações, sobretudo diante das figuras hierárquicas, além de demonstrar dificuldade para lidar emocionalmente com mudanças, que em sua vida são frequentes. Atualmente, o cansaço decorrente da instabilidade profissional e da alta demanda de trabalho é narrada como equivalente à sobrecarga na criação dos filhos, sobretudo do filho mais novo, com um quadro clínico neurodivergente, com pouco suporte por parte do genitor, lidando com quase toda a responsabilidade da criação dos mesmos sozinha, apenas com o auxílio da sua mãe, que já é idosa e está fisicamente doente. Esta situação, impõe a necessidade de manter, paralelamente, um outro trabalho informal que, apesar de gostar da função, sente-se completamente esgotada para exercê-la. O acúmulo de demandas se reflete no adoecimento mental e físico da participante.

Rebiografia Simbólica:

A consulta para rebiografia simbólica demorou para ser realizada, pois paralelamente ao processo de pesquisa, o filho e a mãe da examinanda estavam enfrentando sérias complicações nas condições de saúde mental e saúde física, respectivamente, com aumento da demanda de cuidados e necessidade de suporte por parte dela. Novamente, precisou de acolhimento, com escuta qualificada e de fortalecimento emocional. A intervenção realizada inicialmente foi de favorecimento da autopercepção, voltando o olhar de D. F. a si mesma, auxiliando no reconhecimento dos seus estados emocionais, com a finalidade de promover a autorregulação e regulação emocional, como forma de manutenção do seu equilíbrio interno.

Após uma diminuição do mal-estar inicial apresentado, foi proposta a atividade de rebiografia simbólica, que foi desempenhada com engajamento e motivação adequada, sem manifestação de hesitação.

Sobre seu passado profissional, seleciona uma imagem de uma mulher caindo em um cenário abstrato, sem algo que lhe possa dar suporte. Sua narrativa envolve a lembrança das suas vivências no seu local de trabalho anterior, onde havia trabalhado até três meses antes deste atendimento. Descreve que se sentia perdida na bagunça daquela instituição, que todo o sistema de trabalho e relações profissionais eram disfuncionais, desestruturadas, sem sistematização e, ainda, havia cunho coercitivo. Tais características se refletiam em perda de vontade e prazer pelo trabalho, que se tornou uma desmotivação permanente, que começou a se manifestar em tristeza, e considera que esta sequência foi uma “queda livre” (SIC) em sua história profissional, sendo a falta de suporte o maior agravante percebido.

No seu presente profissional, selecionou a imagem de uma cápsula, preenchida com diversos micro-crânios, com uma sinalização escrita “tarja preta”. A escolha por esta imagem foi muito espontânea, rápida, com a indicação de identificação imediata com a imagem. D. F. descreve que, atualmente, em uma nova instituição, ainda lida com as consequências do sofrimento vivenciado na instituição anterior e que tem feito uso contínuo de medicamentos controlados, mediante acompanhamento médico psiquiátrico. Relata que os remédios a ajudam a se recuperar das vivências anteriores e suportar as demandas atuais da sua vida. Em um tom de voz reticente, reflete: vivo à base de remédio”.

Em seu futuro profissional, seleciona a imagem de um chefe de cozinha, vestido apropriadamente para a função. D. F. exerce, como labor principal, a função de professora, mas paralelamente produz doces para vender e obter uma renda extra, para complementar seu orçamento. Demonstra ter grande paixão pela produção de bolos e cookies, mudando sua fisionomia e postura ao falar de suas produções. Quando apresenta suas motivações para a escolha da imagem, conta que gostaria muito de, um dia, viver daquilo que realmente gosta. A participante ainda resgata lembranças do seu passado profissional, em sua primeira atividade, que foi nos serviços gerais de uma instituição escolar, em uma vaga promovida pela sua mãe. Depois, cursou matemática na graduação, também como solicitação de sua mãe, que tentava direcioná-la para uma profissão que considerava ser mais garantida. Porém, D. F. conta que nunca se interessou pela matemática e nunca sonhou em ser professora. Ao longo de sua formação e exercício, aprendeu a gostar e diz ter breves momentos de satisfação profissional, mas que se sente muito mais realizada exercendo a atividade que passou a exercer paralelamente nos últimos anos, com a confecção de doces. Nessa atividade, refere sentir prazer e sentir-se muito mais facilmente recompensada, pois a satisfação dos seus clientes é nítida de modo imediato, e a valorização que recebe por parte dos clientes a deixa muito feliz. Também, descreve como vantagem o fato da sua cozinha ser organizada, sem ruídos estressores, sem demandas excessivas, ter flexibilidade de horários para suas produções, além de não ser um trabalho repetitivo, aspectos estes que são considerados de maior motivação.

Com a finalização da atividade, foi proposta uma reflexão sobre as vivências relatadas, fazendo uma associação destas com o relato de D. F. sobre não ter feito escolhas deliberadas sobre sua atividade profissional e o impacto disso na sua motivação, sobretudo nas situações difíceis do ambiente de trabalho, que requerem alto nível de resiliência.

Somado a isso, abordou-se o fato de que a avaliada já exerce paralelamente uma atividade que lhe dá retorno financeiro e que se manifesta por meio do aumento do ânimo, da esperança e da satisfação profissional, refletindo sobre obstáculos percebidos e possíveis redirecionamentos de carreira, com o objetivo de fortalecer D. F. emocionalmente, propondo a perspectiva de que os seus sonhos profissionais, ainda que desafiadores, já estão em execução e podem lhe gerar um impacto afetivo negativo menor, uma vez que o senso de realização favorece recursos de envolvimento, engajamento, aproximação e não estão diretamente relacionados a frustrações e percepção de impotência passadas.

O atendimento se encerra com D. F. pensando em estratégias para expandir sua confeitaria caseira paralelamente ao trabalho que já exerce a atividade, iniciando pelos estudos sobre administração e gerenciamento de negócios para empreendedores, para conseguir dimensionar os caminhos que precisaria percorrer para uma futura transformação de carreira. Algumas vezes repete: “seria um sonho”. Sua fala reflete os efeitos positivos das perspectivas refletidas e um ímpeto de bem-estar decorrente da reflexão proposta.

Árvore do Resgate:

Para o último encontro do processo, D. F. apresenta-se bastante deprimida, com alto nível de temor e elevação da ansiedade. Desabafa sobre o diagnóstico de uma doença de nível grave, com prognóstico pouco favorável, que sua mãe recebeu naquela semana. Sua mãe é a figura de maior suporte e assistência diante de todas as dificuldades que vem enfrentando ao longo de toda a sua vida. O adoecimento desta aumenta o nível de desesperança e se sobrepõe a qualquer outro problema anteriormente relatado pela participante.

Em função da situação apresentada, foi feito um acolhimento amplo, com escuta qualificada, com oferta do apoio psicológico que o momento requer. Este atendimento foi longo e teve o objetivo de amparar D. F., organizando conjuntamente suas demandas psicológicas para estruturação de estratégias eficientes de enfrentamento.

Em um segundo momento, já com uma integração psicológica mais fortalecida, foi então aplicada a atividade de desfecho do processo de neuropsicodiagnóstico interventivo.

Ao fazer a representação da árvore, nas raízes, coloca sua família, especificando mãe, pai, tia e avó, que são as pessoas que a criaram e desenvolveram, representando o suporte da sua vida.

No tronco, colocou seus filhos e sua namorada. Conta que só tem suportado toda a dificuldade que vem enfrentando e encontrando forças para continuar em função dos seus filhos, pois a relação é carregada de envolvimento, dedicação, afetividade e, sobretudo, perspectivas futuras esperançosas. Ainda, destaca que seu filho tem uma condição neuroatípica, sendo uma criança “com muita força interna e resiliência” (SIC), e que se espelha na força dele para aprender a lidar com todas as adversidades da sua vida, considerando a maternidade como um pilar de crescimento pessoal e persistência. Sobre sua namorada, destaca que a relação amorosa é altamente qualificada, sendo uma relação de muita validação e partilha, onde se sente emocionalmente amparada e assistida, que se reflete no maior bem-estar, descanso e lazer percebido em sua vida, onde se aliviam as tensões do cotidiano. Acrescenta, em tom de lamentação, o fato de que seu casamento anterior foi uma relação considerada abusiva e desigual, com pouco suporte e elevado nível de sofrimento. Por fim, reflete: “um tronco forte, mas cheio de ranhuras”, que denotam as vivências estressoras e traumáticas em sua vida.

Os galhos representam as conquistas que teve, como fazer uma faculdade, ser mãe, fazer pós-graduação. Mas, refletem também as aspirações de ser independente financeiramente, o desejo de redirecionamento profissional e o desejo de continuar crescendo mesmo com as dificuldades que enfrenta. Sobre o aspecto financeiro, reflete que o fato de não ser independente financeiramente, faz com que tenha que se moldar dentro dos desejos e expectativas de sua mãe, condição que aceita passivamente por respeito e gratidão na relação, porém considera este com um dos seus principais desconfortos na vida.

Na copa, representa a sua apresentação final, aquilo que geralmente é visto e percebido pelos demais, e indica que a copa é o desejo de conseguir ser quem ela é publicamente e nos ambientes gerais, se referindo tanto à sua sexualidade, quanto à independência financeira.

O fechamento da consulta se dá na perspectiva de que, em uma árvore as ranhuras são informações muito importantes sobre ela. As ranhuras podem ser uma forma de defesa, podem ser danos na estrutura dela, mas que principalmente elas refletem a capacidade de adaptação daquela árvore às adversidades do ambiente e da natureza. Também, as ranhuras são reflexo de crescimento e de desenvolvimento, uma vez que quando mais ranhuras uma árvore tem, maior é a expansão do seu tronco, indicando o tempo de sobrevivência daquela árvore na natureza. Essa analogia foi feita como uma reflexão sobre as cicatrizes emocionais de D. F., e que são naturais e permanentes no nosso jeito de ser. Ademais, assim como uma árvore demonstra crescimento por meio das suas marcas, ela também demonstra seu crescimento por meio da integração e elaboração das suas vivências, e que cada ranhura do seu tronco pode ser um sinal de que sua vida está sendo vivida com coragem e persistência às adversidades.

Síntese Interpretativa do Momento 2

Todas as etapas do segundo momento iniciaram-se com acolhimento e manejo emocional, em razão do elevado nível de sofrimento psíquico e cansaço apresentados por D.F., especialmente diante das instabilidades profissionais e das dificuldades familiares que estava enfrentando. O fortalecimento do vínculo e o suporte emocional ofertado abriram espaço para que a participante expressasse suas vivências em um espaço de escuta qualificada, favorecendo o acesso e reflexão de conteúdos profundos sobre sua história de vida e sua trajetória profissional.

A integração das técnicas apresentou uma trajetória de vida marcada pela percepção de desamparo, sobrecarga e sentimentos de impotência, especialmente nas relações hierárquicas percebidas como rígidas.

As atividades expressivas e simbólicas evidenciaram um funcionamento caracterizado pela passividade diante das adversidades, dependência emocional e um uso muito restrito de recursos internos de enfrentamento das situações. Entretanto, o processo também possibilitou o reconhecimento de potencialidades e desejos até então pouco evidentes, sobretudo ligados ao prazer na atividade laboral que realiza de modo autônomo, complementar à atividade formal, que resgata a sua sensação de competência e realização.

A entrevista em profundidade destacou um padrão relacional de submissão e medo frente a figuras de autoridade, além de uma tendência à autocobrança e dificuldade em reconhecer suas conquistas. As vivências familiares e conjugais são percebidas e relatadas como experiências de negligência e violência, que contribuíram para a formação de uma autoimagem fragilizada e de baixa autoconfiança. Apesar disso, foram destacados alguns aspectos de força pessoal, vinculados principalmente ao papel materno e à busca de estabilidade para os filhos, funcionando como fatores protetivos em meio ao sofrimento.

A rebiografia simbólica representou um momento de reorganização significativa, em que D.F. pôde ressignificar suas experiências profissionais e projetar novos sentidos para sua trajetória. A atividade favoreceu o reconhecimento da falta de autonomia na escolha profissional ao longo da vida, a tomada de consciência sobre o prazer e o senso de realização presentes em sua atividade paralela de confeitaria, resgatando motivações internas e o desejo de transformação. Essa reflexão favoreceu um movimento de autonomia simbólica, ainda inicial, mas voltado à ampliação da autopercepção e à revalorização de seus próprios desejos e capacidades.

A técnica da Árvore do Resgate somou a este processo, ao integrar vivências dolorosas e fortalecer a compreensão de que as marcas e cicatrizes emocionais fazem parte de sua história de sobrevivência e crescimento. A atividade promoveu uma visão mais compassiva de si mesma e de suas experiências, valorizando o suporte afetivo proveniente dos filhos e das relações familiares e amorosas atuais, dando tonalidade positiva às conquistas pessoais e profissionais como resultados da sua persistência e resiliência.

O Momento 2 do psicodiagnóstico interventivo pareceu abrir caminho para um movimento de reorganização simbólica e emocional, com ampliação da consciência sobre sua história, suas limitações e suas potencialidades. Observa-se uma transição de um funcionamento centrado na impotência e na passividade para uma postura mais reflexiva e esperançosa, com abertura para mudanças e fortalecimento de seus recursos internos de enfrentamento. Dessa forma, o processo interventivo favoreceu perturbações orientadas que impulsionaram a participante em direção a um modo de ser mais autônomo, integrado e coerente com seus valores e desejos pessoais, além de ter motivado a busca por acompanhamento psicológico em continuidade a este processo inicial.

Síntese Interpretativa Final do Caso

Inicialmente, D.F. apresentou-se fragilizada, com expressivo cansaço físico e emocional, sentimentos de desamparo e desmotivação diante das excessivas demandas profissionais e familiares cotidianas.

O resultado da sua avaliação indicou baixa tolerância à frustração, dificuldade na regulação emocional e uma percepção negativa de sua capacidade de enfrentamento, especialmente em relação ao contexto profissional, onde se observavam elevados níveis de estresse e exaustão. O vínculo terapêutico foi fundamental para o engajamento no processo, favorecendo a expressão emocional e o reconhecimento da intensidade de seu sofrimento.

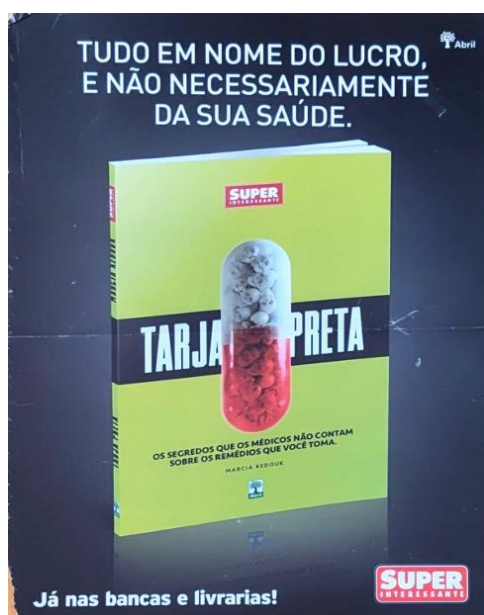
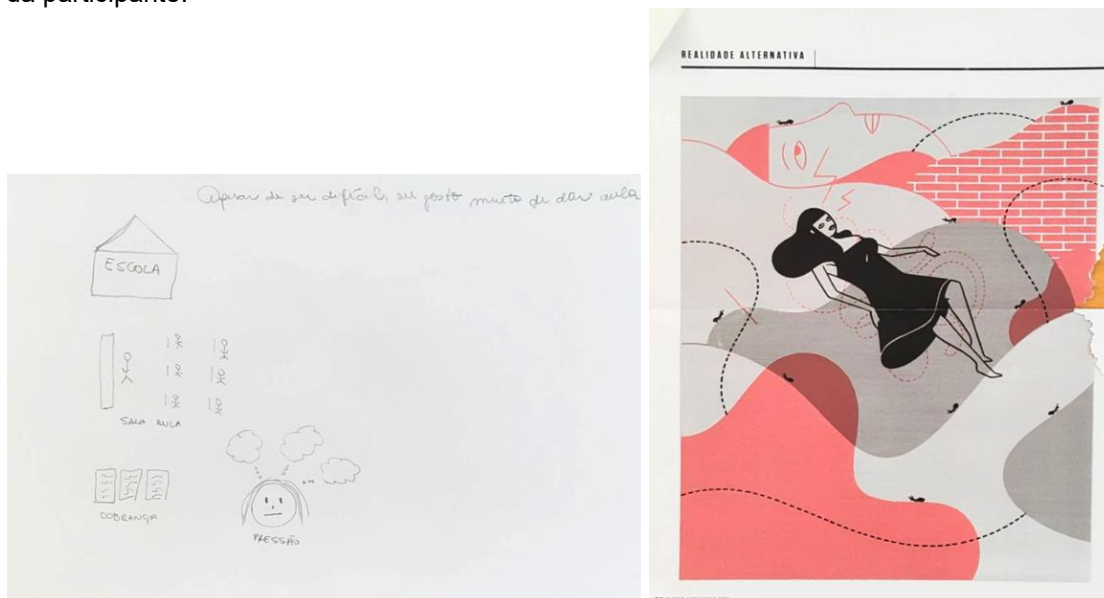
A discussão dos resultados se refletiu em um impacto significativo na sua organização emocional, funcionando como ponto importante no processo reflexivo da participante, que passou a reconhecer com maior clareza suas limitações, a sobrecarga emocional e a necessidade de cuidado psicológico. Este momento possibilitou o início de um movimento de tomada de consciência sobre seus padrões de funcionamento e o papel de sua vulnerabilidade na forma como lida com o estresse e as relações interpessoais.

