

XU Congresso
Fluminense
de Iniciação
Científica e Tecnológica

28º
Encontro de
Iniciação
Científica
da UENF

20º
Circuito de
Iniciação
Científica do
IFFluminense

16ª
Jornada de
Iniciação
Científica
da UFF



UIII Congresso
Fluminense de
Pós-Graduação

23ª
Mostra de
Pós-Graduação
da UENF

8ª
Mostra de
Pós-Graduação
do IFFluminense

8ª
Mostra de
Pós-Graduação
da UFF

MEDO E VULNERABILIDADE: O FORTALECIMENTO DA CONSCIÊNCIA DA REALIDADE E DA PRÁTICA DA EMPATIA

Denise Lima Tinoco, Rosalee Santos Crespo Istoe, Samantha Maia Koch Torres

Tão importante quanto o ar que respiramos, é mister entender que, a emoção é uma reação curta, intensa, geralmente externa ao sujeito, incontrolável e traz desconforto por não passar despercebida. A emoção é confirmada pela reação a um estímulo externo e/ou cognitivo. O homem frente a uma situação-problema, responde através de sentimentos. Na prática da psicologia, observa-se que alguns pacientes possuem dificuldade em nomear e reconhecer suas próprias emoções. Em psicoterapia, a ênfase é levar o paciente a reconhecer os sentimentos e nomeá-los em favorecimento da melhoria da saúde mental. O medo pode parecer um sentimento ruim, mas é um importante mecanismo de defesa do homem. No entanto pessoas amedrontadas, tornam-se seres vulneráveis, implicando riscos e danos. Aponta-se que a vulnerabilidade está intimamente ligada a fragilidades, pela incapacidade crônica do ser em enfrentar as ocorrências negativas, gerando desequilíbrio mental. Algumas pessoas sensíveis por exigências da vida, pela maneira de enfrentar os problemas e os sentimentos, não conseguem sozinhas obter resiliência e precisam de ajuda profissional. A psicoterapia é uma forma de profilaxia e ajuda no entendimento de sentimentos como o medo e a vulnerabilidade. A prática da empatia na psicoterapia pode levar o ser à compreensão das emoções trazidas pelo sintoma. Por isso, o estudo consistiu numa pesquisa bibliográfica qualitativa descritiva, objetivando a reflexão sobre o medo e vulnerabilidade para o fortalecimento humano através da consciência da realidade e da prática da empatia. O estudo concluiu que a presença da empatia no trato de sintomas como medo e vulnerabilidade do ser, restabelece a consciência de si e revigora o ser fragilizado, efetivando as orientações do profissional de saúde mental através da assistência humanizada.

Instituição: Programa de Pós-graduação em Cognição e Linguagem/ UENF

Eixo temático: Saúde mental

ORGANIZAÇÃO E REALIZAÇÃO:



APOIO:



XU Congresso Fluminense de Iniciação Científica e Tecnológica

28º
Encontro de Iniciação Científica da UENF

20º
Circuito de Iniciação Científica do IFFluminense

16ª
Jornada de Iniciação Científica da UFF



UIII Congresso Fluminense de Pós-Graduação

23ª
Mostra de Pós-Graduação da UENF

8ª
Mostra de Pós-Graduação do IFFluminense

8ª
Mostra de Pós-Graduação da UFF

FEAR AND VULNERABILITY: STRENGTHENING AWARENESS OF REALITY AND THE PRACTICE OF EMPATHY

Denise Lima Tinoco, Rosalee Santos Crespo Istoe, Samantha Maia Koch Torres

As important as the air we breathe, it is necessary to understand that emotion is a short, intense reaction, usually external to the subject, uncontrollable and brings discomfort because it does not go unnoticed. Emotion is confirmed by reaction to an external and/or cognitive stimulus. Man, faced with a problem situation, responds through feelings. In the practice of psychology, it is observed that some patients have difficulty naming and recognizing their own emotions. In psychotherapy, the emphasis is on getting the patient to recognize feelings and name them in favor of improving mental health. Fear may seem like a bad feeling, but it is an important human defense mechanism. However, frightened people become vulnerable beings, implying risks and damages. It is pointed out that vulnerability is closely linked to weaknesses, due to the chronic inability of the being to face negative occurrences, generating mental imbalance. Some people who are sensitive because of life's demands, because of the way they face problems and feelings, cannot achieve resilience alone and need professional help. Psychotherapy is a form of prophylaxis and helps to understand feelings such as fear and vulnerability. The practice of empathy in psychotherapy can lead the individual to understand the emotions brought about by the symptom. Therefore, the study consisted of a descriptive qualitative bibliographical research, aiming to reflect on fear and vulnerability for human empowerment through awareness of reality and the practice of empathy. The study concluded that the presence of empathy in dealing with symptoms such as fear and vulnerability of the being, restores self-awareness and invigorates the fragile being, implementing the guidelines of the mental health professional through humanized assistance.

Institution of the Graduate Program in Cognition and Language
Thematic axis: Mental health

ORGANIZAÇÃO E REALIZAÇÃO:



APOIO:



XV Congresso Fluminense de Iniciação Científica e Tecnológica

28º

Encontro de Iniciação Científica da UENF

20º

Circuito de Iniciação Científica do IFFluminense

16ª

Jornada de Iniciação Científica da UFF



UIII Congresso Fluminense de Pós-Graduação

23ª

Mostra de Pós-Graduação da UENF

8ª

Mostra de Pós-Graduação do IFFluminense

8ª

Mostra de Pós-Graduação da UFF

ORGANIZAÇÃO E REALIZAÇÃO:



APOIO:

