



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

Documento de Apoio à Prática Profissional

**Recomendações para a Prática de Intervisão em
Psicologia**

Categoria

Documentos de Apoio à
Prática Profissional

Autoria

Gabinete de Estudos OPP

Documento

Outubro 2020 Lisboa

Documento de Apoio à Prática Profissional

Recomendações para a Prática de Intervisão em Psicologia

Introdução

A prática profissional da Psicologia está em constante desenvolvimento e mudança exigindo, por isso, um investimento fundamental no desenvolvimento profissional contínuo e na formação e aprendizagem ao longo da vida. Neste âmbito, processos como a Intervisão têm uma importância crucial e constituem prática comum entre muitos profissionais da Psicologia em Portugal.

A intervenção psicológica tem-se desenvolvido em função da maior valorização dos indivíduos e das suas diferenças, estando presente em contextos cada vez mais diversificados. Os Psicólogos necessitam de competências na compreensão das dimensões mais particulares de cada pessoa ou contexto. O confronto com outras práticas e outras perspectivas de intervenção por parte dos seus pares é fundamental, permitindo uma maior consciencialização sobre as suas próprias práticas.

O isolamento, as solicitações múltiplas e diversificadas, a intervenção em diferentes contextos e o escasso acesso a redes de apoio, obrigam à reflexão sobre as necessidades centrais à qualidade da prática profissional e promoção do bem-estar dos Psicólogos, visando a diminuição dos riscos psicossociais e pessoais. Por um lado, o stress e a insatisfação são factores de risco significativos nas profissões de ajuda, por outro o trabalho em equipa é de fulcral importância na prevenção do stress e *burnout* dos profissionais, contribuindo para o atenuar de algumas das suas consequências.

A **Intervisão** é considerada um mecanismo muito relevante e significativo na promoção do **bem-estar e do autocuidado** dos profissionais, na facilitação da **formação e do desenvolvimento contínuo dos Psicólogos**, bem como da **prática profissional da Psicologia**, segura e de qualidade, junto dos cidadãos.

A Intervisão é uma prática comum entre muitos profissionais de psicologia em Portugal e no restante espaço Europeu, sendo, contudo, difícil encontrar formas regulamentadas equitativas dentro dos diferentes países onde esta prática existe. Em Portugal podem actualmente encontrar-se vários grupos de Intervisão, alguns destes com regulamentação específica, metodologia própria, muitas das vezes assente num pressuposto de informalidade, diferente de grupo para grupo. Existem, contudo, muitos pontos comuns entre todos eles.

Neste sentido, ao longo deste documento procuramos apresentar um conjunto de recomendações para a prática profissional de Intervisão em Psicologia, sublinhando a sua **relevância para o percurso profissional (e pessoal) dos Psicólogos**. Estas recomendações **são transversais aos diferentes modelos teóricos, contextos e experiências profissionais dos Psicólogos**, integrando as diferentes

áreas de intervenção da Psicologia (Psicologia Clínica e da Saúde, Psicologia da Educação e Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações), em consonância com o Modelo Europeu de Competências – EuroPsy. Este documento precede um documento posterior, sobre o mesmo tema, mas com Linhas de Orientação para a Prática Profissional, mais extensas e detalhadas.

A Intervisão

1.1 Conceito de Intervisão

A Intervisão em Psicologia é um **processo de grupo, complexo e dinâmico**, que utiliza uma **relação colaborativa simétrica**, que pode estender-se ao longo do tempo. Constitui uma oportunidade para, entre pares e num ambiente de **apoio e de confidencialidade**, debater assuntos relacionados com a **intervenção psicológica**. Através do processo de Intervisão promove-se a discussão, a reflexão, a partilha e o bem-estar dos Psicólogos na sua prática profissional, nos mais diversos contextos de intervenção, enriquecendo as perspectivas e os processos de tomada de decisão de cada participante, permitindo integrar conhecimentos, competências, sentimentos e acções, a partir de um modelo estruturado, centrado nos princípios profissionais da intervenção psicológica.

Ainda que existam aspectos em comum e partilha de objectivos (nomeadamente no que diz respeito ao desenvolvimento das competências dos Psicólogos e à qualidade dos serviços que prestam), **a Intervisão e a Supervisão são processos distintos (e complementares)**.

A Intervisão pressupõe o estabelecimento de **relações de paridade, igualdade e interdependência** entre os participantes. Os participantes têm o **controlo total das suas decisões**, podendo optar por seguir, modificar ou ignorar as recomendações do(s) colega(s) de Intervisão. **Não existe uma avaliação** dos participantes, mas sim uma maior responsabilidade por estruturar o próprio processo de desenvolvimento pessoal e profissional.

1.2 Importância, Objectivos e Funções da Intervisão

Pertencer a um grupo de Intervisão pode constituir uma relação-chave para o Psicólogo ao longo da sua carreira. A necessidade de procurar e participar em processos de Intervisão pode derivar da obrigação ética e do compromisso profissional em prestar o melhor serviço possível – baseado nas evidências científicas actualizadas – e, portanto, de investir no desenvolvimento profissional contínuo, nomeadamente no que diz respeito às competências que permitem responder à diversidade de clientes e de contextos, bem como, da necessidade de autocuidado e cooperação com outros profissionais de Psicologia.

A Intervisão cumpre um conjunto de objectivos:

- Proporcionar uma estrutura de **desenvolvimento profissional contínuo**.
- Promover a **reflexão** construtiva e o questionamento sobre a própria prática profissional.

- Permitir a **exposição segura** de questões relacionadas com os **desafios e os dilemas da prática** profissional, possibilitando aos participantes receber **apoio e aconselhamento** no processo de **resolução de problemas** e de **tomada de decisão**.
- Proporcionar um espaço de **partilha** de informações e conhecimentos, de experiências e perspectivas e de **reconhecimento** de dificuldades/desafios e respostas/soluções comuns.
- Aumentar a percepção de **auto-eficácia**, **auto-confiança**, **auto-determinação** e **independência**, promovendo, simultaneamente, o **empowerment** e a **responsabilidade** pelo próprio desenvolvimento profissional.
- Enriquecer as oportunidades de **networking** e de **colaboração** entre colegas.
- Promover o **bem-estar**, a **regulação emocional**, a **Saúde Psicológica** e o **autocuidado** dos Psicólogos.
- **Diminuir os riscos psicossociais** associados à profissão, nomeadamente o stress e o *burnout*.

Neste sentido, a Intervisão cumpre duas **funções fundamentais**, a saber:

- **Função de apoio à prática e ao desenvolvimento profissional** - a partilha de situações e a discussão das mesmas com os pares, a partir das suas experiências técnicas e científicas, permitem aos Psicólogos envolvidos reflectir sobre a intervenção psicológica, ponderar outras alternativas e obter maior segurança face às tomadas de decisão. Um grupo de Intervisão incrementa entre pares o desenvolvimento profissional dos elementos envolvidos.
- **Função de auto-cuidado** – Os intervenientes num processo de Intervisão partilham dificuldades, sentimentos e vulnerabilidade sentidas no desenvolvimento da sua prática profissional, permitindo uma maior percepção de normalidade dessas vivências. Reflectem sobre as suas práticas em contexto de confidencialidade e segurança. Nos grupos de Intervisão é possível encontrar equilíbrio ou estabilidade para factores potenciadores de desajuste emocional, ou receber reflexões construtivas por parte de colegas, o que favorece o desenvolvimento profissional e pessoal. Ainda que a função de auto-cuidado faça parte de um grupo de Intervisão, um grupo de Intervisão não deve ser confundido com um grupo de partilha ou grupo de Encontro.

1.2 Funcionamento dos Grupos de Intervisão

1.3 Apesar dos grupos de Intervisão poderem apresentar **características e dinâmicas de funcionamento diferentes**, é importante o **respeito por um conjunto de regras**:

- **É importante estabelecer um Contracto de Intervisão**. No início do processo de Intervisão deve ser estabelecido e assinado por todos os participantes um Contracto de Intervisão, que explicita os objectivos, características, estrutura e regras de funcionamento do grupo e do processo de Intervisão, com respeito pelos pressupostos aqui identificados.