No segundo momento, foi possível observar o aprofundamento desse processo reflexivo e o fortalecimento do vínculo terapêutico, que favoreceram maior abertura emocional e o resgate de aspectos significativos de sua trajetória. As técnicas expressivas apresentaram um funcionamento marcado pela passividade e dependência emocional, mas também pela presença de forças internas relacionadas ao cuidado materno e à persistência diante das adversidades. A Rebiografia Simbólica e a Árvore do Resgate pareceram instigar a reorganização de sua narrativa pessoal, permitindo a ressignificação de vivências dolorosas e o reconhecimento de conquistas, resgatando o senso de competência e prazer vinculados à sua atividade paralela de confeitaria.

O processo interventivo demonstrou algum favorecimento para a ampliação da consciência sobre si mesma, a valorização de suas potencialidades e o início de um movimento de autonomia

simbólica. Houve transição de um funcionamento centrado na impotência e no sofrimento para uma postura mais reflexiva, compassiva e esperançosa. A integração dos conteúdos emergentes entre os dois momentos indicou uma reorganização emocional significativa, evidenciada por maior clareza quanto às próprias necessidades e pelo fortalecimento dos recursos internos de enfrentamento.

Assim, o psicodiagnóstico interventivo auxiliou no delineamento de um percurso de transformação que transitou do reconhecimento do sofrimento à ressignificação da própria história, favorecendo um reposicionamento mais autêntico, coerente e alinhado aos valores e desejos pessoais da participante.



Bom planejamento e cuidado com a decoração fazem toda a diferença para garantir o sucesso da sua ceia!

Entenda o porquê, com o chef Guilherme Fernandes

Quais são suas dicas para preparar, com muito alívio, a ceia de Natal?

Antecipe e planeje. Isso é o mais importante para que tudo saia do jeito que você planejou. Pense no que você quer servir e monte o cardápio, com o cardápio pronto, monte a lista de compras que precisa fazer.

Faça as compras com base na lista que você já montou, assim, terá tempo para procurar ingredientes que não encontra.

Decore sua casa com detalhes natalinos de sua preferência para criar o clima de final de ano, monte uma linda árvore, use o famoso pisca-pisca, laços, velas, etc. Feito isso, é hora de separar as louças, talheres, toalhas de mesa e guardanapos que pretende usar.

No dia 23, faça o pré-preparo de todos os itens do cardápio, como lavar verduras, picar, separar e temperar as carnes - isso te ajudará muito e poupará seu tempo. Aproveite também para fazer as sobremesas, geralmente elas são mais demoradas e algumas podem ser conservadas na geladeira até o momento de servir.

Deixe o dia da ceia apenas para finalizar o cardápio. Isso te deixará mais tranquilo para cuidar de você, afinal ninguém merece sofrer os convidados de qualquer jeito, né?

Atenção com a decoração do espaço: como o momento ainda mais especial?

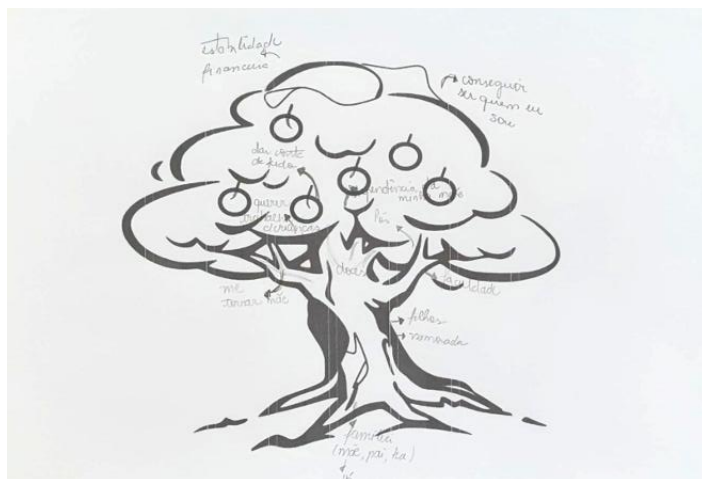
Com certeza. Do mesmo jeito que quando organizamos uma festa de aniversário nós pensamos na decoração, com a ceia de Natal não é diferente. Uma decoração bem feita pode mudar completamente o local da ceia e trazer diversas sensações para os convidados. Na mesa, abuse das toalhas coloridas e use o que você tiver de melhor em questão de pratos, copos e talheres. O momento pede que seja assim! A escolha da cor é fundamental na harmonia do ambiente, porque pode provocar respostas variadas no nosso sistema nervoso, alterando o humor e as emoções. Segundo a cromoterapia, cada cor tem uma função e trabalha de uma maneira diferente no nosso sistema nervoso. O vermelho, por exemplo, é estimulante e aumenta a fome, mas não se prenda somente ao vermelho, você pode utilizar várias outras cores como o dourado, prata, azul, etc.

Ou seja, com brilho também tem tudo a ver com o clima natalino. A guirlanda na porta de entrada não pode faltar, os seus convidados devem sentir o clima natalino logo ao chegarem. Capriche, faça com amor e tenha certeza de que será um sucesso!

Chef Guilherme Fernandes, formado em Gastronomia pela Universidade do Sagrado Coração

"Uma decoração bem feita pode mudar completamente o local da ceia e trazer diversas sensações para os convidados"

9 | TOP



RELATÓRIO COMPLETO CASO 4

Participante: 4 – A.M.P.

Sexo: Feminino

Idade: 50a

Estado civil: Casada

Situação familiar: Casada há 28 anos, com 3 filhos, vive com o marido e dois filhos.

Profissão: Técnica de Informática e Técnica de Robótica.

Atuação profissional: há 14 anos

Carga horária de trabalho: 50 horas semanais

Formação: Superior Completo

Situação atual:

Apresenta níveis altos de irritabilidade, ansiedade, tensão, cansaço excessivo e menor percepção de satisfação com a atividade profissional, que se refletem nas relações interpessoais no ambiente de trabalho.

Sem diagnóstico prévio.

Resultados da avaliação inicial:

Dinâmica Neuropsicológica:

Inteligência:

Apresentou um desempenho considerado como dentro da média na capacidade intelectual geral não verbal, que se refere à inteligência livre de influências culturais e pode indicar ter, em seu funcionamento geral, adequada capacidade na resolução de problemas abstratos.

Resultado do teste WMT-2 (Teste de Matrizes de Viena-2)

Pontos	Percentil	QI	Interpretação
10	77	104	Média

Funcionamento executivo:

Apresentou dificuldade no gerenciamento do tempo e na regulação emocional, e apresentou sintoma com alguma significância clínica na organização e resolução de problemas e no autocontrole. Não apresentou falhas na motivação. Analisando especificamente aspectos relacionados à regulação emocional, demonstrou adequada capacidade de controle da impulsividade e da irritabilidade, capacidade adequada de controle da sobrecarga emocional e manejo de emoções negativas, além de capacidade de resiliência dentro do esperado.

Resultado do teste BDEFS (Escala de Avaliação de Disfunções Executivas de Barkley)

	Pontos	Percentil	Interpretação
Gerenciamento do tempo	16	90	Limítrofe
Organização/resolução de problemas	7	80	Significância clínica leve
Autocontrole	5	80	Significância clínica leve
Motivação	5	75	Sem significância clínica
Regulação emocional	8	95	Limítrofe

Resultado do teste BOLIE (Bateria Online de Inteligência Emocional – Escala de Regulação Emocional)

Item	Ponto Bruto	QIE	Percentil	Interpretação
Controle da impulsividade e irritabilidade	16	99	47	Média
Controle da sobrecarga emocional	16	102	55	Média
Resiliência	18	101	53	Média

Estresse e estressores:

Apresentou elevação da percepção de estresse e estressores relacionados à carga de trabalho e às condições de saúde, sendo esta última com uma alteração muito significativa. Entretanto, não apresentou percepção elevada de estresse e estressores relacionados à vida financeira, ao ambiente de trabalho, às cognições e comportamentos, à vida familiar, aos relacionamentos sociais e condições de relaxamento. No que se refere às vivências profissionais, não apresentou indicativos de frustração profissional e despersonalização, sem classificação indicativa para burnout.

Resultado do Inventário de Percepção de Estresse e Estressores de Benzoni – IPEEB

Item	Pontos	Interpretação
Estressores na vida financeira	1,14	Percepção dentro da média
Estressores no ambiente de trabalho	0,88	Percepção dentro da média
Estressores relacionados à carga de trabalho	1,75	Percepção acima da média
Estressores relacionados a cognições e comportamentos	1,57	Percepção dentro da média
Estressores na vida familiar	1,40	Percepção dentro da média
Estressores relacionados às condições de saúde	3,00	Percepção acima da média
Estresse relacionado às condições de relaxamento	2,50	Percepção dentro da média
Estressores relacionados aos relacionamentos sociais	0,33	Percepção dentro da média
Percepção geral de estresse	1,50	Percepção dentro da média

* Referente à média populacional (Benzoni, 2023)

Resultado do teste EBBURN (Escala Brasileira de Burnout)

Fatores	Pontuação	Classificação
Exaustão/Frustração Profissional	21	Baixa
Despersonalização	3	Baixa

Sociabilidade:

Não apresenta características de comportamentos sociais patológicos.

Resultado do teste SRS-2 (Escala de Responsividade Social)

	Valor da Norma	Interpretação
Percepção Social	35	Dentro da normalidade
Cognição Social	57	Dentro da normalidade
Comunicação Social	47	Dentro da normalidade
Motivação Social	41	Dentro da normalidade
Padrões Restritos e Repetitivos de Comp.	59	Dentro da normalidade
Comunicação e Interação Social	47	Dentro da normalidade
Indicativos Gerais	49	Dentro da normalidade

Avaliação psicológica - teste R-PAS (Sistema de Avaliação por Performance no Roschach):

Identificou-se elevação discreta relacionada à vivência de estressores ambientais, todavia apresentou uma incidência muito alta relacionada a estressores crônicos, com indicativo psicopatológico geral, associado a elevação da ansiedade, desengajamento, elevada autocranção, elevação da irritabilidade, baixa flexibilidade mental e sensação de sobrecarga afetiva muito significativa. Ainda, seus resultados indicam que, sob estresse elevado, sua reação é o embotamento e a dificuldade na racionalização e processamento cognitivo, indicando dificuldade no enfrentamento de situações altamente estressoras. Também, seus resultados indicam uma suscetibilidade alta aos fatores ambientais, sendo facilmente influenciada pelos aspectos situacionais do ambiente, cuja principal reação defensiva é o aumento da irritabilidade.

Em contrassenso, A. M.P. apresenta sentir-se fortalecida emocionalmente por relações interpessoais estáveis e produtivas, ser altamente criativa, percebe as suas relações como solidárias e cooperativas, além de ter uma tendência a ser espontânea em suas reatividades emocionais.

Ademais, a participante apresenta um funcionamento psicológico que se sente diretamente fortalecido e com percepção de elevação de bem-estar advindo de ambientes e situações estáveis.

Devolutiva orientada estrategicamente

A.M.P. apresentou-se com muita motivação e entusiasmo para a consulta devolutiva dos resultados, demonstrando muita abertura para a compreensão advinda da testagem. Curiosamente, relatou ter pesquisado sobre todas as técnicas utilizadas na avaliação psicológica, demonstrando níveis elevados de ansiedade quanto à proposta avaliativa.

Os resultados de todos os testes foram apresentados, dialogando sobre todo o funcionamento relacionado à capacidade resolução de problemas, o dinamismo do seu funcionamento mental no que se refere às habilidades executivas, apresentando exemplos situacionais relatados pela própria avaliada sobre a manifestação prática dessas habilidades em seu cotidiano.

Ao serem abordados os aspectos relacionados à percepção de estresse e estressores, A.M.P. abre um campo muito grande de desabafo sobre as tensões do cotidiano profissional relacionado ao enorme acúmulo de funções desempenhadas e à pressão ambiental exercida sobre ela em relação a produtividade e resultados. Embora sinta-se motivada pelo trabalho que desempenha, o desgaste advindo deste é relatado como muito alto, justamente pelo acúmulo de funções paralelas que se vê sendo solicitada a desempenhar. Relata, ainda, que atualmente recebe algum suporte nessas funções por um auxiliar que conseguiu solicitar, mas que até pouco tempo atrás, e durante anos, desempenhou sozinha um trabalho que é alto mesmo quando dividido entre mais membros da equipe.

Ainda dentro desta temática, sobre as condições de saúde, relatou uma situação de adoecimento psicológico de seu filho, por um período considerado extenso, que causou grande e persistente preocupação, sobre o qual se sentiu impotente para cuidar e intervir, sendo este um grande fator estressor e ansiogênico. Tal situação ocorreu paralela ao período de maior cobrança e necessidade de atuação prática no seu trabalho, que ocorreu no ano de 2024, somando duas situações simultâneas e de difícil enfrentamento. Após isso, relatou preocupações com a própria saúde, apresentando um adoecimento decorrente de enfraquecimento no sistema imunológico, pelo qual ainda está passando e segue em tratamento.

Por fim, foram então apresentados os resultados do R-PAS e, conforme cada item ia sendo abordado, A.M.P. apresentou grande identificação com os resultados, ainda colaborando com exemplos práticos do seu cotidiano, trazendo associações concretas a respeito dos apontamentos das suas manifestações afetivas.

O comparativo entre estressores situacionais e estressores crônicos despertou um grande desconforto, e sua reação foi claramente de defesa, inclusive no modo postural em que se apresentava. Espontaneamente, A.M.P. apresentou um episódio da sua vida, em que há 20 anos viveu a perda e o

luto de sua filha, ainda na primeira infância, decorrente de um adoecimento neurológico abrupto e inesperado. A vivência das lembranças gerou emotividade e a narrativa da experiência do luto foi acompanhada de um relaxamento no tom de voz e uma diminuição da ansiedade percebida. Em seu relato, a participante demonstrou ter sido esta sua vivência emocional de maior impacto, que modificou sua percepção a respeito da vida, das relações familiares e dos relacionamentos interpessoais, buscando sempre a maior qualidade nessas relações. Somado a isso, demonstra se identificar estreitamente com o resultado obtido por meio da testagem sobre ser altamente reativa às vivências emocionais do ambiente, relacionando, ainda, sua elevação de estresse que motivou a procura profissional, não só à tensão no ambiente de trabalho, como também ao adoecimento do seu filho, que reativou experiências dolorosas prévias.

O atendimento se encerrou com um acolhimento diante da demanda apresentada, promovendo uma percepção mais aprimorada sobre suas vivências emocionais e sua reatividade a estas. Perceber seu funcionamento neuropsicológico, causou reflexões sobre situações futuras, demonstrando uma tomada de consciência dos gatilhos afetivos e ajustes comportamentais necessários para um melhor ajustamento e reações melhor adaptativas.

Síntese Interpretativa do Momento 1

Ao receber A.M.P. para o processo avaliativo, foi realizado um acolhimento voltado ao estabelecimento de *rapport* e à compreensão de sua demanda, de modo a favorecer o vínculo necessário para o percurso do psicodiagnóstico interventivo. A participante apresentou-se colaborativa, motivada e bastante interessada no processo, embora com níveis elevados de ansiedade em relação à avaliação, demonstrando preocupação em compreender cada etapa e refletindo seu perfil de autocobrança e necessidade de controle sobre as situações.

No relato inicial, A.M.P. demonstrou cansaço, tensão, e níveis altos de irritabilidade e ansiedade, especialmente relacionados ao acúmulo de funções no ambiente de trabalho e à pressão por produtividade. Relatou também cansaço físico e emocional, associado à preocupação constante com as condições de saúde de seu filho e com seu próprio estado de saúde, o que tem impactado diretamente sua sensação de bem-estar e satisfação com a vida profissional.

Os resultados do processo avaliativo indicaram adequada capacidade de resolução de problemas abstratos, não pautados em situações concretas. Todavia, apresentou dificuldade no gerenciamento do tempo, na organização e na resolução de problemas, o que parece estar relacionado ao nível elevado de estresse percebido e à sobrecarga afetiva. Apesar dessas dificuldades, apresentou adequada capacidade de regulação emocional e controle da impulsividade, além de altos níveis de resiliência.

