

Índice

A INTERVENÇÃO TERAPÊUTICA - VOLUME 1

Agradecimentos	VII
Prefácio	1

CAPÍTULO

1

Formulação de um modelo de ajuda profissional

1.1 As premissas na base deste modelo	9
1.1.1 Um modelo de tipo desenvolvimentista	10
1.2 Os componentes do modelo de relação de ajuda profissional	14
1.2.1 O cliente	14
1.2.2 O interveniente	22
1.2.3 O contexto e o ambiente da relação	27
1.2.4 Os processos presentes na relação de ajuda profissional	28
Resumo	42
Bibliografia	43

CAPÍTULO

2

A pessoa com necessidade de ajuda

2.1 Algumas premissas	48
2.1.1 A globalidade da pessoa no seu ambiente	48
2.1.2 A unicidade da pessoa	48
2.1.3 A hereditariedade e o desenvolvimento	49
2.1.4 As origens do comportamento humano	49
2.2 Os componentes da pessoa	50
2.2.1 A pessoa, um ser biológico	50
2.2.2 A pessoa, um ser intelectual	53
2.2.3 A pessoa, um ser emocional	59
2.2.4 A pessoa, um ser social	67
2.2.5 A pessoa, um ser espiritual	70
2.3 As motivações humanas	72
2.3.1 O conceito de necessidade	74
2.3.2 O agrupamento das necessidades	79
2.3.3 Abraham Maslow	79
componentes da pessoa	83
2.4 O stress e o ambiente	86
2.4.1 O stress	86
2.4.2 Os agentes de stress	91
2.4.3 As respostas psicológicas a situações de stress	93
2.4.4 A ansiedade	98
Resumo	114
Bibliografia	115

CAPÍTULO

3

O interveniente

3.1 As características da relação de ajuda profissional	120
3.1.1 A evolução da relação	120
3.1.2 As tarefas a assumir em cada fase da relação	124
3.2 Os conhecimentos e habilidades do interveniente	128
3.3 Os modos de contacto: as técnicas de comunicação	129
3.4 A comunicação não verbal	133
3.4.1 O toque	133
3.4.2 A distância, as posições físicas e o tempo	137
3.4.3 O olhar	144
3.4.4 O odor e o paladar	147

3.4.5 A escuta	149
3.4.6 O silêncio	153
3.4.7 O convite a prosseguir	154
3.5 A comunicação verbal.....	155
3.5.1 Os reflexos	155
3.5.2 A síntese.....	161
3.5.3 As questões	163
3.5.4 O feedback e a revelação de si	168
3.5.5 O conselho e a informação	174
3.6 As estratégias relacionais	176
3.6.1 O acolhimento	176
3.6.2 O suporte	178
3.6.3 A exploração	179
3.6.4 A clarificação	180
3.6.5 O imediatismo ou atenção no momento presente	183
3.6.6 A confrontação.....	189
3.7 As atitudes do interveniente	195
3.7.1 A compreensão empática.....	198
3.7.2 O respeito caloroso	202
3.7.3 A autenticidade	205
3.7.4 A compaixão	208
3.7.5 A esperança	210
Resumo	212
Bibliografia	213

CAPÍTULO

4

O questionamento na acção: um processo essencial para ultrapassar os impasses relacionais

4.1 O processo geral de reflexão na acção	218
4.1.1 O sentido dos comportamentos	219
4.1.2 As estratégias de evitamento	221
4.1.3 Aprender a questionar-se	222
4.1.4 Uma visão humanista da pessoa e do seu funcionamento psíquico	223
4.1.5 Os indícios de uma necessidade de ajuda	223
4.1.6 Os processos que favorecem a tomada de consciência de si	224
4.1.7 A experiência relacional	227
4.1.8 As questões a colocar a si-mesmo	229
4.1.9 A avaliação das intervenções	232
4.2 Dois exemplos de relações difíceis que requerem reflexão na acção	233
4.2.1 O cliente que apresenta défices cognitivos.....	233
4.2.2 O cliente que manifesta cólera e agressividade	244
Resumo	255
Bibliografia	256

ANEXO

A

Exercícios que favorecem o auto-conhecimento e a utilização dos recursos pessoais

A.1 Exercícios de centração	260
A.1.1 A centração através da respiração	260
A.1.2 A centração a partir de uma imagem mental	261

A.2	Exercícios de reflexão	263
A.2.1	O desenvolvimento em interacção com o ambiente pessoal e profissional	263
A.2.2	A responsabilidade pelo seu bem-estar	263
A.2.3	A reflexão sobre a resposta às suas necessidades fundamentais	267
A.2.4	A tomada de consciência de si	271
A.2.5	O auto-conhecimento	272
A.3	Exercícios de meditação	273
A.3.1	A meditação sobre a palavra “um”	273

ANEXO

B

A ansiedade

B.1	A escala de Hamilton	277
B.2	O relaxamento passivo	280
	Bibliografia	282

ANEXO

C

Análise de uma sequência de interacção

C.1	Os princípios gerais	284
C.2	A redacção da interacção	285
C.3	A análise de interacção	290