



1. O aconselhamento psicológico é uma das áreas essenciais trabalhadas nos cursos de formação de psicólogos, e frequentemente, é empregada como uma maneira de familiarizar os estudantes com o contexto clínico e com as intervenções realizadas durante os estágios supervisionados específicos. Sua prática apresenta notáveis distinções em relação a psicoterapia. A esse respeito, julgue os itens abaixo em verdadeiro ou falso:

- I. Com relação ao tempo da intervenção, o aconselhamento é mais breve do que a psicoterapia.
- II. O aconselhamento é mais centrado em ações preventivas do que no tratamento.
- III. A psicoterapia é mais profunda do que o aconselhamento e está mais relacionada a mudanças na estrutura da personalidade, envolvendo uma autocompreensão mais intensa.
- IV. Um caso inicialmente atendido em aconselhamento pode ser encaminhado a uma psicoterapia caso seja necessária uma intervenção considerada mais intensa.
- V. O aconselhamento é um procedimento que proporciona aos clientes/pacientes a oportunidade de examinarem suas preocupações pessoais, resultando em uma ampliação da consciência e nas opções disponíveis para tomar decisões.

Assinale a alternativa **correta**:

- A. Todas as alternativas são verdadeiras.
 - B. Apenas a alternativa V é falsa.
 - C. Apenas a alternativa III é verdadeira.
 - D. Todas as alternativas são falsas.
2. Em uma escola com alta diversidade sociocultural e econômica, o Orientador Educacional enfrenta o desafio de implementar um programa de aconselhamento que seja eficaz para uma ampla gama de alunos, incluindo aqueles com *backgrounds* culturais diversos e diferentes níveis de habilidades acadêmicas e socioemocionais. Considerando a necessidade de uma abordagem de aconselhamento que seja culturalmente sensível, promova a autonomia dos alunos e seja adaptável a diferentes contextos educacionais, qual das seguintes teorias de

aconselhamento seria mais apropriada como base no exposto e por quê?

- A. Uma abordagem baseada na Teoria dos Sistemas Ecológicos de Bronfenbrenner, adaptada para o aconselhamento, pois considera as múltiplas influências ambientais no desenvolvimento do aluno, permitindo intervenções que abordem não apenas o indivíduo, mas também seus diversos contextos de vida.
 - B. A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), adaptada para o contexto escolar, pois oferece técnicas concretas para identificar e modificar pensamentos e comportamentos disfuncionais, podendo ser facilmente ensinada aos alunos como ferramenta de autorregulação emocional e comportamental.
 - C. Uma abordagem integrativa que combina elementos da Terapia Narrativa e da Psicologia Positiva, pois permite que os alunos reescrevam suas narrativas pessoais de maneira empoderada, enquanto focam em suas forças e potencialidades, promovendo resiliência e autodeterminação.
 - D. A Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), pois ensina habilidades de *mindfulness* e aceitação, ajudando os alunos a lidar com pensamentos e emoções difíceis, ao mesmo tempo em que os encoraja a agir de acordo com seus valores pessoais e culturais.
 - E. A Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), de Carl Rogers, pois enfatiza a relação terapêutica não-diretiva, a escuta empática e o respeito incondicional, permitindo que os alunos de diferentes *backgrounds* culturais se sintam validados e desenvolvam autoconsciência para encontrar suas próprias soluções.
3. Sofia é uma jovem de 20 anos, que está passando por uma situação conflituosa acerca de seu futuro acadêmico. Há três anos, quando terminou o ensino: médio, logo ingressou na faculdade de engenharia; porém, tem apresentado um grande desconforto e desânimo em dar continuidade ao curso. Sentindo-se perdida sobre o que fazer a respeito



dessas questões, procurou ajuda profissional. Neste caso, levando-se em consideração que o acompanhamento seria para ajudar Sofia a tomar melhores decisões, planejar e adquirir uma autoconfiança positiva, o mais indicado será:

- A. Atendimento médico.
- B. Supervisão acadêmica.
- C. Terapia de longo prazo.
- D. Aconselhamento psicológico.