No que se refere à percepção de estresse, foram observadas elevações relacionadas à carga de trabalho e às condições de saúde, mas não em áreas como vida financeira, ambiente profissional ou relações familiares. O perfil de estresse identificado é predominantemente crônico, com indicativo psicopatológico de leve a moderado, caracterizado por elevada ansiedade, irritabilidade, desengajamento, baixa flexibilidade cognitiva e sensação de sobrecarga emocional. Os resultados sugerem que, diante de altos níveis de estresse, sua resposta tende ao embotamento afetivo e à dificuldade de processamento racional, o que pode gerar reações defensivas, especialmente sob forte pressão emocional.

Apesar dessas vulnerabilidades, a participante demonstra recursos pessoais importantes, como criatividade, espontaneidade e fortalecimento emocional advindo de vínculos afetivos estáveis e produtivos. Relata perceber suas relações interpessoais como cooperativas e solidárias, o que funciona como fator de proteção em momentos de instabilidade.

Durante a discussão dos seus resultados, mostrou-se participativa e reflexiva, identificando-se com os resultados e relacionando-os a situações comuns do seu cotidiano profissional e familiar. A discussão sobre estressores e estresse crônico despertou uma mobilização emocional, levando-a a revisitar experiências dolorosas, relacionadas ao luto de sua filha, sendo este um evento marcante que moldou sua percepção sobre a vida e as relações familiares. A lembrança desse episódio no contexto da consulta promoveu um momento de conexão afetiva e aparente alívio emocional, contribuindo para a compreensão do impacto dessas vivências em sua atual forma de lidar com o estresse e a sobrecarga.

Dessa forma, o Momento 1 do psicodiagnóstico interventivo foi essencial para a ampliação da percepção de A.M.P. sobre seu funcionamento emocional e cognitivo, favorecendo o reconhecimento de seus limites, vulnerabilidades e potencialidades. O contato com os resultados e a escuta acolhedora possibilitaram uma reflexão sobre a necessidade de autorregulação e cuidado

pessoal, abrindo espaço para um movimento inicial de reorganização emocional e fortalecimento psicológico.

MOMENTO 2 – Perturbações

Desenho-Estória-Tema:

A. M. P. chegou ao encontro animada e curiosa para a proposta do dia. É comunicativa, expressiva, e conta espontaneamente vivências profissionais que ocorreram entre um encontro e outro, e relata diversas atividades simultâneas que está desempenhando, demonstrando uma inquietude no seu funcionamento mental.

Após um rapport inicial, foi proposta a técnica do desenho-estória-tema.

A participante faz um desenho expansivo, representando um leito de um rio, com duas margens, ao fundo um pôr do sol. Intitula como “Eterno Recomeço”. Descreve que todos os dias o sol se põe e renasce, e que isso representa sua percepção sobre o seu trabalho com a robótica, porque com frequência surgem novos campeonatos, com desafios cada vez maiores, com alunos que não têm experiência em robótica, fazendo com que constantemente precise se adaptar, recomeçar, criar novos planos e restabelecer metas, sendo este um ciclo que não acaba, assim como um rio que está sempre em movimento. Também, considera que sua vida seja dessa forma e “se sente uma água” (SIC), se adaptando sempre àquilo que surge ao entorno.

Entrevista em profundidade:

Na entrevista em profundidade, analisada por meio de categorias definidas a posteriori, foram observadas as seguintes vivências e percepções:

Vivências parentais

Percebe sua mãe como rígida, sistemática, brava. Em contrapartida, seu pai é visto como figura afetiva e altamente flexível, com excelente capacidade de resolução de problemas. Sua irmã é distante emocionalmente e a relaciona com o perfil da sua mãe, enquanto se autodescreve tendo o mesmo perfil que seu pai. De modo geral, suas vivências familiares são positivas e sempre de muito incentivo para o desenvolvimento.

Na relação com os filhos, refere a perda de uma filha na primeira infância em função de um adoecimento abrupto, sendo esta uma grande vivência traumática. Depois disso, teve dois filhos² e demonstra grande preocupação com a saúde e bem-estar destes.

Vivências percebidas nos relacionamentos familiares atuais.

Conta que durante a fase da pandemia vivenciou o luto de sua mãe e precisou se mudar de casa para prestar cuidados ao seu pai, que já é idoso. Este foi um período considerado como altamente estressante, pois além destas vivências, seu cargo de trabalho fez com que precisasse manter a atuação presencial, com alta demanda e acúmulo de funções, expondo-se ao risco de contaminação e contágio dos seus familiares. Após o período, esta demanda de trabalho não diminuiu.

Recentemente, associado à intensificação dos seus sintomas de estresse, seu filho passou por uma cirurgia e também terminou um relacionamento. Além disso, ele passou por um estado profundo de depressão, indicando uma instabilidade de saúde que lhe gerou grande preocupação.

Vivências percebidas no relacionamento no trabalho.

No trabalho, tem duas superiores, uma com perfil mais rígido, pragmático e com pouca demonstração de afetividade e suporte, e a outra com maior acolhimento, flexibilidade e habilidade de escuta ativa.

Seu ambiente é considerado como estressante e com alta demanda de trabalho, mas as vivências relatadas são positivas, motivadoras e desencadeiam uma sensação de realização profissional e pessoal.

Sentimentos percebidos com relação ao trabalho.

Quanto à percepção de responsabilidade sobre seu trabalho, demonstra excessiva autocobrança por aprender a fazer as suas funções, por fazer um bom trabalho, por entregar bons projetos e suprir a expectativa das pessoas sobre seu trabalho.

Sua carga de trabalho é alta e vivencia dupla função, que é de técnica de informática da rede e também técnica de robótica, na mesma instituição. Este acúmulo de funções se reflete em uma alta

sobrecarga, fazendo com que venha de um período extenso com alta demanda, sem conseguir pausar, que lhe soa como desgaste mental.

Percepção sobre reconhecimento do que realiza.

Hoje percebe-se altamente reconhecida, mas não entende esse reconhecimento como algo totalmente positivo, uma vez que esse reconhecimento aumenta o nível das expectativas que recaem sobre ela e seu trabalho, sobretudo nos campeonatos, que são situações que fogem do seu controle resolver.

Vivências de situação de violência.

Não há relatos.

Autopercepção.

Se autopercebe profissionalmente como uma pessoa muito criativa, muito resolutive, muito esforçada. Esta narrativa é presente desde o primeiro trabalho, ainda adolescente. Atualmente se vê exercendo um papel de resgate de alguns jovens desacreditados.

Percepção de suporte emocional.

Percebe-se com pouco suporte em relação à demanda do estresse. Tem um marido que considera como parceiro, mas muito vulnerável emocionalmente. Então, é ela quem precisa exercer o suporte emocional para o marido, sem ter necessariamente o mesmo suporte.

No ambiente de trabalho, sobretudo na época da pandemia, recebeu pouco suporte e isso foi motivo de ansiedade, temor e angústia. Entretanto, não reconhece algumas características problemáticas do próprio comportamento, que a mantém com grande envolvimento em situações estressoras e intensificam sua carga de trabalho.

Seu engajamento com a função e a forma como administra sua rotina profissional é motivo de comentários entre os pares, gerando um ambiente de disputa e diferenciação no tratamento.

Percepção de estresse.

Identifica sintomas emocionais de estresse como sentimentos insegurança, confusão, crises de choro, embotamento emocional, rigidez psicológica e problemas com o sono.

Modo de enfrentamento aos eventos estressores (Coping).

Para enfrentar o estresse tem comportamentos relativos a esquiva, saindo da situação por minimizá-las, ao invés de resolvê-las, buscando neutralizar os sentimentos ruins, sem adotar estratégias de ressignificação ou elaboração dos seus afetos.

Síntese Interpretativa da Entrevista

A.M.P. buscou o atendimento por apresentar níveis altos de irritabilidade, ansiedade, tensão, cansaço excessivo e menor percepção de satisfação com a atividade profissional, que se refletem nas relações interpessoais no ambiente de trabalho.

A participante demonstra uma percepção muito satisfatória de suporte parental. Sua mãe apresenta um perfil de maior rigidez e seu pai é percebido com maior afetividade. Entretanto, ambos apresentam perfis dinâmicos, criativos, envolvidos em múltiplas atividades laborais e também por hobby: [...] *Minha mãe é uma pessoa assim, extremamente brava, estressada, a gente a chamava de dona onça, porque ela era estressada, ela brigava muito brava, muito brava, mas também o coração gigante também desse jeito. [...] Ele (meu pai) tem um problema, ele sempre enxerga uma solução, ele não é aquele que se desespera, sabe? [...] Sim! A minha mãe é dinâmica, muito dinâmica, meu pai também, meu pai não para até hoje, meu pai se bobear está pintando a casa, está com 89 anos.*

Em relação à situação atual, lidou recentemente com o adoecimento físico e mental do seu filho, que somado à alta demanda do trabalho, foi um motivador para grande desgaste emocional: [...] *Misturou, sabe? Misturou de uma forma... claro que o meu filho é muito mais importante! Se eu tivesse... que largar eles (os membros da robótica) brigando lá, eu vou cuidar do meu filho! É muito mais importante! Então é isso, sabe? Eu acho que misturou tudo, só que o sofrimento dele ainda é o que mais me sobrecarregava, porque a robótica que ficasse pra lá, entendeu?*

Em seu trabalho atual mostra-se extremamente rigorosa em relação à qualidade e à produtividade, além de mostrar-se altamente competitiva, expondo-se e levando sua equipe a diversos torneios, buscando suprir as expectativas dos superiores, dos pares, dos subordinados e da instituição

sobre ela: [...] *“Você precisa ganhar, pelo amor de Deus”. E aí eu me sinto, sabe, com essa pressão... Eu falo: Meu Deus, e se eu não ganhar?*

Para lidar com esta expectativa, busca exercer um alto nível de controle sobre seu trabalho, mostrando-se disciplinada e rigorosa consigo mesma e com sua equipe e, uma vez que não consegue exercê-lo, sente-se desestruturada: [...] *lembra que eu te falei que eu gosto de ter plano A, plano B, plano C? Eu não consegui fazer esse plano A, plano B, me senti insegura com isso. Era um robô que dava muitos problemas que eu não sabia resolver, porque ele é extremamente novo, feito com elétrica e eletrônica, e eu não entendo disso. Foi um desafio muito grande para mim!*

A participante sabe que é reconhecida em sua função, mas não sente o reconhecimento como algo positivo, uma vez que se sente com maior pressão sobre seu desempenho. Todavia, demonstra perceber receber algum suporte dos superiores para lidar com as demandas de trabalho no momento, embora não o tenha percebido durante a pandemia, que foi uma fase de grande demanda e vulnerabilidade no trabalho.

Com relação a autopercepção de estresse, identifica sintomas emocionais de insegurança, confusão mental, crises de choro, embotamento emocional, rigidez psicológica e problemas com o sono: [...] *Aí eu abro, aí eu, eu choro, sofro e depois eu fecho.* Diante dessa situação, sua estratégia de coping é adotar comportamentos relativos a esquiva, com uma tendência a minimizar situações e busca neutralizar sentimentos ruins: [...] *Sabe é quando você se blinda? Então eu aprendi a viver meio que faz de conta, sabe? [...] ah vamos fingir que está tudo bem, vamos... vamos seguindo, vamos viver um faz de conta aí e você vai tocando, você vai tocando a vida. [...] Não posso ficar parada, porque quando eu fico parada, minha mente começa a trabalhar errado, entendeu? Começa vim tristeza, começa a vir pensamentos triste, então eu me ocupo muito.*

Concluindo, nota-se a partir dos dados obtidos nos relatos, que a participante mantém o padrão de funcionamento aprendido no seu ambiente familiar primário, de estar sempre se desafiando a aprender coisas novas e desempenhar várias funções, inclusive com o mesmo rigor vivenciado, embora seja bastante afetiva. Então, mostra-se, ao longo da vida, muito exigente consigo mesma e, por consequência, com seus subordinados. Entretanto, seu perfil pessoal a mantém envolvida em uma sobrecarga de trabalho, com poucas possibilidades para o relaxamento, buscando suprir suas próprias expectativas e as dos demais. Ademais, pode-se dizer que apresenta estratégias de enfrentamento pouco eficientes, uma vez que esquivar-se dos seus sintomas afetivos desfavoráveis não a leva à elaboração dos mesmos.

Rebiografia Simbólica:

A.M.P. mais uma vez apresentou-se para o encontro demonstrando alta motivação e engajamento para a situação. Após um acolhimento inicial, foi proposta a atividade da rebiografia simbólica, e demonstrou empolgação com a proposta.

Após procura extensa, sobre seu passado profissional, selecionou uma imagem relacionada à Proclamação da República. A imagem é representada pelo mapa do Brasil, acompanhado por uma rainha e por alguns membros caricatos da corte portuguesa. Sua escolha foi motivada pela sua formação acadêmica inicial, que é em História. Relembra ter lecionado a disciplina de História no Ensino Fundamental apenas um ano e, logo em seguida, foi estudar Processamento de Dados e se apaixonou pela profissão, abandonando sua formação inicial e iniciando uma grande jornada no processamento de dados, desde os 21 anos de idade.

No seu presente, selecionou uma imagem com a seguinte escrita: “Sonhe Alto. Pense grande. Doe amor. Respeite todos. Seja grato. Sorria sempre. Meu sonho não tem fim”. Essa frase a impactou, conforme relatou. Algumas vezes reverberou a expressão “meu sonho não tem fim”. Seguiu com a narrativa sobre sua jornada em relação ao processamento de dados. Há anos desempenha a função de técnica de uma equipe de robótica. Conta ter começado sem qualquer experiência prévia e sem nenhum preparo para a função. Quando soube da existência de campeonatos mundiais, sonhou em um dia levar sua equipe para participar de um dos campeonatos, que ocorria nos E.U.A. Esse sonho a motivou a se aperfeiçoar e construir equipes cada vez mais preparadas e com níveis muito elevados de técnicas computacionais para participar dos torneios. Anos depois, não só participou do campeonato, como conquistou oito títulos mundiais, tendo levado sua equipe a diversos países para diversas competições, sendo, atualmente, técnica de uma das principais equipes de robótica do mundo.

A respeito do futuro profissional, seleciona a imagem de um alvo e mais uma com uma paisagem de uma viagem na natureza. Comenta, entusiasmada, que atualmente está “mirando na aposentadoria”, faltando apenas sete anos para se aposentar da profissão, almejando viver uma aposentadoria que lhe promova um futuro tranquilo, com a família, com a possibilidade de viajar e descansar, fugindo de toda a tensão e sobrecarga que sua rotina profissional agrega ao seu cotidiano.

Após a realização da atividade, foi proposta uma reflexão sobre suas escolhas ao longo da vida e o quanto se sente recompensada pelas mudanças e imprevistos que experimentou. Sobre isso, falamos sobre as situações apresentadas, pois embora sejam percebidas como estressoras, tensas e desgastantes, elas foram apresentadas com níveis muito elevados de motivação e satisfação pessoal, refletindo sobre os aspectos de crescimento que podem ser advindos de vivências desafiadoras, pois todos os desafios foram associados a uma enorme capacidade adaptativa e de enfrentamento dos desafios experimentados.

O atendimento se encerra com A.M.P. animada e confabulando muitas possibilidades para a sua aposentadoria, para além do descanso e da tranquilidade, mas o desenvolvimento de hobbies e atividades funcionais que deseja que encham sua vida de sentido futuro.

Árvore do Resgate:

Para o último encontro do processo, A.M.P. chega animada, mas demonstrando cansaço e preocupação, pois está novamente envolvida em mais um campeonato com sua equipe e está nas etapas finais de preparação. Realizo um acolhimento para externalização da demanda, que é cerceada por intensa sobrecarga e carregada de expectativas dos demais. Após o acolhimento inicial é, então, proposta a representação da árvore, que realiza de modo imediato e quase automatizado.

Nas raízes, coloca sua família, descrevendo características dos seus pais, que são altamente dinâmicos, eficientes, com múltiplas habilidades e competências, que sempre exerceram a função de incentivadores dos filhos a serem também pessoas com alto dinamismo. Os descreve como alegres e resolutivos, habilidades que busca manter em suas características desde muito jovem.

No tronco, para descrever seu crescimento pessoal, seleciona as oportunidades e vivências que teve em sua vida. Conta que todo o seu aprimoramento pessoal e profissional se deve ao fato de que sempre teve boas oportunidades de estudos e de trabalho, que foram “abrindo portas” para perspectivas e objeções cada vez maiores.

Nos galhos, elenca suas múltiplas funções e facilidade de se adaptar aos ambientes. Conta sobre ter muita facilidade em se moldar para se adaptar ao que surge como oportunidade e de se moldar nos ambientes, e se considera uma pessoa que tem muita capacidade adaptativa a adversidades.

Na copa, elenca características pessoais de determinação, foco e objetivos. Conta sobre ser uma pessoa persistente e resiliente, indicando que uma vez que passa a desejar algo, encontra meios de realizar seus desejos, mesmo quando estes desejos são desafiadores, cansativos ou desgastantes. Ainda, reflete sobre uma característica que se deu conta momentaneamente, em meio ao discurso, que é a de nunca ter parado algo pela metade, buscando sempre o melhor que podia extrair em todas as situações ou fazer de modo completo e consistente todas as suas atividades.