- **É importante que o processo de Intervisão defina uma área de intervenção psicológica.** O grupo de Intervisão deve realizar um processo de Intervisão sobre as práticas de intervenção psicológica numa determinada área da Psicologia (por exemplo, o grupo de Intervisão deve centrar o processo de Intervisão na prática da Psicologia Clínica e da Saúde, da Psicologia da Educação ou da Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações).
- **É importante atender ao nível de formação e de experiência dos elementos do grupo de Intervisão.** Os participantes de um grupo de Intervisão devem ter níveis de formação e experiência equiparáveis, evitando a concentração do processo de Intervisão na maior experiência de um deles. Os elementos de um grupo de intervenção devem demonstrar capacidades de funcionamento em grupo, de *feedback* construtivo e capacidade de promover um espaço de reflexão seguro e relações de confiança.
- **É importante definir o regime de funcionamento do grupo de Intervisão.** Os grupos de Intervisão deverão idealmente reunir em formato presencial de forma periódica podendo, no entanto, funcionar à distância através de um fórum *online*, ou num regime misto combinando reuniões presenciais com reuniões ou presença em fórum, em ambiente virtual. Os grupos de Intervisão devem garantir que as sessões ocorrem em contextos que garantem a privacidade a todos os participantes.
- **É importante definir o formato do grupo de Intervisão.** O grupo de Intervisão poderá ser aberto (mantém apenas alguns participantes na estrutura fixa e os restantes são rotativos tendo em consideração os objectivos da sessão) ou fechado (mantém uma estrutura fixa de participantes, independentemente de poder permitir a presença pontual de participantes externos, tendo em conta os assuntos abordados ou como período de experimentação para novos participantes).
- **É importante definir o número e as características dos participantes.** O tamanho do grupo de Intervisão pode influenciar a dinâmica do processo de Intervisão (por exemplo, num grupo mais pequeno, os profissionais têm mais oportunidades de contribuir para as discussões; num grupo maior, os profissionais acedem a mais perspectivas e *feedback*). Um número ideal de participantes deverá ser considerado em função das necessidades e dos objectivos do grupo, devendo existir um mínimo de 4 participantes.
- **É importante definir a frequência e a duração das sessões.** Os grupos de Intervisão podem reunir-se mensalmente, bimensalmente, trimestralmente ou com outra periodicidade que responda às necessidades dos seus participantes. Do mesmo modo, a duração das sessões é variável e depende também da periodicidade das sessões, do número de participantes ou da especificidade da situação – há grupos que reúnem 60 minutos, 90 minutos ou 2 horas. Uma orientação a ter em conta é a de permitir a cada participante participar e receber *feedback*.

- **É importante definir um Facilitador do processo de Intervisão.** Os grupos de Intervisão devem ter um Facilitador – responsável por organizar e dinamizar o processo de Intervisão: por exemplo, marcar as reuniões, garantir que os objectivos e a agenda da sessão são cumpridos, gerir as participações, os tempos de intervenção dos participantes e os tempos da reunião, garantir que os participantes têm oportunidade de dar e receber *feedback*, e assegurar o registo da sessão. O Facilitador pode ser sempre o mesmo ou ser rotativo, permitindo a todos os participantes interessados desempenhar esse papel.
- **É importante definir uma estrutura para as sessões de Intervisão.** Os participantes devem acordar uma estrutura para as sessões de Intervisão. Por exemplo, em cada sessão os participantes podem partilhar espontânea e livremente as suas experiências; ou em cada sessão existe uma apresentação previamente preparada por um dos participantes. É ainda importante que os participantes conheçam os objectivos específicos e o tipo de conteúdos que é possível partilhar no grupo (por exemplo, assuntos pessoais, assuntos relativos à gestão logística, assuntos relativos à essência da prática profissional), bem como o regime de faltas.
- **É importante realizar e manter registos do processo de Intervisão.** O registo de cada sessão de Intervisão deve incluir a data, os participantes, as faltas e as principais conclusões para o desenvolvimento profissional ou pessoal dos participantes, respeitando o Código Deontológico dos Psicólogos Portugueses e as regras de protecção de dados (uma vez que o registo poderá ser lido por elementos externos ao processo de Intervisão).
- **É importante respeitar sempre o Código Deontológico.** Os participantes e o funcionamento definido para o processo de Intervisão devem respeitar integralmente o Código Deontológico, nomeadamente no que diz respeito à confidencialidade. É importante ainda reconhecer os limites da Intervisão, sendo que este processo não substitui todas as restantes formas de apoio ou desenvolvimento profissional das quais um Psicólogo pode precisar.