4. Determinada professora do ensino médio há 12 anos, Beatriz se percebeu em um momento da vida sem muita perspectiva e com frustração sobre seu trabalho. Sentindo-se sobrecarregada e sem interesse pela profissão que tanto buscou exercer de forma ética e responsável, resolveu procurar a ajuda da psicóloga de sua escola para um aconselhamento psicológico. Sendo assim, a psicóloga

- A. Traçou estratégias de tratamento com o objetivo de promover mudanças concretas para ajudar Beatriz a tomar decisões e resolver demandas mais imediatas, tendo assim melhor qualidade de vida.
- B. Estabeleceu um processo de restauração da saúde mental de Beatriz através da resolução de todos os problemas de sua vida, para que ela consiga elaborar e resolver todos eles e, assim, ter mais saúde mental.
- C. Tratou as questões de maior comprometimento na estrutura psíquica de Beatriz, cujos conflitos existenciais são mais intensos e profundos, fazendo com que os traumas e as vivências do passado fossem reelaborados.
- D. Encaminhou Beatriz para um tratamento psiquiátrico, pois identificou a necessidade do uso de medicação devido ao sentimento de frustração para, posteriormente, trabalhar as questões de maior comprometimento psíquico.

5. Avalie as duas tratativas abaixo:

- I. O aconselhamento psicológico consiste em ação reflexiva predominantemente centrada no tratamento e na solução de problema imediato.
- II. O aconselhamento psicológico visa criar condições para que a própria pessoa faça o julgamento das alternativas que possam promover o seu bem-estar psicológico e sua autonomia pessoal no confronto com as dificuldades e os problemas enfrentados.

Assinale a proposta correta:

- A. Apenas a tratativa I está correta;
- B. Apenas a tratativa II está correta;
- C. Ambas estão corretas;
- D. Ambas estão erradas.

6. Marque V para alternativas verdadeiras e F para as Falsas:

____ Os momentos desafiadores, como perdas, desemprego ou doenças, afetam emocionalmente o ser humano, dificultando decisões. O psicólogo, ao aconselhar, guia para clareza, ajudando a compreender e lidar eficazmente com tais desafios;

____ O Aconselhamento Psicológico visa a facilitar as escolhas do paciente em decisões relacionadas à profissão, família e relacionamento, consistindo em dar conselhos. Há diversidade nos casos, desde aqueles que buscam apenas conversar até aqueles com quadros graves, que podem ser encaminhados para psicoterapia.

____ É aconselhável e facultativo que cada psicólogo adquira conhecimento sobre o Código de Ética Profissional do Psicólogo, sobre as demais normas do Sistema de Conselhos de Psicologia, bem como sobre a legislação que trata do exercício da profissão.

____ Devido ao dever de sigilo profissional, ao psicólogo é vedada a publicação, em suas redes sociais e por qualquer outra forma de publicidade, os diagnósticos psicológicos, as análises de caso, os aconselhamentos ou orientações psicológicas que identifiquem a pessoa atendida.

____ No aconselhamento, o terapeuta expressa aprovação ou concordância em relação a ideias



e comportamentos do paciente que considera adaptativas ou realistas, reforçando-as.

A sequência correta é aquela expressa na opção:

- A. V – F – F – F – V
- B. F – F – F – F – V
- C. V – F – F – V – F
- D. F – V – V – F – V
- E. V – F – V – F – V

7. O aconselhamento psicológico é uma das disciplinas consideradas básicas na formação do psicólogo e tem sua prática regulamentada no Brasil, sendo, muitas vezes, utilizado como forma de aproximar o aluno do universo clínico e dos atendimentos nos estágios específicos supervisionados. A prática do aconselhamento esteve tradicionalmente atrelada a diversas possibilidades de atuação, como fornecimento de informações, feedback positivo, direcionamento, orientação, encorajamento e interpretação. O aconselhamento é o processo por meio do qual **“se dá oportunidade aos clientes de explorarem preocupações pessoais; esta exploração conduz a uma ampliação da capacidade de tomar consciência e das possibilidades de escolha”**. Na sua maioria das vezes se confunde com o papel da psicoterapia ou ambas se complementariam? Face a esse questionamento é pertinente delinear a função do Aconselhamento. Por isso, analise as afirmativas em verdadeiras ou falsas quanto ao Aconselhamento psicológico:

- I. Esse processo é de curta duração, com foco na resolução dos problemas, e ajuda a pessoa a remover os obstáculos ao seu crescimento, auxiliando os indivíduos a reconhecerem e empregarem seus recursos e suas potencialidades.
- II. Busca a mudanças na estrutura da personalidade, envolvendo uma autocompreensão mais intensa.
- III. O aconselhamento seria indicado quando não houvesse o diagnóstico de algum transtorno psicológico ou em

situações que envolvessem o atendimento mais pontual, com o fornecimento de informações e de acompanhamento para a tomada de uma decisão importante.

IV. O aconselhamento se desenvolveria num nível mais "profundo" e teria como foco os conflitos de personalidade, com destaque para a necessidade de mudanças frente aos conflitos.

- A. I, II e III estão Corretas;
- B. II e IV estão Corretas;
- C. I, II e IV estão Corretas;
- D. I, II, III e IV estão corretas;
- E. I e III estão corretas.

8. Aconselhamento psicológico pode ser considerado genericamente como uma experiência que visa a ajudar as pessoas a planejar, tomar decisões, lidar com a rotina de pressões e crescer, com a finalidade de adquirir uma autoconfiança positiva. Pode ser considerada uma relação de ajuda que envolve quem busca auxílio de alguém disposto a ajudar e apto pra essa tarefa, em uma situação que possibilite esse dar e receber apoio. Com base na definição de aconselhamento psicológico do texto acima, analise as assertivas abaixo.

- I. Trata-se de um processo que envolve respostas aos sentimentos e pensamentos do cliente.
- II. Envolve aceitação básica e percepções e dos sentimentos dos clientes.
- III. Tem caráter difamatório e existência de condições ambientais para que se estabeleça a relação de ajuda.
- IV. A demanda pelo aconselhamento deve partir das pessoas que estão próximas ao paciente.
- V. O foco da orientação está no processo de comunicação entre aconselhador e paciente.

A partir do exposto, assinale a alternativa que contém as assertivas corretas.

- A. I, II e III
- B. I, II e V
- C. I, III e IV
- D. III, IV e V
- E. II, IV e V



9. “Atitudes Facilitadoras são condições que possibilitam o crescimento da pessoa, num contexto relacional, desenvolvendo sua tendência ao crescimento e sua disposição interna a atualização” (CPHB). A seguir são citadas as três Atitudes Facilitadoras conforme a Abordagem Centrada na Pessoa e, logo abaixo, suas definições:

1. Congruência ou Autenticidade
2. Aceitação Incondicional
3. Empatia

- A. É a capacidade de apreender o vivido do outro, seus sentimentos e percepções, considerando os valores e vivências deste;
- B. É a aceitação do outro enquanto um ser significativo e digno de consideração, independentemente de quaisquer requisitos ou condições. É importante ressaltar que considerar de forma positiva e incondicional não significa concordar com tudo o que o outro faz, nem com sua atuação no mundo;
- C. Capacidade de ser o que realmente se é, com o reconhecimento e aceitação de si próprio e de suas próprias vivências, de forma clara e voltada para a relação com o outro. Integra pensamentos, sentimentos e comportamentos.

A associação **CORRETA** entre a ATITUDE FACILITADORA e sua respectiva DEFINIÇÃO é a opção:

- A. 1A – 2B – 3C
- B. 1B – 2C – 3A
- C. 1C – 2B – 3A
- D. 1A – 2C – 3B
- E. 1C – 2A – 3B

10. Com raízes na Psicologia Humanista, Carl Rogers é o criador de uma abordagem de psicoterapia conhecida como Centrada na Pessoa. Sobre a abordagem rogeriana, analise as afirmativas abaixo:

- I. A abordagem centrada na pessoa explora os sentimentos e as atitudes do cliente em relação ao self e às pessoas;
- II. Ao focalizar as experiências subjetivas, o terapeuta se propõe a enfocar, apenas, os eventos que são expressados pelo cliente de forma consciente, pois as

experiências que estão no inconsciente permanecem ocultas;

III. Para Rogers, fazer muitas inferências a respeito das experiências inconscientes do cliente se constitui em um perigo, pelo fato de as experiências formuladas pelo terapeuta possibilitarem a representação das suas próprias projeções e não, as experiências reais do cliente;

IV. Rogers utilizava-se da associação livre e análise de sonhos, quando o cliente se encontrava em situações de crise.

Está **CORRETO** o que se afirma em

- A. I, apenas;
- B. I e II, apenas;
- C. I, II e III, apenas;
- D. II, apenas;
- E. Todas estão corretas.