Nos frutos, por fim, considera as mudanças da sua vida e o orgulho que sente das transformações que passou em sua trajetória de vida. A respeito da mudança, não se refere somente sobre as mudanças da sua própria vida, mas as mudanças que consegue promover na vida dos membros da sua equipe, se sentindo num papel de transformação da vida destes. Se orgulha de fazer com que todas as suas equipes tenham tido persistência, resiliência e foco nos objetivos, para que fossem recompensados e reconhecidos por suas ações. O desenvolvimento das habilidades deles é considerado o principal fruto de todo o seu esforço e reflete “frutos dão trabalho” (SIC).

O fechamento do encontro caminha na perspectiva do valor que atribui ao que é imaterial, àquilo que é habilidade e que está relacionado ao crescimento psicológico, interno, não somente dela, mas dos que a circundam, pois assim foram suas bases, fortalecedoras e incentivadoras de competências pessoais. A reflexão promovida por meio da atividade é de que toda árvore é de uma espécie botânica, e que o reconhecimento da espécie está na observação das características da árvore em questão. Os frutos só podem ser esperados de árvores frutíferas, as flores só podem ser vistas em árvores floríferas, e que o fato dela se dedicar a desenvolver seus alunos como ela foi desenvolvida pelos seus pais, trata-se de uma grande semente na sua jornada, como um legado que busca deixar para que nunca se perca a habilidade de sonhar e buscar pelos seus sonhos, cada uma das pessoas à sua volta.

Após essa reflexão, A.M.P. demonstrou sentir-se acolhida e fortalecida, confiante e animada para continuar a atual jornada de preparo ao campeonato para o qual está se preparando para enfrentar.

Síntese Interpretativa do Momento 2

Todas as etapas do segundo momento foram iniciadas com acolhimento e manejo emocional, considerando o elevado nível de exigência e cansaço relatado por A.M.P., especialmente em razão da sobrecarga profissional e da multiplicidade de funções que desempenha. O espaço de escuta e reflexão possibilitou que a participante acessasse conteúdos afetivos ligados ao perfeccionismo, à autocobrança e à dificuldade de reconhecer limites pessoais, aspectos que atravessam tanto sua trajetória profissional quanto sua vida familiar.

A integração das técnicas favoreceu a clareza acerca de uma trajetória marcada por dinamismo, criatividade e comprometimento, mas também por um funcionamento pautado em alto controle e necessidade constante de desempenho. Suas narrativas expressam um padrão de enfrentamento caracterizado pela racionalização e pela esquiva emocional, com tendência a manter-se em atividade como forma de evitar o contato com sentimentos de vulnerabilidade e exaustão.

As vivências familiares revelaram modelos parentais que reforçaram valores de produtividade, competência e esforço contínuo, favorecendo a construção de uma identidade baseada no fazer e no desempenho. Esse padrão se perpetua na vida adulta, resultando em uma sobreposição de papéis e na dificuldade de reconhecer o próprio cansaço, ainda que mantenha uma percepção de realização e orgulho em relação às conquistas.

A entrevista em profundidade levantou a perspectiva de que, apesar de vivenciar o trabalho como fonte de prazer e propósito, o excesso de responsabilidades e a pressão por resultados geram sentimentos de desgaste e perda de equilíbrio emocional. A participante demonstra consciência de seu estresse e reconhece sintomas de esgotamento, mas tende a minimizar seus efeitos e evitar pausas, ou mesmo se impor limites em relação aos objetivos traçados, o que mantém o ciclo de sobrecarga.

A técnica da Rebiografia Simbólica representou um espaço de ressignificação de sua trajetória, permitindo reconhecer que os desafios enfrentados ao longo da vida também foram fontes de crescimento e afirmação pessoal, e favoreceu a identificação de metas futuras voltadas à serenidade, descanso e reconexão com aspectos subjetivos que foram, por muito tempo, negligenciados pela rotina intensa.

Além disso, a técnica da Árvore do Resgate favoreceu a integração de modo simbólico suas bases familiares, valores pessoais e conquistas, resgatando o sentido que atribui à sua atuação profissional e ao impacto positivo que exerce sobre as crianças e os adolescentes de sua equipe. O processo culminou na ampliação de sua autopercepção, promovendo a consciência de que o mesmo rigor que impulsiona suas conquistas também contribui para o esgotamento emocional, sinalizando a necessidade de equilíbrio entre produtividade e autocuidado.

O segundo momento do psicodiagnóstico interventivo abriu espaço para um movimento de reorganização simbólica e emocional, com maior integração entre o fazer e o sentir, entre o desempenho e o descanso, cujo desfecho do processo reflexivo foi voltado ao reconhecimento de limites e à valorização de recursos internos de resiliência e afetividade, abrindo espaço para um funcionamento mais autônomo, equilibrado e coerente com seus valores e necessidades pessoais.

Síntese Interpretativa Final do Caso

Inicialmente, A.M.P. apresentou-se ao processo avaliativo demonstrando níveis elevados de ansiedade, irritabilidade e cansaço físico e mental, especialmente relacionados ao acúmulo de funções profissionais e à elevada exigência de desempenho que impõe a si mesma. A participante mostrou-se colaborativa, comunicativa e interessada, embora fortemente preocupada em compreender e controlar todas as etapas do processo, refletindo seu padrão de funcionamento pautado na autocobrança, no perfeccionismo e na necessidade constante de manter o controle sobre as situações.

Os resultados do primeiro momento indicaram adequada capacidade cognitiva voltada à resolução de problemas, criatividade e alto potencial de resiliência, mas revelaram dificuldades significativas no gerenciamento emocional e no equilíbrio entre desempenho e descanso, com percepção de estresse relacionada à carga de trabalho e às condições de saúde. Foram observados níveis elevados de estresse crônico, associados à sobrecarga de responsabilidades e ao envolvimento intenso com o trabalho, mas também em relação a experiências traumáticas em sua história de vida. Também, apresentou sintomas emocionais de ansiedade, irritabilidade, choro e embotamento afetivo. Apesar das vulnerabilidades identificadas, a participante demonstrou importantes recursos internos, sustentados por vínculos afetivos estáveis e pelo sentido de propósito atribuído ao seu trabalho, que funcionam como fatores de proteção emocional.

No segundo momento, o processo interventivo abriu portas para a ampliação da consciência emocional e simbólica, promovendo reflexões profundas sobre sua trajetória e os padrões que estruturam seu modo de funcionamento. As técnicas expressivas evidenciaram uma história marcada por dinamismo, persistência e elevado senso de responsabilidade, mas também por um funcionamento

rigidamente voltado ao desempenho e à produtividade, que dificulta o reconhecimento de limites e necessidades pessoais.

As técnicas expressivas utilizadas atuaram como instrumentos de integração e ressignificação de sua trajetória, auxiliando na promoção e ampliação da autopercepção, além da percepção sobre o equilíbrio entre produtividade e autocuidado. Ainda, é possível perceber um favorecimento da reconstrução simbólica de vivências significativas e a valorização de conquistas, além do resgate de valores familiares e do sentido de propósito profissional.

A integração entre os dois momentos pareceu abrir caminho para um avanço significativo no processo de autoconhecimento e reorganização emocional. A.M.P. reconheceu com maior clareza o impacto de sua rigidez interna sobre sua saúde e qualidade de vida, percebendo a necessidade de equilibrar o alto desempenho com práticas de autocuidado e descanso. O processo também trouxe algum favorecimento para a ampliação do olhar sobre si mesma de modo mais compassivo e equilibrado.

Assim, o psicodiagnóstico interventivo delineou-se como um espaço de escuta e reflexão favorável à reconexão entre o fazer e o sentir, promovendo uma transição de um funcionamento centrado na produtividade e autocobrança para uma postura mais integrada e serena. O percurso reflexivo teve a intenção de impulsionar o fortalecimento dos recursos internos de enfrentamento, o reconhecimento de suas potencialidades e a construção de um sentido mais equilibrado e coerente com seus valores, desejos e necessidades pessoais.



**SONHE ALTO.
PENSE GRANDE.
DOE AMOR.
RESPEITE TODOS.
SEJA GRATO.
SORRIA SEMPRE.**

Meu Sonho Não Tem Fim.

A ONG "Meu sonho não tem fim" é referência em todo o país em projetos de conscientização e motivação. Uma organização independente - laica e apolítica - que não possui vínculos financeiros ou comerciais e não aceita doações de nenhuma espécie.

apoia sua CASA

www.meusohnonaotemfim.org.br

AVENTURA Por Bruno Pereira Capela

Lugares para conhecer...

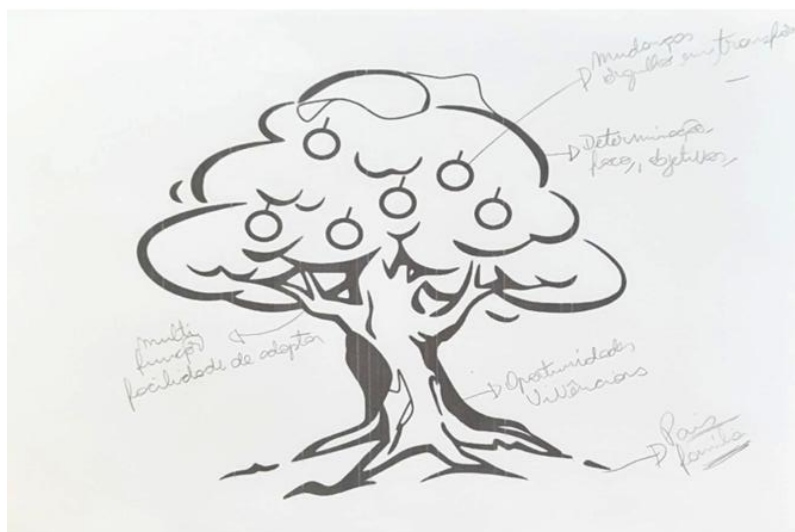
Belezas naturais do nosso país

1. PREPARAR
O primeiro passo é escolher o local. Há muitos lugares maravilhosos no Brasil, mas é importante escolher um que seja seguro e tenha boa infraestrutura. Além disso, é importante levar o equipamento necessário, como roupas adequadas, protetor solar, água e alimentos.

2. AVENTURA
Depois de se preparar, é hora de partir para a aventura. É importante seguir as regras locais e respeitar o meio ambiente. Além disso, é importante manter a calma e a paciência, pois a aventura pode levar algum tempo.

3. ATUAR
Por fim, é importante atuar de forma responsável e sustentável. Isso significa não deixar lixo, não danificar o meio ambiente e respeitar a cultura local.

Atenção: A aventura é uma atividade que requer cuidado e atenção. É importante sempre estar acompanhado e seguir as regras locais.



ANEXO V – Categorização das falas das participantes na entrevista

CASO 1 - QUADRO DE CATEGORIZAÇÃO DE FALAS DA ENTREVISTA

Categorias	Definição	Subcategorias	Caso 1
Vivências parentais VP	Refere-se às percepções das práticas parentais, vivenciadas durante sua vida, tais como com a mãe, com o pai, os irmãos, avós, tios e com os filhos.	Vivências recordadas com a figura materna.	<i>Minha mãe, para você ter uma ideia, ela mandava eu lavar louça, eu lembro disso nitidamente e tava um frio muito frio e eu estava cansada, tinha chegado da escola, eu lembro que dormi lavando louça na beira da pia e minha mãe tava dormindo... e eu tinha que lavar, por que se ela acordava e não tinha lavado ela batia, então ela não tinha esse jeito de conversar. Acabei gerando um trauma, só que eu não repeti o que ela fez comigo. Parecia que ela não tinha amor sabe?</i>
			<i>Minha mãe era bem rígida, muito rígida, de bater na gente</i>
			<i>Mas eu lembro muito pouca coisa, porque minha mãe era muito rígida, tipo assim: minha mãe fazia limpar a casa, a gente ia pra escola, voltava cuidava de casa a gente tinha que ajudar porque ela era muito brava mesmo.</i>
		Vivências recordadas com a figura paterna.	<i>Meu pai é bem.... É mais tranquilo.</i>
			<i>E meu pai já era mais carinhoso.</i>
		Vivências recordadas com os irmãos.	NÃO HOUVE FALAS
		Vivências recordadas com os irmãos.	<i>eu lembro coisas boas com relacionamento com meus irmãos, agora a relação da minha mãe não! Que nem meus irmãos fala "A mãe batia na gente demais" e ela fala "Ah mais também vocês eram assim"</i>
			<i>o meu irmão mais caçula eu tinha mais aproximação, ele tratava eu como se fosse a mãe dele assim de contar as coisas porque ele confiava em mim o meu outro irmão que faleceu também a gente tinha muito contato, foi tranquilo, agora esse meu irmão que ficou do meio ele já foi mais complicado.</i>

		Vivências recordadas com os avós.	NÃO HOUVE FALAS
		Vivências recordadas com os tios.	NÃO HOUVE FALAS
		Vivências recordadas na educação dos filhos, como mãe.	<p><i>Tipo, eu tento ajudar meus filhos, eu dou carinho, alo que eu amo, eu ligo sabe, eu pergunto eu não fico com cobranças, porque mesmo eles não morando mais comigo mais a gente não pode ficar cobrando, porque cada um tem sua vida.</i></p> <p><i>Não! Foi mais ou menos assim, meu filho antes eu sabia que ele ia casar, então né... mas mesmo assim foi difícil, mas a minha filha não, minha filha foi de supetão, não teve uma preparação! “Não, eu vou assim...” não! Ela recebeu a proposta e foi, daí ela falou: “se você quiser, eu não vou”, mas eu não podia fazer isso com ela, porque é a vida dela. Porque parece como se estivesse mentindo, mas parece que tivesse arrancado alguma coisa da gente, parecia que meus filhos tinham morrido. A sensação que a gente tinha era essa...</i></p>
Vivências percebidas nos relacionamentos familiares atuais.	Refere-se a vivências experimentadas nas relações familiares atuais que exercem influência, positiva ou negativa, sobre a participante.		<p><i>Assim, eu sou muito tranquila! Mas assim, eu sou casada, tem o meu marido, e o meu marido está passando por uma situação difícil com a mãe, a mãe tem Alzheimer, precisou internar ela, colocar numa clínica e ele não consegue aceitar isso, o emocional dele não dá conta, e isso acaba afetando a gente também! Queira ou não eu tento não levar minha vida pessoal para o trabalho.</i></p>

			<p><i>Que ele fica bem mal, por causa da história da mãe dele, daí eu acabo pegando pra mim, porque eu sou casada com ele e ele precisa escutar algum apoio meu. Porque ela fala. “Ah se eu não tivesse você aqui, eu não sei o que eu faria”. Meu marido é muita emoção, ele não tem nada de razão. É pura emoção. É impressionante isso, ele não consegue, é jeito dele, mas assim no trabalho eu não tenho o que reclamar.</i></p>
			<p><i>E teve um caso também, que o irmão do meu marido, eles têm uma empresa no X e ele estava roubando fuminho, e ele se envolveu com agiota, só que ele não falou nada, ele pegou o dinheiro do agiota e deu minha casa como garantia, e a gente não sabia. A gente foi ameaçado, foi tudo, e foi tudo assim na época que meu irmão ficou doente, que meu irmão faleceu, eu perdi a minha casa, tive que... perdi assim... tive que vender minha casa para poder pagar o agiota. Daí eu tive que comprar outra casa, eu pago minha casa até hoje, inclusive isso, acho que foi um estresse, bem..... bem grande.</i></p>
Vivências percebidas no relacionamento no trabalho.	Refere-se às percepções de seus relacionamentos no trabalho, no que diz respeito ao relacionamento com superiores, pares e subordinados.	Vivências percebidas no relacionamento com os superiores.	<p><i>É assim eu to aprendendo a lidar com isso, a M. sempre falou pra mim assim você tem que deixar os outros fazer, você chega quer fazer tudo de uma vez, as vezes eu chego e vou na impressora e volto, passo... eu não chego... tem gente que chega, senta, vai lá pegar o café, vai conversar... eu não! Já chego trabalhando.</i></p>

