

Cadernos de Psicologia

Número 02/2021

Atravessamentos da Covid-19 nas práticas e saberes em Psicologia

Izabella Silva Peres

Psicóloga (CRP-08/22529) - E-mail: izabellapsicologa.ac@gmail.com

#Estilhaços

Quando me propus a contribuir com minha experiência sobre o **Atravessamentos da Covid-19 nas práticas e saberes em Psicologia**, confesso que fiquei em dúvida se teria mais a dizer como psicóloga ou como Izabella, profissionalmente ou no âmbito pessoal, pois em ambas este contexto tem me modificado, gerando ganhos e perdas.

Como profissional tive que me adaptar às tecnologias da informação não mais como uma ferramenta auxiliar, mas sim como fundamental, aprender a se vincular, acolher, intervir através do contato virtual, práticas estas que não estavam presentes na grade curricular da graduação ou da especialização – mas, como disse B. F. Skinner, **“Não considere nenhuma prática imutável. Mude e esteja pronto a mudar novamente”**. Eu teria muito a dizer profissionalmente sobre este atravessamento, sobre os pacientes que, em sua maioria, aceitaram e se adaptaram muito bem ao atendimento on-line, sobre o benefício em ter disponíveis centenas de cursos e seminários de psicologia on-line, podendo encaixar na minha rotina.

Houve um momento em que, apesar de me entristecer com aumento da taxa de mortalidade acontecendo por conta do COVID-19, eu achei que estava conseguindo dar conta de tantas mudanças, que eu estava me adaptando tanto profissionalmente como pessoalmente. Mas, então, “de repente” um dia desses acordo e percebo que não estava bem, mesmo entendendo que as reações emocionais que eu estava apresentando possuíam um valor de sobrevivência, e que as aversivas sensações fisiológicas faziam parte de uma preparação para eu reagir diante das situações nas quais estava inserida; mesmo conseguindo identificar as contingências, percebi que eu precisava de ajuda.

Tive que me afastar do trabalho, procurei um médico e uma colega de profissão que conheci durante a especialização, alguém que aprendi admirar por sua competência. Foi

quando tive a triste notícia que ela também estava afastada da prática psi por questões de saúde, questões também emocionais.

Eu que estava tão abalada, senti medo e ao mesmo tempo me senti consolada: medo pensando em tudo que está acontecendo em nosso mundo, como tudo isso tem afetado a todos, e consolada por ver que eu não era a única profissional a encontrar-se fragilizada. Não me senti feliz por saber que minha colega também estava adoecida, **mas isso me fez lembrar que eu sou humana e estou sujeita ao sofrimento como todos**. Logo busquei outro psicólogo para me acompanhar nesta fase que estamos vivendo, acreditando, sempre, que tudo vai passar e vamos ficar bem.

Gostaria de deixar o meu depoimento e lembrar a todos colegas psicólogos: somos humanos! Se cuidem!

Como citar esse texto

APA – Peres, I. S. (2021). Atravessamentos da COVID 19 nas práticas e saberes em psicologia. *Cadernos de Psicologia*, 2. Recuperado de <https://cadernosdepsicologias.crppr.org.br/atravessamentos-da-covid-19-nas-praticas-e-saberes-em-psicologia/>

ABNT – PERES, I. S. Atravessamentos da COVID 19 nas práticas e saberes em psicologia. **Cadernos de Psicologia**, Curitiba, n. 2, 2021. Disponível em: <<https://cadernosdepsicologias.crppr.org.br/atravessamentos-da-covid-19-nas-praticas-e-saberes-em-psicologia/>>. Acesso em: __/__/__ .