11. A seguir segue-se algumas definições de Aconselhamento Psicológico. Marque a alternativa **INCORRETA**:

- A. Trata-se de uma experiência que visa a ajudar as pessoas a planejar, tomar decisões, lidar com a rotina de pressões e crescer, com a finalidade de adquirir uma autoconfiança positiva.
- B. Relação de ajuda que envolve alguém que busca auxílio, alguém disposto a ajudar e apto para essa tarefa, em uma situação que possibilite esse dar e receber apoio.
- C. Relação face a face de duas pessoas, na qual uma delas é ajudada a resolver dificuldades de ordem educacional, profissional, vital e a utilizar melhor os seus recursos pessoais.
- D. Processo interativo, caracterizado por uma relação única entre conselheiro e cliente, que o leva a mudanças em uma das seguintes áreas: comportamento, construtos pessoais, autoconfiança e habilidade para a tomada de decisão.
- E. Processo relacionado á mudanças na estrutura da personalidade do sujeito, envolvendo uma autocompreensão mais intensa.



12. Analise a frase a seguir:

“Método de tratamento para problemas de natureza emocional, nos quais uma pessoa treinada, mediante a utilização de meios psicológicos, estabelece deliberadamente uma relação profissional com uma pessoa que busca ajuda, procurando remover ou modificar sintomas existentes, retardar seu aparecimento, corrigir padrões disfuncionais de relações interpessoais, bem como promover o crescimento e o desenvolvimento da personalidade!”(CFP, 2022)

Esta frase está relacionada à definição de:

- A. Aconselhamento Psicológico;
- B. Psicoterapia;
- C. Plantão Psicológico;
- D. Psicologia Breve;
- E. Psicologia não Diretiva.

13. O Aconselhamento Psicológico é “uma experiência que visa a ajudar as pessoas a planejar, tomar decisões, lidar com a rotina de pressões e crescer, com a finalidade de adquirir uma autoconfiança positiva”. São etapas do Aconselhamento Psicológico, **EXCETO**:

- A. Ampliar a compreensão da pessoa acerca do problema.
- B. Identificar e analisar problemas específicos.
- C. Utilizar ações gerais e que podem contribuir para o processo de mudança e/ou transformação referente ao problema relatado.
- D. Avaliar os recursos pessoais existentes e que podem ser desenvolvidos para resolver o problema.

14. Acerca do aconselhamento psicológico, lei o texto a seguir:

“O Aconselhamento Psicológico tem como teoria a de _____ com a Abordagem Centrada _____, em seus sentimentos, conflitos e percepções, acreditando na potencialidade do homem e consequentemente capacidade de crescer e dar novos significados a sua vida. A técnica do Aconselhamento está relacionada à resolução de problemas, a tomada de decisões e ao autoconhecimento, permite a pessoa trabalhar com seus recursos em um _____ espaço de tempo, além de possibilitar o

atendimento e acolhimento de uma grande demanda. Esse tipo de apoio tem ação educativa, preventiva e situacional voltada para soluções de problemas imediatos, é mais direcionada a ação do que a reflexão com sentido preventivo. Esse atendimento se trata de um momento onde a pessoa pode se recuperar e encontrar abrigo durante a sua caminhada.”

As expressões que completam o texto são aquelas citadas em:

- A. Willian James – no problema – longo
- B. Carl Rogers – no terapeuta – curto
- C. Skinner – no ambiente – determinado
- D. Carl Rogers – na pessoa – curto
- E. Freud – no inconsciente – curto

GABARITO	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	