		Vivências percebidas no relacionamento com os pares.	NÃO HOUVE FALAS
		Vivências percebidas no relacionamento com os subordinados.	<i>Na minha sala tem mais uma pessoa que me auxilia, eu percebo que ela não consegue ser ágil, como eu sou, e isso acaba me afetando um pouco, porque aí eu já começo me estressar porque tipo assim: Eu estou escutando tudo o que ela está falando com a pessoa no telefone, até agora foi um caso, ela não consegue resolver. Ela fica tipo assim: Ela vai,vai,vai, até irritar a outra pessoa que está no telefone. Ai eu não dou conta, respiro, cato o telefone e vou lá e resolvo. Tipo assim: Eu consigo resolver, um minuto resolveu. Daí ela fala:" Ah e ai deu certo?" Mas tipo assim, irônico, aquilo já me dá um, uma sensação horrível. E é isso que eu não queria sentir, porque eu como coordenadora, acho que eu não de devo tomar essa atitude... de ficar com raiva, quer dizer, me dá raiva.</i>
			<i>Por que é assim, eu consigo fazer isso, mas as vezes eu não consigo entender que a outra pessoa não consegue, e cada tem o seu tempo, e isso aí eu entendo.</i>
Sentimentos percebidos com relação ao trabalho.	Refere-se às percepções de como se sente no trabalho, no que se refere às responsabilidades e carga de trabalho que lhe são atribuídas, bem como ao ambiente de trabalho no qual está inserida.	Percepção de responsabilidade.	<i>Eu sou muito certa, correta no trabalho, tanto que quantos anos que eu estou lá né? Que nem eu falo, eu não saio de casa para fazer um negócio mal-feito, senão eu ficaria na minha casa. E eu vejo que as vezes nas outras pessoas, são mais tranquilas, são mais calmas e não é estressada, acho que isso que me estressa, as vezes o comportamento de outra pessoa, a meu ver é errado, eu ser desse jeito, eu sou consciente... bem consciente (risos)</i>
			<i>eu não consigo dar meu trabalho para outra pessoa fazer, que eu sei que ela vai fazer errado.</i>

Percepção sobre reconhecimento do que realiza.	Refere-se às percepções sobre o reconhecimento que recebe pelo que realiza para com a família de origem, a família atual e no trabalho.	Percepções quanto à carga de trabalho.	NÃO HOUVE FALAS
		Percepções quanto ao ambiente de trabalho.	NÃO HOUVE FALAS
		Na relação com a família de origem.	<p><i>E meu irmão, eu estava com meu irmão caçula e a gente era muito amigo eu e meu irmão, era como se eu fosse mãe dele, e meu irmão ficou doente e meu irmão faleceu... e minha mãe deu a metade da oficina pra mim e metade para o meu outro irmão que veio trabalhar junto comigo, e meu irmão sempre tacava na minha cara que eu não fazia nada, meu irmão falou “você não serve para nada”, tipo assim falava desse jeito comigo perto de cliente, e eu sempre falava comigo dentro de mim “Um dia eu vou arrumar um trabalho que todo mundo ainda vai me reconhecer”, Mas eu ficava quieta, chegava na minha casa e chorava horrores, daí um belo dia eu mandei esse currículo para a empresa e eu fui contratada, daí quando eu fui avisar ele que eu não ia ficar mais, tipo assim, a oficina era minha metade, eu não ganhei 1 real da oficina, eu sai sem nada. E ele falou assim “como você vai me deixar aqui?” “Você falou durante 1 ano que a gente trabalhou junto, você falou que eu não prestava para nada, você me humilhou na frente de cliente falando que eu não servia para nada, que eu não fazia nada direito’. Daí hoje eu arrumei um trabalho, então é isso que eu acho que eu me cobro. E hoje eu sou elogiada!</i></p> <p><i>Mas eu acho que eu me cobro mais por causa disso, desse meu irmão ter falado isso de mim.</i></p>
		Na relação familiar atual.	NÃO HOUVE FALAS
		No ambiente profissional.	<p><i>Sim! Porque assim eu não sou cobrada no trabalho, eu posso te falar, a Maiara que é minha gerente ela não me.... ela não cobra, ela me chama na sala dela para falar que eu estou fazendo até coisas de mais. Assim eu não sou cobrada, então é eu que me cobro mesmo, eu tenho isso de mim.</i></p>

			<i>o que importa é o que o dono da empresa fala e o que o gerente fala, eu sempre fui elogiada, ninguém reclama do meu trabalho, nunca fui chamada atenção, eu falo que acho que é por isso que eu me cobro</i>
Vivências de situação de violência	Refere-se às percepções sobre situações de diferentes tipos de violências sofridas a partir de sua família de origem, sua família atual e no ambiente profissional.	Na relação com a família de origem.	<i>Porque meu irmão me humilhou muito.</i>
		Na relação familiar atual.	NÃO HOUVE FALAS
		No ambiente profissional.	NÃO HOUVE FALAS
Autopercepção	Refere-se às percepções que tem sobre si mesma como um indivíduo/pessoa, como mãe, esposa e profissional.	Como indivíduo.	NÃO HOUVE FALAS
		Como mãe.	NÃO HOUVE FALAS
		Como esposa.	NÃO HOUVE FALAS
		Como profissional.	<i>E eu quando vou trabalhar não, eu foco naquilo que estou fazendo para não ficar... tipo assim, tem dia que ela leva o dia inteiro para resolver um negócio que eu consigo em cinco minutos, e não porque eu sou coordenadora, não é nada disso antes... eu sempre fui assim antes de ter cargo algum, eu não sei se sou eu que sou assim.</i>
			<i>Já faz uns dois anos pra cá que eu percebi que eu sou muito imediatista, eu quero as coisas pra ontem</i>
			<i>Então isso daí vai me irritando como o modo da outra pessoa de ser, e eu não queria ser assim.</i>
			<i>Porque é que nem eu falo para a M., as vezes eu vou embora todo dia com a sensação de que eu não fiz nada no trabalho, e a M. fala “eu também sou assim”. Sabe quando você vai trabalhar e a sensação de que você não fez nada o dia inteiro?</i>
			<i>é assim eu tento fazer o máximo que eu posso pela empresa.</i>
			<i>Eu não tive outros trabalhos! Porque assim, é....eu tinha meus filhos pequenos e meu marido não deixava eu trabalhar, ele falava “Porque trabalhar querida, os filhos são pequenos”.</i>

Percepção de suporte emocional.	Refere-se às percepções que tem do suporte emocional que recebe da família, dos amigos e no trabalho .	Percepção de suporte emocional na família.	<i>Ah, eu fiquei bem mal! Porque aí eu tinha que lidar com meu marido, que meu marido chora mesmo, meu marido é bem sentimento mesmo, e eu sou mais razão. Então eu tinha que lidar mais quando ele chorava, daí tinha que falar, conversar, daí eu tinha que ligar para a minha filha, “liga para o seu pai, porque ta assim e assim...”</i>
		Percepção de suporte emocional na vida social.	NÃO HOUVE FALAS
		Percepção de suporte emocional no trabalho.	<i>a M. (chefia) nossa eu falo que ela é uma benção porque eu adoro ela assim, ela falou “eu sabia que ia acontecer isso com você”. Ai ela falou “você vai ficar ai quietinha na sua casa”, eu fiquei mal mal mesmo.</i>
Percepção de estresse.	Refere-se a como percebe o estresse em si mesma, incluindo sintomas físicos, psicológicos e comportamentais.	Percepção de sintomas físicos advindos do estresse.	NÃO HOUVE FALAS
		Percepção de sintomas psicológicos advindos do estresse.	<i>Sabe aquele sentimento de tristeza, e é uma coisa que eu não queria sentir. Eu tive que tomar escitalopram, por que eu fiquei assim com muito sentimento de tristeza mas eu te falar o que que era, eu não sei... não era por causa dos meus filhos, eu não sei se era por causa do trabalho, eu não sabia o que era, sabe quando era um acumulo de coisas.</i>
		Percepção de sintomas comportamentais advindos do estresse.	<i>uns 2 meses atrás, acho que foi isso, antes de... acho depois que já tinha saído, antes de férias, eu cheguei minha na casa sentei no vaso do banheiro comecei a chorar, mas eu chorava assim, de chorar mesmo.</i>
			<i>Mas Eu falei assim eu tinha que chorar pra por pra fora, quando eu estou muito mal eu choro</i>
			<i>Eu chorei, mas chorei um monte mesmo, parecia que estava lavando minha alma.</i>

Modo de enfrentamento aos eventos estressores (<i>Coping</i>).	Refere-se a como percebe a forma com a qual lida com os estressores na família, na vida social e no trabalho.	Na família	<i>Sabe quando vem aquela coisa assim que você não aguenta, meu marido chego no banheiro e falou assim, “que se ta chorando, é por causa do M., é por causa do MC., é por causa da B., a M. te fez alguma coisa”, eu falei não fez nada, eu preciso por isso pra fora deixa eu chorar e aí ele saiu sabe.</i>
		Na vida social	<i>Eu não, eu não sou de falar, por isso se as vezes eu vou falar a outra pessoa não vai gostar de escutar, porque tem gente que não gosta de escutar o que você vai falar, eu não se a pessoa for falar alguma coisa que não é legal de mim eu aceito numa boa, por que é uma coisa que vai melhorar, as vezes quem ta meu lado não gosta.</i>
		No trabalho	<i>Porque eu falo, ninguém é igual a ninguém, isso eu to bem assim, então as vezes eu falo que na hora que eu vejo que eu estou saindo.... que eu vou estressar, eu levanto, desço, vou dar uma volta, depois eu falo de novo, respiro.... Por que ninguém é igual a ninguém né?</i>
			<i>Mas eu fiquei mal uns dois dias não conseguia ir trabalhar para você ter uma ideia</i>
			<i>Eu nunca... nunca coloco pra fora, eu sempre vou guardando pra mim.</i>
			<i>Daí em fiquei uns dois dias em casa sem ir trabalhar, e a M. “pode ficar quietinha ae na sua casa” daí eu fiquei depois eu melhorei.</i>

CASO 2 - QUADRO DE CATEGORIZAÇÃO DE FALAS DA ENTREVISTA

Categorias	Definição	Subcategorias	Caso 2
Vivências parentais VP	Refere-se às percepções das práticas parentais, vivenciadas durante sua vida, tais como com a mãe, com o pai, os irmãos, avós, tios e com os filhos.	Vivências recordadas com a figura materna.	<i>A minha mãe é sempre foi, também muito é carinhosa é... sempre nunca deixou nenhum dos 2, né, sempre trabalharam muito para dar tudo para a gente é e na medida que eles que eles podiam, a gente nunca ouviu um não.</i>
			<i>Nunca, não foi uma coisa assim, aí hoje não vai comprar porque não sei...então assim... Eu não me lembro de ter passado vontade de alguma coisa ou falar, nossa, eu queria ter comido isso, eu fiquei com muita lombriga e minha mãe não me deu, né? É...eu acho que é sempre assim, sempre tive diálogos com ela, eu acho que eu só tenho lembranças boas também assim sempre....</i>
		Vivências recordadas com a figura paterna.	<i>Ah... eu acho que ele era...eu não tenho memórias, é lembranças ruins do meu pai na minha infância... Não tenho assim...eu tenho...ah rígido sim, né, eu tenho memórias dele batendo no meu irmão, eu nunca apanhei...</i>
		Vivências recordadas com os irmãos.	<i>Entendeu? Ele vai e volta, eu falo que gosta né? Porque ele começou a usar drogas muito cedo, depois ele foi pro crack... Mais assim, 6 internações, psiquiatra, é... evangélicos, umbanda, onde minha mãe pode levar, neurologista, apanhou, o meu pai pôs para fora de casa, acolheu. O que pode ser feito fez, é mas ele não conseguiu sair.</i> <i>[Sobre os usuários] Eu queria colocar todo mundo para fora. Muitas vezes eu coloquei todo mundo pra fora, não sei como eu não apanhei, como não morri, entendeu? Muitas vezes eu coloquei.</i>

			<i>Tinha as confusões com o irmão como todo lugar, todo lugar. Mas a gente saía junto, a gente conversava, por exemplo, o meu gosto musical e do meu irmão mais novo é muito parecido com o mais velho, porque teve essa influência ruim.</i>
		Vivências recordadas com os avós.	NÃO HOUVE FALAS
		Vivências recordadas com os tios.	NÃO HOUVE FALAS
		Vivências recordadas na educação dos filhos, como mãe.	NÃO HOUVE FALAS
Vivências percebidas nos relacionamentos familiares atuais.	Refere-se a vivências experimentadas nas relações familiares atuais que exercem influência, positiva ou negativa, sobre a participante.		<p><i>Eu tenho um problema de relacionamento com o meu irmão caçula. É, ele é usuário de droga, né? Então assim, eu tenho um problema de relacionamento com ele, porque ele é usuário de droga, senão não teria problema, né? No exato momento ele está preso, então isso para mim é um conflito muito grande, entendeu? É uma coisa que não... não tenho uma aceitação muito bem dele ter ido para isso, dele ter ficado preso.</i></p> <p><i>eu estou sempre em estresse com ele, porque aí ele pede alguma coisa, ele pede mais ou ele pede mais, ele quer dinheiro, ele quer nos tirar, sabes coisas assim. E a preocupação, porque eu tenho medo que aconteça algo com ele lá.</i></p> <p><i>Primeiro foi meu outro irmão. Meu irmão morreu em 2013 num acidente de caminhão. Meu pai também era doente já tinha tido 4 AVC, não enxergava, minha mãe ficou 14 anos, mais de 14 anos sem andar, né? Aí eu fui indo, aí meu pai morreu, né? Quando fazia exatamente 5 meses que meu irmão tinha falecido, é, eu peguei meu pai convulsionando, tendo outro AVC, e meu pai ficou uma semana internado e faleceu. Aí eu fui no vucó vucó, e daí ainda tem minha mãe, né... aí poxa, perdeu em 5 meses meu irmão e o marido, e fui indo fui indo... na hora que a minha mãe faleceu, despencou, abriu o chão né? Logo depois outro... Então eu acho que quando eu venho para o falecimento do meu tio foi um gatilho, né?</i></p>

Vivências percebidas no relacionamento no trabalho.	Refere-se às percepções de seus relacionamentos no trabalho, no que diz respeito ao relacionamento com superiores, pares e subordinados.	Vivências percebidas no relacionamento com os superiores.	<i>Eu acho que todo trabalho tem cobrança, isso daí não existe. E falar que nem um trabalho não tem cobrança? Todos têm, mas a as coisas pioraram bastante em relação a isso. Não é a cobrança, mas é de que forma faz. É uma cobrança sem dar esse suporte que a gente precisa.</i>
			<i>Por exemplo, quando o diretor foi me dar a minha devolutiva, ele falou assim, " Olha isso é um resultado do bom trabalho que você faz", mas aí eu fiquei pensando, se os alunos... eu faço o trabalho que eu faço hoje e os alunos não gostassem de mim, e votasse ruim em mim, é quer dizer aí, eu poderia... ele poderia achar que eu não faço um bom trabalho?</i>
			<i>Nossa, eu tinha uma diretora que não ia pra escola, deixava tudo para para eu fazer e me desautorizava, né? Aí ela não ia pra escola, eu ficava sozinha e ela me desautorizava. Você imagina eu estava dentro do Ambiente que era só eu e ela tentava a todo momento me desautorizar. É como, ela queria, o aconteceu, demorou para aquela começar a me desautorizar, ela depois de mais de um ano mais ou menos, do segundo ano ela começou a fazer isso, ela não ia, mas ao mesmo tempo ela não queria que desse certo eu lá sozinha, sabe uma pessoa meia boca totalmente, na verdade.</i>
		Vivências percebidas no relacionamento com os pares.	<i>Mas eu não quero ir, porque há vai ser... ah sei lá, é... e aí vai ser aquele dia assim: Ah vai ser um dia que vai ter muita reclamação. Ai alguém vai reclamar de alguma coisa. Alguém vai ficar fazendo história sabe?</i>
			<i>Então, aí eu fico me colocando no lugar deles, é... são bons profissionais que chegam que dão aula, que né, não sei o que, mas tem o jeito deles de não interagir são quietos, e eu já chego fazendo o fuá. E...e recebem uma votação baixa, uma porcentagem baixa, pô eu falo assim, vai se sentir o que né?</i>

			<i>Eu acho que eu tenho um bom relacionamento, tenho relacionamento. Com, com, com todos. É, me relaciono bem com todo mundo à, mas se deixar, eu converso até com a sua... com seu abajur.</i>
		Vivências percebidas no relacionamento com os subordinados.	<i>Sobre os alunos: Eu as vezes falo assim para eles: "Gente eu morri?" Eles olham assim assustados "Não"! "Ai que susto, pensei que vocês não estavam mais me vendo aqui". Porque eu estou falando, ninguém está respondendo... porque assim ó, bom dia! Às vezes ninguém responde bom dia, boa tarde, tchau.</i>
			<i>É uma coisa assim, mas é assim tem que ...é uma luta constante. Você tem que lutar para poder trabalhar, né? Para ser ouvida para colocar uma atividade em prática, é é porque de uma de 100% é 30% que quer, 20% quer.</i>
			<i>Esse ano eles me deram um monte de sala, do Projeto de Vida, porque acho que sou eu que estou dentro dessa... dessa dinâmica aí, porque os alunos me ouvem, porque eu faço um bom trabalho, então ruim de tudo não é.</i>

