

---

# RESENHA

## INTRODUÇÃO À PRÁTICA PSICOTERAPÊUTICA

---

Zaro, J.S.; Barach, R., Nedelman, D.J. & Dreiblatt, I.S. (1980).  
*Introdução à prática psicoterapêutica*. São Paulo: EPU, 192 p.

Resenhado por **Idalina Rosa Mendes da Rocha Sá**  
Curso de Psicologia da Faculdade Integral Diferencial – FACID (Piauí)

Joan S. Zaro, possui graduação em Psicologia pela Universidade de Stanford e recebeu seu Phd na Universidade de Connecticut. Foi membro do Departamento de Psicologia na Universidade de Washington em Seattle, Washington de 1971 a 1976. Entre 1976 e 1986, Zaro fez parte da Associação de Psicologia Americana. Trabalhou como diretor executivo da Sociedade Americana de Autismo.

O livro aborda, essencialmente, aspectos referentes ao início da prática psicoterapêutica e que geram, por vezes, grande ansiedade, insegurança, impaciência, frustração e dúvidas quanto ao próprio potencial dos terapeutas iniciantes. Ao longo dos capítulos, o autor se preocupa sempre em frisar que não busca oferecer um “manual” para a prática psicoterapêutica, uma vez que tal prática lida com a subjetividade, emoções, pensamentos e comportamentos que emergirem ao longo do processo, ele tenta apenas dar orientações que auxiliem e apoiem o terapeuta iniciante.

O autor se propõe a discutir algumas expectativas de novos terapeutas – que envolvem possíveis confusões (dar conselhos, compartilhar experiências) e medos (como o de não ser útil e de fracassar) – e como estas podem influenciar na atuação profissional. São discutidas, também, as responsabilidades que se assume enquanto profissional e/ou estudante e alguns dilemas éticos e legais que são preocupantes.

Destaca também aspectos referentes ao preparo para realizar a entrevista inicial exaltando a importância de buscar informações prévias a respeito do cliente que podem ser obtidas em várias fontes (questionários, forma de encaminhamento, observações) para serem auxiliares no levantamento de hipóteses. Existe a necessidade de o terapeuta propiciar um clima de acolhimento e compreensão que auxiliará na coleta de informações. É interessante notar que o autor sempre procura compreender o terapeuta iniciante não negligenciando o cliente e aponta que tanto o terapeuta possui medos e expectativas acerca do cliente, quanto o cliente os possui em relação ao terapeuta.

Ainda levantando questões acerca da coleta de informações, o autor faz menção à consulta a terceiros e atribui a esta um papel de auxílio no planejamento do tratamento. São citadas pelo autor

---

algumas fontes, como: terapeutas anteriores, profissionais de saúde, escolas, etc.; sempre dando ênfase à necessidade de autorização por escrito do cliente para essa busca de informações. Pondo fim às discussões acerca da coleta de informações, o autor se propõe a apresentar um quadro de referência para organização de uma apresentação de relatório à equipe e apresenta algumas orientações e indicações de como deve ser um possível relatório.

São abordados aspectos relacionados ao início da terapia que seriam a entrevista de feedback (onde são repassadas ao cliente as impressões do terapeuta e se formula um plano de tratamento) e o contrato de tratamento (onde são esclarecidas questões sobre os honorários, faltas e horários). A respeito da condução da sessão, o autor aponta a necessidade de facilitar e centralizar a discussão em áreas clinicamente relevantes, assim como formas de trabalhar tópicos primordiais e finalizar a sessão.

Baseando-se no fato da terapia ocorrer num contexto de relacionamento interpessoal, em que o comportamento do cliente afeta o do terapeuta e vice-versa, o autor elege quatro níveis de interação psicoterapêutica, sendo que todos eles podem ser utilizados de maneira eficiente, dependendo da situação do cliente, dos objetivos da terapia e da orientação terapêutica do terapeuta. É ressaltado que nenhuma abordagem ou atitude simples será apropriada para todos os clientes, uma vez que cada um reage de forma diferenciada à determinada situação. Tomando por referência tal constatação, o autor passa a destacar nuances do atendimento a pacientes em crise, que requer calma, racionalidade, avaliação da severidade do risco, auxílio ao paciente no esclarecimento dos problemas, apoio, desenvolvimento de alternativas e estabelecimento de acordos sobre condutas a serem tomadas (por ex: hospitalização para um paciente suicida).

O término da terapia geralmente é negligenciado em discussões, porém Zaro dirige a este momento do processo terapêutico várias reflexões. Entre elas destaca-se o fato de que não se pode encerrar a terapia de forma abrupta, havendo necessidade de um período de terminação e um fechamento; tal fato deve ser discutido com o cliente, levando em conta que os objetivos da terapia são diferentes para o terapeuta e para o cliente. Também recebem atenção questões como a importância da manutenção de registros escritos e as vantagens e desvantagens do trabalho conjunto com outro terapeuta, a co-terapia.

A manutenção de registros escritos auxilia o terapeuta no acompanhamento das evoluções (ou não) do cliente e pode ter razões administrativas e legais (em caso de litígio envolvendo o cliente). O autor chama atenção para o cuidado que se deve ter ao escrever registros que podem ser lidos por terceiros, uma vez que informações e/ou opiniões desnecessárias podem prejudicar o cliente e expô-lo.

Quanto à co-terapia, são apresentadas algumas dificuldades inerentes a esta, como: o fato de que cada terapeuta possui estilo e ritmo próprios, é necessária grande capacidade para o trabalho com outra pessoa e os terapeutas devem agir de modo complementar.

São tratados ainda alguns aspectos acerca das peculiaridades do tratamento com crianças e famílias, onde devem ser consideradas as suas características próprias (comunicação adequada, por exemplo). Crianças são menos previsíveis que adultos e a família é primordial no tratamento destas.

---

Como último e não menos importante tema a ser abordado, aparece a questão do desenvolvimento das habilidades pessoais do terapeuta que o levam a ser um profissional mais maduro. Como formas de desenvolvimento dessas habilidades aparecem a supervisão (como principal ferramenta), observações de sessões terapêuticas, leituras, pesquisas e a terapia pessoal do terapeuta.

Muitas fantasias, medos e uma intensa ansiedade surgem nos terapeutas iniciantes ao se lançarem em novas práticas. O livro contempla vários aspectos fundamentais desse momento vivido pelos novos terapeutas, nunca buscando fornecer “modos de fazer” e sim, discutindo nuances do trabalho que podem se tornar menos ansiogênicas se o estudante buscar se preparar e se atentar para as peculiaridades de cada cliente. O autor utilizou linguagem simples e bastante acessível que em alguns momentos traz a sensação de apoio e compreensão aos terapeutas iniciantes. De total aplicabilidade nesse contexto, o livro embasa os novos terapeutas que anseiam lançar-se em novas experiências, mas se mostram aflitos diante disso.

*Recebido em 10/02/2009.*

*Aceito em 06/04/2009.*