Independentemente da liberdade condutora de cada processo ou contracto de Intervisão, pretende-se aqui efectuar recomendações que permitam corrigir assimetrias verificadas entre práticas de Intervisão.

Todos os elementos podem apresentar, inicialmente, de forma sucinta, um problema ou dificuldade concreta a discutir. O tempo de referência para apresentação do problema ou dificuldade deve ser definido tendo em conta o número de participantes e o tempo da sessão. Tome-se como exemplo o valor de referência de 5 minutos. A apresentação do problema ou dificuldade deve ser seguida de uma ronda de opiniões à qual se propõe também um valor de referência de 5 minutos no máximo para cada elemento. Todos os elementos devem comentar cada problema ou dificuldade apresentada. O objetivo é conseguir o máximo de *inputs* possível numa perspectiva de todas as dimensões fundamentais do exercício da psicologia serem acedidas.

O grupo pode optar por fazer a apresentação da totalidade dos problemas ou dificuldades seguindo-se a ronda de opiniões por ordem de apresentação ou estabelecer uma prioridade da apresentação. Em casos em que seja necessário haver uma discussão aberta dos assuntos, esta deve ser, idealmente, remetida para o fim da ronda de opiniões com um tempo limite estipulado pelo Facilitador, idealmente não superior a 10 minutos. Todos devem ter algo a dizer, independentemente de qualquer elemento poder abdicar do direito de o fazer. Será na parte da discussão que questões mais pessoais ou empáticas podem emergir.

Numa sessão de Intervisão devem ser abordados todos ou o máximo de problemas ou dificuldades apresentadas. O objectivo não é uma conceptualização e descrição detalhada, mas sim a apresentação e discussão de problemas ou dificuldades concretas.

Cada participante pode dar o seu contributo reflexivo para apoiar em tomadas de decisão ou na resolução do problema ou dificuldade específica apresentada, ou ainda daquilo que sente sobre o mesmo. O foco não está em apresentar soluções concretas. O objetivo do grupo é que todos se confrontem com a sua própria opinião em função das opiniões terceiras. Pretende-se promover a tomada de consciência, a exploração de alternativas, a capacidade de decisão e o raciocínio profissional. Neste sentido reforça-se a necessidade de um Facilitador que evite a dispersão dos objectivos ou uma divagação que não permita o cumprimento dos objectivos do grupo.

A necessidade de partilha empática e as relações humanas estão muitas das vezes na base do desenvolvimento dos processos de Intervisão, pelo que pode ser importante o Facilitador criar um momento aberto ou de partilha.

Idealmente, cada elemento, no final da reunião, deverá identificar quais os ganhos resultantes da discussão promovida para o seu desenvolvimento profissional e pessoal. Na sessão seguinte caso algum dos intervenientes necessite voltar a abordar um assunto, deve fazê-lo.

Caso existam desistências de elementos do grupo que inviabilizem, a longo prazo, o funcionamento de um grupo fechado, os elementos interessados em manter-se em Intervisão poderão integrar outro grupo em funcionamento, ou permitir a entrada de novos membros para o atual grupo.

Assim se resumem os principais pontos das recomendações propostas:

- a) Introdução pelo Facilitador;
- b) Apresentação dos problemas por parte dos elementos participantes;
- c) Priorização dos problemas a serem discutidos, em função da decisão do grupo;
- d) Comentários do grupo ao problema apresentado, por ordem;
- e) Discussão do problema apresentado;
- f) Reflexão final da sessão de Intervisão.



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

RECURSOS.ORDEMDOSPSICOLOGOS.PT
WWW.ORDEMDOSPSICOLOGOS.PT

Para mais esclarecimentos contacte o Gabinete de Estudos:
andresa.oliveira@ordemdospsicologos.pt

Sugestão de Citação:

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2020). Recomendações para a Prática de
Intervisão em Psicologia. Lisboa