		<p><i>Ela (uma professora) falou com uma professora lá que ela falou pra mim que que eu tinha que reconhecer que não era competente e sair da coordenação, que era ela que era competente, não eu. E aí, é lógico que isso chegou para mim, né?</i></p> <p><i>Ai eu falei gente, além de tudo ela distorce, nossa naquele dia, eu juro por Deus, eu queria voar no pescoço dela. Então falei pra diretora, eu não posso ficar perto dessa moça hoje, que hoje eu vou voar pra cima dela, ela passava eu imaginava assim ó eu no pescoço dela espremendo. E eu não gosto desse desse tipo de sentimento...</i></p> <p><i>E aí, é lógico que isso chegou para mim, né?</i></p> <p><i>Ai eu falei gente, além de tudo ela distorce, nossa naquele dia. eu juro por Deus, eu queria voar no pescoço dela. Então falei pra diretora, eu não posso ficar perto dessa moça hoje, que hoje eu vou voar pra cima dela, ela passava eu imaginava assim ó eu no pescoço dela espremendo. E eu não gosto desse desse tipo de sentimento...</i></p>
		<p><i>Ela proibiu todos os funcionários de me avisar se ia faltar. Aí eu chegava na escola não tinha mais ninguém, mas cadê fulano? avisou, mas avisou a ela, mas não está aqui, como avisou ela, se é eu que estou aqui. Então eu comecei a cansar, sabe? E outra coisa, não, não tem ninguém que chegue para você, que seja uma coisa boa e isso começou também e sugar demais?</i></p>

Sentimentos percebidos com relação ao trabalho.	Refere-se às percepções de como se sente no trabalho, no que se refere às responsabilidades e carga de trabalho que lhe são atribuídas, bem como ao ambiente de trabalho no qual está inserida.	Percepção de responsabilidade.	<i>É, é assim, é aluno, é pai, é qualquer funcionário, é professor, não tem ninguém, é coordenador, né! Não vem ninguém, de te trazer uma coisa boa, uma coisa legal, é só Problema, só reclamação é só.... eu falava assim eu não quero mais isso, porque eu não desligava! Era 10 horas da noite, eu estava pensando, puxa vida, será que eu devia ter feito isso? Será que eu devia ter feito diferente? Será que eu não apoiei esse meu colega? é eu, eu me cobro muito e aí eu comecei, eu falava, não, não quero mais, não quero mais, eu falei não, e aí depois ia mudar o horário de saída.</i>
		Percepções quanto à carga de trabalho.	<i>Não tem cabimento não fazer [o que precisa ser feito], mas eles não dão pra gente condições boas se fazer [o trabalho]. Eu tenho que fazer um login 10 vezes, e aí pega aquelas coisas de verificação: quais imagens que são doces? Sabe falar coisas assim, quais imagens estão embaça fiz isso mais de 10 vezes hoje? Hoje! Então estava num estresse, num estresse... Por que, viu, qual... qual a necessidade disso? Pra que fazer isso? Sabe? Então parece assim, nós estamos sempre errados. Tudo tem que penalizar o professor.</i>

			<p><i>Aí eu fiquei 2 anos dando aula, depois eu fiquei 2 anos na vice direção tá, aqui no Cene mesmo, aí no aí o último ano da da vice. direção Não, eu não queria, eu só não saí em junho, no início do ano. Porque se não a professora ia perder todas as Aulas, porque eu tinha uma professora que estava com todas as minhas aulas. Então, se eu saísse em junho, ela ia ficar sem aula nenhuma, sem emprego, sem nada, mas a vice direção não foi uma experiência legal para mim.</i></p>
		Percepções quanto ao ambiente de trabalho.	<p><i>Mas... é essa cobrança, essa loucura, essa loucura que você fala meu Deus, a gente vai nadar, nadar e morrer na praia né? Na PEI tem uma avaliação né. O ano passado eles mudaram, o ano passado só os alunos avaliaram a gente, é... mas assim foi uma coisa muito radical, porque assim se o professor não foi bem avaliado, o diretor poderia mandar ele para o além. Independentemente de ser efetivo ou não, e a gente sabe que aluno... as vezes o professor tem um bom trabalho, mas não é aquele professor legal, mas ele dá aula só não é um professor legal, vai votar mal, não tem jeito né.</i></p>
Percepção sobre reconhecimento do que realiza.	Refere-se às percepções sobre o reconhecimento que recebe pelo que realiza para com a família de origem, a família atual e no trabalho.	Na relação com a família de origem.	NÃO HOUVE FALAS
		Na relação familiar atual.	NÃO HOUVE FALAS
		No ambiente profissional.	<p><i>E eu fui..., eu não sei assim a classificação né, mas foram 5 professores que foram bem votados, e eu fiquei dentro desses 5. É então, é legal, a minha porcentagem foi 90,6%, uma coisa assim, então eu acho que isso é uma gratificação né?</i></p>
Vivências de situação de violência	Refere-se às percepções sobre situações de diferentes tipos de violências sofridas a partir de	Na relação com a família de origem.	NÃO HOUVE FALAS
		Na relação familiar atual.	NÃO HOUVE FALAS

	sua família de origem, sua família atual e no ambiente profissional.	No ambiente profissional.	NÃO HOUVE FALAS
Autopercepção	Refere-se às percepções que tem sobre si mesma como um indivíduo/pessoa, como mãe, esposa e profissional.	Como indivíduo.	<i>eu tenho a péssima mania de deixar, é como que é? É procrastinar, né? A péssima mania, e isso também incomoda viu? Me incomoda, porque eu não queria ser assim, não acho que é certo ser assim.</i>
			<i>É, eu acho que eu me cobro muito e eu acho que eu fico muito com aquela preocupação assim, que eu acredito que seja um pouco da criação também é aquela coisa assim: Oque os outros vão pensar?</i>
			<i>Você sabe que o fato de eu ter sido é obesa isso foi um problema muito sério pra mim, não foi uma coisa que eu é... Eu fui ter começar a engordar, sabe? Ficar... ser alta, não. Começar a engordar, a lidar com essa coisa, isso foi um problema muito sério para mim, muito sério. [...] aí eu acabei fazendo a bariátrica no dia 2 de julho.</i>
		Como mãe.	NÃO HOUVE FALAS
		Como esposa.	NÃO HOUVE FALAS
		Como profissional.	<i>Eu sempre comento e falo o seguinte: Eu não consigo admitir um professor que não entre na sala de aula e não dê aula. Eu não trabalho assim! Você tem que brigar para fazer isso, tem!</i>
			<i>E aí? Isso me irrita também porque falam. Eu vou dizer assim. Até quando? Mas também eu não faço nada para mudar. Entendeu, né? E eu! Eu tenho, essa postura eu paraliso agora. Aí eu acho que agora eu não vou fazer, porque agora eu não vou conseguir.</i>
Percepção de suporte emocional.	Refere-se às percepções que tem do suporte emocional que recebe da família, dos amigos e no trabalho .	Percepção de suporte emocional na família.	NÃO HOUVE FALAS
		Percepção de suporte emocional na vida social.	NÃO HOUVE FALAS

		Percepção de suporte emocional no trabalho.	<i>Então isso vai me criando revolta assim. Mas e aí eu vou falar para quem isso? A gente fica entre nós, ali. Isso causa um desgaste também. Que isso cria um ciclo de reclamação. Tem hora que eu não quero ficar nem perto de ninguém na sala dos professores, porque eu não quero escutar, né?</i>
			<i>Reclamar para quem, né? Aí a gente fica ali, é um ciclo. Que fica todo mundo falando, reclamando. Aí nós estamos numa escola de período integral, aí você tem que escutar gestão falando. Há. Mas vocês escolheram trabalhar numa escola integral, sabe? Menosprezando ainda é... Mesmo a nossa profissão e eles, porque eles também são professores.</i>
Percepção de estresse.	Refere-se a como percebe o estresse em si mesma, incluindo sintomas físicos, psicológicos e comportamentais.	Percepção de sintomas físicos advindos do estresse.	<i>Essa sensação de ser sugada, de chegar em casa e eu não ter força para fazer nada e não querer fazer, sabe? De chegar em casa e ter que deitar...deitar, parar, ficar lá quieta e falar nossa não tenho força, não consigo nem me mexer, preciso ficar aqui parada.</i>
			<i>Mas eu estava super bem na casa da minha tia, da minha prima jantando, e aí eu comecei a comer sabe, quando, eu comecei sentir o garfo pesado, pra levar o talher até a boca, mastigando eu não conseguia fazer o movimento a língua pesada, eu falei nossa né! Eu estou tendo um AVC? Aí eu falei, ó, eu, eu vou, eu vou embora, eu vou apagar... dei Três Passos, aí eu falei assim, gente, eu não estou me sentindo bem, eu vou me sentar no sofá, aí eu parei, paralisei. Eu só mexia o olho. Eu tentava falar, eu não conseguia falar. Só aí assim, era muito engraçado porque todas elas foram me carregando, me levando no carro. E aí, daí eu fiquei no hospital e assim eu tentando e tentando falar, eu só mexia olho. Só o olho, sabe? Eu pensava assim, meu Deus, tive um AVC. E paralisei os 2 lados. Aí o médico que me atendeu, ele falou não, é uma crise de pânico!</i>
		Percepção de sintomas psicológicos advindos do estresse.	<i>É muitas vezes pra acordar e falar hoje eu não queria ir. "Aí, eu não queria ir trabalhar hoje" Aí o mesmo tempo falar "Perdão, perdão, gratidão, porque eu tenho um emprego aí e você entrar nesse conflito, nessa briga né?</i>

			<i>Ele falou, crise de pânico, me deu antidepressivo, eu precisei começar a tomar remédio para dormir depois que a minha mãe faleceu, porque eu não conseguia dormir.</i>
		Percepção de sintomas comportamentais advindos do estresse.	<i>Eu paro em frente daquilo, eu não consigo raciocinar, sabe? Porque tem gente que fala uma preciso fazer cara, tem uma praticidade. Eu fico, enrola, enrola, enrola, e aí eu deixo pra última hora, para os últimos minutos do segundo tempo.</i>
Modo de enfrentamento aos eventos estressores (<i>Coping</i>).	Refere-se a como percebe a forma com a qual lida com os estressores na família, na vida social e no trabalho.	Na família	NÃO HOUVE FALAS
		Na vida social	NÃO HOUVE FALAS
		No trabalho	<i>Eu sempre falo assim, intervalo não é pra falar de aluno, não é pra falar de sistema. Vamos rir? Vamos, né?</i>
			<i>Aí eu falei, se eu voltar para a sala de aula, eu vou trabalhar de manhã e só 2 dias à tarde, porque eu pegava uma sala à tarde e era assim. Eu ia sair 2 dias, eu saía 2 horas da tarde. Eu falei, eu vou ter paz, porque a minha sala de aula eu, eu controlo eu domino. E aí, se eu continuasse na... na vice direção, eu ia sair da escola 7 horas da noite vai ficar naquela loucura, naquele vuco vuco? Já não quero mais.</i>

CASO 3 - QUADRO DE CATEGORIZAÇÃO DE FALAS DA ENTREVISTA

Categorias	Definição	Subcategorias	Caso 3
Vivências parentais	Refere-se às percepções das práticas parentais, vivenciadas durante sua vida, tais como com a mãe, com o pai, os irmãos, avós, tios e com os filhos.	Vivências recordadas com a figura materna.	<i>Aí foi onde minha mãe, falou: "Você precisa fazer uma faculdade, né? Faz uma faculdade que eu pago, né?" Eu indicaria para você matemática, porque não tem professor de matemática. E eu não gostava de matemática. Tá bom, vou fazer. E aí eu fiz 4 anos, primeira licenciatura e 4 anos em matemática. Era online, mas eu tinha que ir direto no ponto, eu tinha muita dúvida, então tinha essa habilidade...</i>
			<i>Minha família hoje é minha mãe, só minha mãe... tenho meu tio também né que é o irmão do meu pai, mas eu falo que eu só tenho a minha mãe. É tenho o meu irmão... (silêncio) (choro) meu irmão fez a vida dele lá em Bauru, largou da moça, mas está lá..., mas eu sem a minha mãe não sei, então eu sei que o que eu precisar dela ela vai me ajudar.</i>
			<i>Tanto que quando ela deduziu que eu estava namorando uma menina, ela veio perguntar pra mim, aí eu já não tinha mais como negar e eu não ia mentir. Eu falei, não mãe, a gente está junto, me desculpa se eu te decepcionei sei lá se você esperava outra coisa, né! aí ela falou assim, que não, que tudo bem, que se eu estava feliz, que ela ia me apoiar</i>
			<i>Eu sempre fiz isso, né, aí eu levava e tudo bem, mas os cookies eu não estava conseguindo acertar no meu forno. Fui para o forno dela, saiu mais ou menos. Aí ela falou assim, que forno que assa? Falei, a mãe num forno elétrico com convecção que tem até ventoinha. Aí ela começou a pesquisar, pesquisar. Aí ela me comprou um forno.</i>
			<i>Então ela sempre foi meio fechadona, então não conversava muito com ela, nada, né! Ficava Ali, só eu, eu e eu, mas hoje ela continua do mesmo jeito, Mas hoje eu já entendo.</i>

	Vivências recordadas com a figura paterna.	<i>Meu pai morreu muito jovem, com 43 anos. Câncer na garganta. Eu tinha 18, acho na época. É. Foi terrível, por mais que minha mãe não tinha uma relação boa com ele, eu tinha uma relação boa com ele.</i>
		<i>Então eu tinha né, eu gostava, eu ia lá, ele fazia de tudo para mim, né? Tudo que ele podia também, né?</i>
		<i>Ah meu pai ele gostava...Eu lembro de quando ele ia me buscar na escola, ele era pedreiro. Ele ia me buscar com o carrinho de pedreiro, eu vinha dentro do carrinho assim, subia o Conti, subia aquela subidona, eu ia dentro do carrinho de pedreiro e depois, na adolescência, foi quando eu comecei a namorar, né! Que aí o pai das crianças, foi lá, tudo conversar, tudo pinta de bravo, não vou deixar, não sei o quê, mas um pouco de ciúme.</i>
	Vivências recordadas com os irmãos.	<i>? Eu e o meu irmão, meu irmão também era pequenininho morava com a minha vó e a minha mãe nunca foi aquela pessoa de demonstrar sentimentos</i>
		<i>O Rafael é muito fechado, muito antissocial, não gosta de gente</i>
	Vivências recordadas com os avós.	NÃO HOUVE FALAS
	Vivências recordadas com os tios.	<i>A minha mãe sempre trabalhou muito, né? Então eu ficava na creche com a minha tia enquanto ela trabalhava, né?</i>
		<i>eu me acostumei, acostumei dela ser assim, né! a minha tia, não, a minha tia era sempre muito amorosa, sabe?</i>
		<i>A gente não ficava junto às vezes, né? Mas então é por isso que eu falo da minha tia me criou porque eu vivia mais com a minha tia com minha mãe</i>
		<i>Al minha tia, sempre foi, nossa, fazia tudo, de tudo para mim, A minha companheira.</i>
	Vivências recordadas na educação dos filhos, como mãe.	NÃO HOUVE FALAS

<p>Vivências percebidas nos relacionamentos familiares atuais.</p>	<p>Refere-se a vivências experimentadas nas relações familiares atuais que exercem influência, positiva ou negativa, sobre a participante.</p>	<p><i>E a gente ficou ali um tempão, só que aí ele sempre priorizou o trabalho e nunca a família. Quando, eu fiquei grávida da Mariana, eu ganhei a Mariana no dia 16 e no dia 17 ele voltou a trabalhar, não ficou nem os 5 dias que ele tem direito, falava mais não porque agora tem a menina, eu preciso de dinheiro, e não sei o que não sei o que lá... Tá beleza saiu. Só que aí era muito, era só eu, minha tia e minha mãe, ele não podia contar com nada numa consulta da menina, era sempre só nós. A coisa foi desgastando, foi desgastando, aí teve um Dia dos Namorados que ele foi, e ele preferiu ir dormir na padaria do que ficar comigo em casa. Foi indo foi indo foi indo, aí eu não quero mais, estou cansada, não quero tá, aí nesse meio do caminho, tinha... Tinha boatos na época que ele tinha saído com uma moça. do outro serviço? Antes da gente ter a padaria. E aí voltou esse boato né, falei mais como, né? Não, porque agora fulano veio falar que você ficou com a moça lá... No banheiro do mercado! Todo mundo sabia e eu tonta ia no mercado, e não sabia de nada beleza. Aí ele confessou pra mim, depois num dia que a gente estava brigando ele confessou! Ah eu fiquei com ela mesmo, não sei o que, não sei o que lá, falei, então você sai da minha casa agora! Sai da minha casa agora e não apareça mais aqui.</i></p> <p><i>Sai de só às vezes, porque tive um desentendimento com o pai das crianças esses dias, aí já briguei com ele, falei um monte, então ele quase não está vindo ver as crianças.</i></p>
--	--	--

Vivências percebidas no relacionamento no trabalho.	Refere-se às percepções de seus relacionamentos no trabalho, no que diz respeito ao relacionamento com superiores, pares e subordinados.	Vivências percebidas no relacionamento com os superiores.	<p><i>Outra coisa que agora... não só ele, que como coordenador vai ver minha aula, e sim às vezes a PEC, que a gente chama o professor, coordenador lá na diretoria. E aí ela só chega e entra na sua aula ninguém te avisa e começa a assistir sua aula. Então, o coordenador, ele é uma pessoa bem fechado, já tive coordenadores N tipos de pessoas, mas ele é bem fechado né, com cara de bravo. Eu sei que ele está ali para me ajudar né! Mas é intimidador...chega a ser intimidante às vezes, né? Você tá ali, alguém está te olhando, te avaliando, né! Será que estou fazendo direito, ou o que que eu estou fazendo errado, ou estou fazendo tudo errado e nada direito.</i></p>
			<p><i>Para mim eu sentia algo muito pesado desde a primeira vez que o diretor me viu, eu já percebi que ele não tinha gostado de mim né.</i></p>
			<p><i>estudo em casa, preparo aula em casa, 10 /11 horas da noite eu passando aula... Para chegar no outro dia caso alguém apareça ali, eu tenho o conteúdo já programado de dar</i></p>
		Vivências percebidas no relacionamento com os pares.	NÃO HOUVE FALAS
Sentimentos percebidos com relação ao trabalho.	Refere-se às percepções de como se sente no trabalho, no que se refere às responsabilidades e carga de trabalho que lhe são atribuídas, bem como ao ambiente de trabalho no qual está inserida.	Percepção de responsabilidade.	<p><i>Início de pandemia terrível, porque ninguém sabia o que fazer, não tinha nada, escola vai fechar 15 dias, A gente vai mandar atividades para as crianças no WhatsApp e começa a montar grupo e você vai tentando montar atividade para criança. Aí aí baixa um aplicativo aí par as nossas reuniões da ATPC, tem não sei o que, não sei que lá uma zona momento de pandemia.</i></p>
			<p><i>Porque acho que é fulano está fazendo da escola, está fazendo desse jeito, tem que tentar fazer o mesmo, e era de um dia para o outro, hoje você não tinha nada para, amanhã você tem... amanhã você já tem que baixar o aplicativo, tem que mandar atividade para todas as salas que você tem, porque as crianças não podiam ficar sem matéria, mais ninguém fazia.</i></p>

			<i>Aí a pressão na cabeça será que as crianças vão atingir o índice da prova que mede todo final do ano, né? Então, se fica com aquilo na cabeça o tempo todo</i>
		Percepções quanto à carga de trabalho.	NÃO HOUVE FALAS
		Percepções quanto ao ambiente de trabalho.	NÃO HOUVE FALAS
Vivências de situação de violência	Refere-se às percepções sobre situações de diferentes tipos de violências sofridas a partir de sua família de origem, sua família atual e no ambiente profissional.	Na relação familiar atual.	<i>Ele me deu um chute no peito, no que ele meu deu um chute no peito! A Mariana (filha), viu.</i>
		Na relação com a família de origem.	NÃO HOUVE FALAS
		Na relação familiar atual.	NÃO HOUVE FALAS
		No ambiente profissional.	NÃO HOUVE FALAS
Autopercepção	Refere-se às percepções que tem sobre si mesma como um indivíduo/pessoa, como mãe, esposa e profissional.	Como indivíduo.	<i>hoje eu me vejo uma pessoa psicologicamente abalada, com tudo né</i>
			<i>Nunca fui de ter amigos, porque eu me classifico como uma pessoa chata. Porque o que eu tenho pra falar, eu vou falar na tua cara não vou falar por trás. Sabe, e se eu precisar apontar o dedo, eu vou apontar, então a maioria das pessoas não gostam, né?</i>
		Como mãe.	NÃO HOUVE FALAS
		Como esposa.	NÃO HOUVE FALAS
		Como profissional.	NÃO HOUVE FALAS
Percepção de suporte emocional.	Refere-se às percepções que tem do suporte emocional que recebe da família, dos amigos e no trabalho .	Percepção de suporte emocional na família.	<i>Eu estava sozinha com as crianças, fiquei sem força, vieram cortar minha força, vieram cortar minha água, vieram cortar minha internet, aí minha mãe " vamos embora comigo, deixa a casa aí". Não queria sair da minha casa, mas eu precisava.</i>
			<i>Então aí ali, todo o suporte que precisa ter ali, ela e minha avó. Minha avó tem 88 anos, mas é totalmente ativa.</i>

			<i>Mas eles ficaram lindos e eu falei, ah... aí ela (mae) falou: É para você, para você fazer o que você gosta. Eu gosto, a confeitaria em si é uma coisa que me acalma. Às vezes sai da pressão que tenho aqui na escola, eu vou fazer meus bolinhos, fazer qualquer coisa relacionada a doce me tira um pouco o estresse</i>
			<i>Mas é distante, é, não é aquela coisa, quando eu precisar de um socorro a vou pedir ajuda do meu irmão, não da</i>
		Percepção de suporte emocional na vida social.	<i>Não tinha uma equipe de professores unida. Quem é gestor não frequentava a sala dos professores porque não gosta de se misturar.</i>
			<i>No APPC as vezes tem briga, porque esse professor que não era entendido com as coordenadoras ia discutir, não sei o que, não sei o que lá, formava aquele barraquinho e não chegava a lugar nenhum, mas vai juntando, vai juntando aquilo, aí você fica... Uns te olhava na cara, outros não...</i>
Percepção de estresse.	Refere-se a como percebe o estresse em si mesma, incluindo sintomas físicos, psicológicos e comportamentais.	Percepção de suporte emocional no trabalho.	<i>Fábio posso sair? É meu horário de ATPC. [Ele dizia] Dani pode ir... "Aí Fábio, eu não estou bem, vou no médico, eu tenho uma consulta marcada, aqui está o meu atestado "Não Dani, não precisa de atestado, fica tranquila que nós não vamos marcar falta." nesse dia a mesma coisa, eu cheguei no outro dia e falei eu passei muito mal e meu atestado está aqui. Não fica tranquila, não vou colocar falta para você, eu entendo, tudo bem, mas eu passei muito mal, muito mal.</i>
		Percepção de sintomas físicos advindos do estresse.	<i>Uma crise de ansiedade muito forte que eu não conseguia respirar.</i>
			<i>É... a primeira vez foi na época da pandemia né, porque aí é tudo aquilo de uma vez, a gente não sabia como ia dar aula, não tem um documento nada para seguir, foi uma zona aí eu fiquei desesperada, e aí eu não conseguia fazer mais nada. Foi aonde eu fui a primeira vez o médico.</i>
		Percepção de sintomas psicológicos advindos do estresse.	<i>psicologicamente eu não sei como que eu aguentei, de verdade eu não sei, fiquei muito ruim, teve dia que eu fiquei muito mal no cérebro.</i>

		Percepção de sintomas comportamentais advindos do estresse.	NÃO HOUVE FALAS
Modo de enfrentamento aos eventos estressores (<i>Coping</i>).	Refere-se a como percebe a forma com a qual lida com os estressores na família, na vida social e no trabalho.	Na família	NÃO HOUVE FALAS
		Na vida social	NÃO HOUVE FALAS
		No trabalho	<i>Então eu fiquei afastada na pandemia quase um mês, nem olhava para o computador. Ele falava assim, você não vai fazer nada fora do seu horário de trabalho, nem mensagem de whatsapp você vai responder.</i>
			<i>Eu tomo meus remedinhos, como diz a minha mãe “Já tomou os seus remedinhos?” ela fala pra mim, eu falo já.</i>

CASO 4 - QUADRO DE CATEGORIZAÇÃO DE FALAS DA ENTREVISTA

Categorias	Definição	Subcategorias	Caso 4
Vivências parentais	Refere-se às percepções das práticas parentais, vivenciadas durante sua vida, tais como com a mãe, com o pai, os irmãos, avós, tios e com os filhos.	Vivências recordadas com a figura materna.	<i>Estressada era minha mãe, minha mãe era brava. Minha mãe é uma pessoa assim, extremamente brava, estressada, a gente a chamava de dona onça, porque ela era estressada, ela brigava muito brava, muito brava, mas também o coração gigante também desse jeito.</i>
			<i>a minha mãe era uma pessoa assim que ela por exemplo, se ela pegasse uma implicância com você, ah, ela não conversava com você por 10 anos... Não com o filho, com o filho não</i>
			<i>E aí ela fazia, mas com a gente não, filhas não, filhas era assim, brigava, mas é dois, três dias e já estava conversando de novo, sabe não tinha esse problema.</i>
			<i>mas assim, eu acredito que a minha mãe gostava mais do jeito dela, porque ela era mais séria, mais tudo certinho, sem bagunças, sem... né?</i>
		Vivências recordadas com a figura paterna.	<i>O meu pai ele é.... o meu pai é assim, o meu pai é aquele tipo de pessoa que ele briga com você agora, daqui a 2 minutos ele fala “vamos comer um pastel, vamos conversar?” (risos). Ele é assim, ele não perde nem o apetite e nem o bom humor.</i>
			<i>Sim! A minha mãe é dinâmica, muito dinâmica, meu pai também, meu pai não para até hoje, meu pai se bobear está pintando a casa, está com 89 anos.</i>
			<i>É o que eu te falei. Ele tem um problema, ele sempre enxerga uma solução, ele não é aquele que se desespera, sabe? E sempre falava para mim, assim “o isso nós vamos conseguir resolver calma que isso vai dar certo e às vezes eu queria fazer alguma coisa e eu sou meio acelerada, né? Não vai dar, mas não sei o que ele fala “calma, isso vai dar certo. A gente vai achar um jeito e vai dar certo, então é isso...”</i>

		Vivências recordadas com os irmãos.	<p><i>Assim, a minha irmã sempre foi a certinha, aquela que ia na reunião e falava assim, “nossa aquela menina quietinha é sua filha”? Aí chegava na outra “aquela capeta é sua filha?”</i></p> <p><i>Então, assim, minha irmã sempre foi muito quieta e minha irmã não conversa, é tipo assim, se ela ficar com você 20 minutos só você fala, e ela só mexe a cabeça(risos) fica quieta, sempre foi assim. E eu nunca pude ter muito papo com ela, porque ela é assim, ela é aquela que você pergunta um negócio e ela responde sim, não, não sei, entendeu? E eu não, eu sou a que fala mais que...</i></p>
		Vivências recordadas com os avós.	NÃO HOUVE FALAS
		Vivências recordadas com os tios.	NÃO HOUVE FALAS
		Vivências recordadas na educação dos filhos, como mãe.	<p><i>Então, eu sempre sou uma pessoa assim, eu sempre tive facilidade com as coisas e eu sempre tive é... positivismo tal. Mas quando eu perdi a menina, eu fiquei num círculo ali de tristeza muito grande</i></p> <p><i>É! eu acho que é isso. A única diferença nossa, é assim que, apesar de eu ser muito amorosa, eu não sou pegajosa não, não fico te pegando, te abraçando, te beijando, ele fica, ele fica. (risos)</i></p> <p><i>É! Eu toda semana eu vou no cemitério e aí o coveiro, ele falou assim para mim, primeira vez que perdi minha filha, ele falou assim pra mim. “Ah, geralmente as pessoas quando é marido, quando é esposa, vem um mês, vem dois meses, no máximo seis meses, aí eles param. Mãe não, mãe demora mais ele falou, mãe, é uns dois anos, três anos, aí para. Aí vem só nas datas. E... eu vou todo domingo no cemitério há 20 anos, então é aí ele falou que eu saí meio fora da....</i></p>

<p>Vivências percebidas nos relacionamentos familiares atuais.</p>	<p>Refere-se a vivências experimentadas nas relações familiares atuais que exercem influência, positiva ou negativa, sobre a participante.</p>	<p><i>Mais estressante de todos foi esse momento porque eu já vinha com um problema na família, que é meu filho com depressão...</i></p> <p><i>Meus filhos dividiam um quarto, ah, era uma briga, porque dois adolescentes juntos no mesmo quarto, só que em 2021, a minha mãe faleceu, tudo isso no meio da pandemia e aí eu acabei indo morar numa casa maior porque eu fui morar do lado do meu pai, fui morar numa casa muito maior, para não deixar ele sozinho. Ele não queria sair da casa dele e não queria que ninguém morasse com ele, então eu fui morar na casa do lado.</i></p> <p><i>Foi, então ela teve um câncer de... como que chama? É... nossa, é deu um branco.... é pâncreas. Agressivo e muito rápido, e aí eu me vi assim numa situação, porque é meu pai sozinho, meu pai tem 89 anos já, então, assim, meu pai sozinho não queria sair da casa dele, não queria eu na casa dele com os meninos, porque os meninos têm todo um barulho, né? E ele..." não vai dar certo de morar junto, e aí eu ficava subindo, descendo, subindo, descendo da minha casa por causa dele, a minha casa por causa dele, e a casa do lado era da minha avó.</i></p> <p><i>Misturou, sabe? Misturou de uma forma, claro que o meu filho é muito mais importante, se eu tivesse que "ai larga eles brigando lá e vou cuidar do meu filho", muito mais importante. Então é isso, sabe? Eu acho que misturou tudo, só que o sofrimento dele ainda é o que mais me sobrecarregava, porque a robótica que ficasse pra lá, entendeu?</i></p>
--	--	---

Vivências percebidas no relacionamento no trabalho.	Refere-se às percepções de seus relacionamentos no trabalho, no que diz respeito ao relacionamento com superiores, pares e subordinados.	Vivências percebidas no relacionamento com os superiores.	<p><i>É toma e se vira, quando eu entrei na robótica foi em 2011, eles mandaram 3 malas de lego, um tapete com as missões em cima lá e falaram para mim, você tem de programar um robô para fazer isso... isso... Eu falei gente, como que é que programa um robô? Aí eu peguei e falei, não sei fazer isso, e agora? Eu vou ter que estudar, vou ter que aprender. Cheguei para minha supervisora, eu falei para ela assim, “viu, eu não sei programar um robô, eu não sei fazer nada de lego, eu gostaria para te pedir para não participar desse torneio, porque eu, é daqui 3 meses e eu não vou ter essa condição porque eu não sei nem mandar o robô pra frente.” Ela estava escrevendo ela nem olhou pra mim, e depois falou assim “você vai!” e continuou escrevendo. Eu virei as costas e fui para a sala de informática, olhei para aquela mesa, olhei para aquele monte de peças de lego, eu falei, gente, o que que eu vou fazer? Eu chorei 40 minutos contado no relógio era 4 horas, eu lembro que eu olhei ele na hora de 4 horas, quando eu olhei era 4:40, eu chorando, ainda falei, não. Eu não vou chorar mais, eu falei assim, “eu vou entrar na internet, eu vou pesquisar como é que faz isso ,e u vou tentar falar com alguém que faz robótica, vou encontrar alguém nessa internet...</i></p> <p><i>Agora sim, agora sim, porque assim, a Michele é doidona, né? Está sempre lá, é sempre rindo, há coisas mais sérias, mas ela é uma pessoa muito justa, muito... então assim, ela escuta, ela dá apoio, então isso é muito bom!</i></p>
		Vivências percebidas no relacionamento com os pares.	NÃO HOUVE FALAS
		Vivências percebidas no relacionamento com os subordinados.	<p><i>É, é o último semestre que foi o mais difícil, quando o João Henrique operou em agosto, começou depressão dele, começou toda essa confusão na robótica, a partir de agosto e foi em agosto que eu comecei com a equipe nova, que foi essa equipe nova que deu esse problema todo...</i></p>

			<p><i>Não, não no geral não, é uma equipe boa, uma equipe que se ajuda pessoas bacanas, sabe? Não tem nada de fala pra você assim, ah, eu vou trabalhar forçada não, entendeu? Eu gosto da equipe, gosto das colegas, gosto, gosto de verdade, mas é aquela coisa, né? Tem dia que você está bem tem dia que você não está, né?</i></p>
Sentimentos percebidos com relação ao trabalho.	Refere-se às percepções de como se sente no trabalho, no que se refere às responsabilidades e carga de trabalho que lhe são atribuídas, bem como ao ambiente de trabalho no qual está inserida.	Percepção de responsabilidade.	<p><i>E eu acho que foi muita coisa junta e eu estava lidando com uma equipe que eu nunca tinha treinado assim de Soccer... De um campeonato que eu não entendia, que eu entendia muito pouco, então uma coisa é tudo aquilo, lembra que eu te falei que eu gosto de ter plano A, plano B, plano C? Eu não consegui fazer esse plano A, plano B, me senti insegura com isso. E um robô que dava muitos problemas que eu não sabia resolver, porque ele é extremamente feito com elétrica eletrônica e eu não entendo disso. Foi um desafio muito grande para mim, eu não... o menino que trabalha comigo no maker também não entendia muito, não pode me ajudar muito, então me vi assim correndo para um amigo que é engenheiro um ex-aluno que é engenheiro e... e quando você olha para aquilo e não sabe resolver, não sabe ajudar o aluno... Complicado...</i></p>
			<p><i>Ana você precisa ganhar, pelo amor de Deus”, e aí eu me sinto, sabe, com essa pressão...Eu falo, meu Deus, e se eu não ganhar?</i></p>
			<p><i>Tanto que que dessa vez aqui aconteceu um fato assim, a equipe que estava em primeiro lugar, eles falaram assim para um analista técnico que estava acompanhando a gente, falou assim “viu eu não estou entendendo o que está acontecendo”, porque a gente foi o nosso robô, foi muito mal no primeiro e no segundo round a gente tem 3 rounds... De competição, “nossa eu não tô entendendo o que tá acontecendo, nossa a Biotech pontuou baixo que que isso gente, eu não estou entendendo o que está acontecendo” então, ou seja, a cobrança da gente pontuar alto é muito grande entendeu?</i></p>

		Percepções quanto à carga de trabalho.	<i>Sim, é na verdade, eu não parei de trabalhar eu fui uma das únicas que eu não parei, porque eu era da informática eu tinha que dar apoio para as aulas online. Assim, então eu estava na escola, então assim era eu desde a diretora, até a secretária na escola.</i>
			<i>Foi, foi porque assim tudo vinha para mim, entendeu? Ah, não deu certo, ah, aula não está entrando, ah, travou o Teams, ah, é a internet. Então era tudo caía para mim, né? Eu... então eu como única a estar trabalhando, então fora o medo, né, que a gente saía de casa, enquanto todo mundo estava trancado. E... aí essas coisas todas, eu acho que foi onde começou a me dar uns negócios assim.</i>
			<i>Não acaba nunca, não tem fim, não tem fim, entendeu? E aí tem gente que consegue se desligar um pouco, mas tem gente que não desliga.</i>
		Percepções quanto ao ambiente de trabalho.	<i>Fiquei 15 dias em Goiânia (em um campeonato), aí quando eu volto, todo dia a Michelle (coordenadora) ligava para mim.” Ah eles estão brigando, Ana, eles estão não sei o que, ah, não está dando certo “...e eu lá sempre sem saber o que fazer com aquilo, entendeu? E aí essa loucura dessa briga nessa robótica que eu te falei foi atípica assim. E... aí eu me vi numa situação muito confusa, eu não sabia se eu resolvia um problema, se eu resolvia outro problema. E não, aí eu não conseguia desviar da pedra, eu comecei meio que tropeçar na pedra.</i>
Percepção sobre reconhecimento do que realiza.	Refere-se às percepções sobre o reconhecimento que recebe pelo que realiza para com a família de origem, a família atual e no trabalho.	Na relação com a família de origem.	NÃO HOUVE FALAS
		Na relação familiar atual.	NÃO HOUVE FALAS
		No ambiente profissional.	<i>Aí alguém falou assim, “ah, mas ainda bem que tem a robótica que é destaque”. Aí eles, “é, só robótica que valoriza nessa escola”, então é meio isso, é um pouco ciúme, mas é 2,3.</i>

			<i>É, aí o analista falou assim: “ Gente, a proposta da Ana esse ano é outra, a Ana chegou com um robô extremamente inovador, a proposta dela é arrebentar na sala de Avaliação, ela não está muito ligando, se ela vai ser primeiro lugar de mesa, ela quer arrebentar na sala.” Ai eles “ah, pode ser, então” Sabe esse tipo de coisa?</i>
Vivências de situação de violência	Refere-se às percepções sobre situações de diferentes tipos de violências sofridas a partir de sua família de origem, sua família atual e no ambiente profissional.	Na relação com a família de origem.	NÃO HOUVE FALAS
		Na relação familiar atual.	NÃO HOUVE FALAS
		No ambiente profissional.	NÃO HOUVE FALAS
Autopercepção	Refere-se às percepções que tem sobre si mesma como um indivíduo/pessoa, como mãe, esposa e profissional.	Como indivíduo.	NÃO HOUVE FALAS
		Como mãe.	NÃO HOUVE FALAS
		Como esposa.	NÃO HOUVE FALAS
		Como profissional.	<i>E foi o que eu fiz, eu aprendi no ver e ver, entendeu sozinha? E eu falei, não, eu não vou chorar, eu falei assim, porque aí eu entrei com aquela proteção que eu falei... Eu já chorei muito por coisa realmente importante. Não vou chorar por causa de robótica, então eu vou aprender, vou ser melhor nisso aí.</i> <i>E aí eu aí, bem, isso, não sei o que e... aí eu comecei a relaxar na robótica por conta dessa meta que eu criei na minha vida, não, não vou sofrer isso, eu vou, vou, eu vou ser a melhor nisso aí.</i> <i>Eu tenho muita facilidade de enxergar habilidade, então eu vou trabalhar ele, eu vou tentar mudar esse aluno, entendeu? E aí eu faço.</i>
Percepção de suporte emocional.	Refere-se às percepções que tem do suporte emocional que recebe da família, dos amigos e no trabalho .	Percepção de suporte emocional na família.	<i>Meu marido é chato, rabugento e os meus cunhados fala que é só eu que aguento eles? (Risos) Mas a gente se entende, eu falo que a gente é o equilíbrio assim que eu sou demais, ele é de menos.</i>
			<i>Aí ele é meio...eu acho que ele cai mais que eu. Ele cai, ele cai mais que eu, ele fica mais... tipo assim, eu me seguro firme, não choro na frente dos meninos, ele chora, ele não aguenta!</i>

			<p><i>Imagina, ele se tiver uma gripe forte, ele já se despede de todo mundo. Não filho que você vai ser o homem da casa, João Henrique porque eu vou morrer(risos)</i></p> <p><i>Ah, eu acho assim, eu acho que o Paulo não sabe lidar com o problema assim, nesse sentido, porque ele, ele desestabiliza entendeu?</i></p> <p><i>Eu acho que mais eu que sei lidar porque ele chora junto, entendeu? E eu acho que não pode chorar junto você tem que demonstrar força ali, entendeu?</i></p> <p><i>Eu acho que sim, é ele... o Paulo fala que eu sou ruim, 'ela é ruim, ela é ruim'. Porque eu seguro firme em casa.</i></p>
		Percepção de suporte emocional na vida social.	NÃO HOUVE FALAS
		Percepção de suporte emocional no trabalho.	<p><i>o tempo que eu fiquei mais assim que foi da pandemia, porque a gente estava na pandemia... mesmo assim a gente continuou a robótica, né? Na pandemia!</i></p> <p><i>E foi o ano assim que eu mais classifiquei para coisa e estava naquela muvuca da pandemia... Eu ia para escola, treinava com meia dúzia de alunos, todo mundo de máscara, era aquela situação, então eu comecei num estresse ali naquela situação...</i></p> <p><i>Que a gente classificou para um torneio que era global, era um torneio muito difícil também que eu nunca tinha participado e no meio de uma pandemia, tendo que treinar online, tendo que apresentar online, então, eu acho que começou tudo meio que na pandemia, sabe? Antes da pandemia, não. Eu levava de boa e tinha só uma equipe, tinha duas às vezes, mas era coisa assim</i></p> <p><i>Isso entre os alunos, eu estava com a equipe Soccer, só que eu também não sabia o que fazer, porque era uma coisa nova que eu não entendia, e assim, o Sesi, ele fala assim, toma e se vira! Ele não fala para você como é que você faz!</i></p>
Percepção de estresse.	Refere-se a como percebe o estresse em si mesma, incluindo	Percepção de sintomas físicos advindos do estresse.	NÃO HOUVE FALAS

	sintomas físicos, psicológicos e comportamentais.	Percepção de sintomas psicológicos advindos do estresse.	<i>Eu não consegui fazer esse plano A, plano B, me senti insegura com isso.</i>
			<i>É! É aí que eu tenho as crises assim, que aí eu caio, então que aí eu falo, "caramba aconteceu e aí eu tenho que encarar", mas é o que eu te falei, a gente vai meio que se blindando do sofrimento, sabe?</i>
			<i>É como se fechasse e eu abro quando eu acho que tenho que abrir.</i>
			<i>Aí eu abro, aí eu, eu choro, sofro e depois eu fecho.</i>
			<i>Eu ia fazer os biscoits 2 da manhã, porque eu perdia o sono... E aí começava a vir no pensamento na cama, "meu Deus, e se acontecer tudo isso de novo comigo, eu estou com os meninos pequenos, e se acontecer, para que eu fui ter outro filho e não sei o quê, porque eu não vou saber lidar com isso" Parou, vamos fazer biscoit aí eu ia lá...</i>
		Percepção de sintomas comportamentais advindos do estresse.	NÃO HOUVE FALAS
Modo de enfrentamento aos eventos estressores (<i>Coping</i>).	Refere-se a como percebe a forma com a qual lida com os estressores na família, na vida social e no trabalho.	Na família	<i>Então, sabe, eu acho que eu meio que me blindei esse negócio. Sabe é quando você se blinda? Então eu aprendi a viver meio que faz de conta, sabe? Tipo assim, ah, faz de conta que a minha mãe está lá, entendeu? Tentando seguir a vida normal, entendeu! Então, assim, eu meio que tinha que aprender a fazer isso, porque senão, eu acho que eu não tinha conseguido viver depois que eu perdi minha filha. Então a gente meio que vive um faz de conta na cabeça da gente, "ah vamos fingir que está tudo bem, vamos... vamos seguindo, vamos viver um faz de conta aí e você vai tocando, você vai tocando a vida.</i>

		<p><i>Eu procuro alguma coisa para estar mexendo, tipo, eu vou ali lavar um negócio, eu sou dessa (risos) eu não consigo, eu sou muito agitada eu acho, eu faço 10 coisas ao mesmo tempo.</i></p>
		<p><i>Mas é isso, porque eu não posso ficar parada, porque quando eu fico parada, minha mente começa a trabalhar errado, entendeu? Começa vim tristeza, começa a vir pensamentos triste, então eu me ocupo muito.</i></p>
		<p><i>Pra mim funciona, porque aí a minha mente fica focada em fazer o negocinho perfeito, um negocinho bonitinho, e na na e eu consigo afastar. Porque senão eu ia viver de calmante, eu ia viver, eu não ia mais dormir...</i></p>
		<p><i>Sei lá, foi o jeito que eu vi de lidar com as coisas, a gente aprende né, não tem jeito. Ah, a gente tenta porque você tem 2 coisas para fazer, ou você desiste de tudo ou você segue em frente, é um pouco complicado.</i></p>
		<p><i>É porque a gente tem que ser água na vida. Eu sempre falo isso para os meninos tem que ser água, você tem que contornar. E isso quem me ensinou foi o meu pai, o meu pai, a gente ia na mina, pegar água e falava assim “está vendo essa pedra a água contorna ela, e é assim que a gente tem que resolver os problemas”. Acho que eu puxei um pouco do meu pai isso</i></p>
	Na vida social	NÃO HOUVE FALAS
	No trabalho	<p><i>Eu resolvo fazendo coisa manual, então, por exemplo, a eu vou bordar, eu vou, vou fazer alguma coisa, ah, eu vou, fazer um doce decorado, aí eu fico lá fazendo que eu faço, aquelas, aqueles doces é que você faz bichinho em cima.</i></p> <p><i>eu gosto de coisa manual, pra me tirar o foco, para me concentrar naquilo.</i></p>

APÊNDICE A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

Caro Participante:

Gostaríamos de convidá-lo a participar como voluntário da pesquisa intitulada A PERCEPÇÃO DO ESTRESSE OCUPACIONAL A PARTIR DE UM REFERENCIAL CONSTRUTIVISTA COGNITIVO: DIAGNÓSTICO INTERVENTIVO que se refere a um projeto de pesquisa do(s) participante(s) Amanda Bragion que pertence(m) ao Curso de Programa de Mestrado Profissional em Práticas Institucionais em Saúde Mental da Universidade Paulista - UNIP.

O(s) objetivo(s) deste estudo é de desenvolver um modelo de diagnóstico interventivo do estresse ocupacional, fundamentado na neuropsicologia e psicologia construtivista cognitiva e, a partir dos resultados, desenvolver um modelo de compreensão e intervenção ao mesmo baseado em um referencial da neurociência e da psicologia construtivista. Os resultados contribuirão para o desenvolvimento de uma melhor compreensão dos processos envolvido no estresse ocupacional e contribuirão para que seja desenvolvido um procedimento eficaz para diagnóstico e orientação a pessoas que possam estar sofrendo em função do estresse do trabalho, melhorando assim sua saúde e qualidade de vida.

Sua forma de participação consiste em responder ao Questionário de caracterização demográfica, realizar um desenho a respeito do seu trabalho atual, participar da entrevista em profundidade que abordará temas relativos à sua história de vida pessoal, história profissional, ebm como as circunstâncias que está sua vida hoje. Também será aplicado o IPEEB – Inventário de Percepção de Estresse e de Estressores de Benzoni, o EBBURN– Escala Brasileira de Burnout, a BDEFS - Escala de Avaliação de Disfunções Executivas de Barkley/ Versão curta, BOLIE- Bateria Online de Inteligência Emocional/ Escala de Regulação Emocional, a SRS-2 - Escala de Responsividade Social, o WMT-2 - Teste de Matrizes de Viena-2 e o R-PAS – Sistema de Avaliação por Performance no Rorschach, todos são questionários e testes psicológicos que fundamentam-se em breves perguntas que nos permitirão compreender melhor a dinâmica psicológica do momento que está passando. Como devolutiva e intervenção haverá uma devolutiva orientativa por meio da rebiografia narrativa e o processo será finalizado com a técnica árvore do resgate, duas atividades lúdicas que possibilitam uma melhor auto compreensão de si e do momento que você está vivendo, possibilitando, assim, melhoras em seu quadro psicológico.

Seu nome não será utilizado em qualquer fase da pesquisa, o que garante seu anonimato e a divulgação dos resultados será feita de forma a não identificar os voluntários.

Não será cobrado nada e não haverá gastos decorrentes de sua participação. Se houver algum dano decorrente da pesquisa, o participante será indenizado nos termos da Lei.

Considerando que toda pesquisa oferece algum tipo de risco, nesta pesquisa o risco pode ser avaliado como: médio e esse risco pode ser explicado como possibilidade de constrangimento ao responder o instrumento de coleta de dados que poderá lhe causar algum tipo de ansiedade, também pelo fato de pensar que possa ser identificado.

São esperados os seguintes benefícios para você, decorrente da sua participação nesta pesquisa: ter um diagnóstico psicológico preciso a respeito da condição do estresse, bem como intervenções de gerenciamento da condição apresentada. Além disso, o trabalho do qual você está participando, possibilitará o desenvolvimento de uma técnica científica que dê respaldo para o diagnóstico e intervenção de pessoas que apresentam sofrimento decorrente do estresse no ambiente de trabalho. Caso tenha interesse você pode pedir a apresentação do resultado da sua participação.

Caso você perceba qualquer desconforto emocional, em qualquer uma das etapas do trabalho, por favor me informe. Poderemos seguir com atendimento psicológico realizado por mim, pesquisadora responsável por esse projeto, que sou psicóloga (CRP/SP: 06/121108), em minha própria clínica, sem qualquer custo de atendimento aplicável a você. Se necessário, verificaremos um encaminhamento posterior para psicoterapia na rede municipal de assistência à saúde, no município de Barra Bonita/SP. De modo a não o deixar sem suporte, até que o atendimento inicie na rede municipal de assistência à saúde, poderá mesmo permanecer em atendimento comigo, até que seja iniciado o atendimento na rede municipal.

Gostaríamos de deixar claro que sua participação é voluntária e que poderá recusar-se a participar ou retirar o seu consentimento, ou ainda descontinuar sua participação se assim o preferir, sem penalização alguma ou sem prejuízo ao seu cuidado. Caso queira retirar o seu consentimento entre em contato com o pesquisador responsável **Amanda Bragion**, pelo e-mail amandaneuropsicologa@gmail.com com cópia para o CEP-UNIP pelo e-mail cep@unip.br. Os seus dados serão retirados caso seja possível identificá-los no banco de dados.

Desde já, agradecemos sua atenção e participação e colocamo-nos à disposição para maiores informações.

Esse termo terá suas páginas rubricadas pelo pesquisador principal e será assinado em duas vias, das quais uma ficará com o participante e a outra com o pesquisador principal. Amanda Bragion, residente à rua Atilio Cervatti, 973, Colina da Barra, Barra Bonita/SP, telefone: (14) 99704 8783, e-mail: amandaneuropsicologa@gmail.com

Eu _____
 (nome do participante e número de documento de identidade) confirmo que Amanda Bragion explicou-me os objetivos desta pesquisa, bem como, a forma de participação. As alternativas para minha participação também foram discutidas. Eu li e compreendi este Termo de Consentimento, portanto, eu concordo em dar meu consentimento para participar como voluntário desta pesquisa.

Local e data: _____, _____ de _____ de 20 ____.

 (Assinatura do participante da pesquisa)

Eu, _____
 (nome do membro da equipe que apresentar o TCLE)

obtive de forma apropriada e voluntária o Consentimento Livre e Esclarecido do participante da pesquisa ou representante legal para a participação na pesquisa.

 (Assinatura do membro da equipe que apresentar o TCLE)

 (Identificação e assinatura do participante)

