



## **A CONSTRUÇÃO DA COMUNICAÇÃO TERAPÊUTICA, A PARTIR DA PRÁTICA DO AUTOCONHECIMENTO PARA O PROFISSIONAL DA ENFERMAGEM**

Lucia Aba Youssef Haboba

Enfermeira. Pedagoga. Mestre em Ciências da Saúde. Terapeuta Integrativa e Complementar. Docente no Centro Universitário Estácio de São Paulo. E-mail: luciahaboba@hotmail.com

**Introdução:** O autoconhecimento tem sido uma prática milenar, no intuito de levar o ser humano, a uma busca de sua essência, para que, ao conhecer suas características pessoais e individuais, possa olhar para o outro com o mesmo senso de compreensão de suas questões emocionais, sentimentais, culturais e práticas de autocuidado. A prática da Enfermagem é pautada por um processo de cuidados, mas também, de tratamento do cliente como um ser autônomo e responsável pelo binômio saúde- doença, envolvido diretamente em corresponsabilidade no tratamento necessário a manutenção e recuperação do bem-estar biopsicossocial. O enfermeiro ao habilitar-se para a prática do autoconhecimento, além de estar atuando para seu processo de qualidade de vida, passa a visar a construção da comunicação terapêutica na prática da enfermagem. **Objetivo:** Capacitar o enfermeiro a trabalhar a comunicação terapêutica, a partir da construção do autoconhecimento, visando um assistência de enfermagem humanizada, humanizadora, buscando a prática da autonomia e autoconsciência do cliente, e de sua responsabilidade no processo de recuperação, manutenção e promoção a saúde. **Material e Método:** A partir de apresentação de animações e discussões em grupo, tratando na roda de conversa juntamente com o processo terapêutico emergente em cada ator envolvido, trazer para reflexão, questões como: “Sei e consigo expressar meus sentimentos?”; “Identifico o que altera o meu humor?”; “Consigo utilizar o silêncio de forma terapêutica?”; “Tento manter o foco?”. **Resultados e Discussão:** A partir das questões propostas pode-se perceber a grande dificuldade que o participante, dentro da realidade de que, antes de tudo é um ser humano, e essencialmente oriundo de uma cultura, inserido em um contexto biopsicossocial, que nem sempre é fácil falar de seus sentimentos ou ser acolhedor, mas consegue facilmente perceber o que o altera seu humor, sendo o silêncio nem sempre uma prática facilmente utilizada, e que para manutenção do foco, muitas vezes é preciso fazer exercícios no sentido de habilitar-se a cada dia para a manutenção da busca dos objetivos diários e na boa prática dos relacionamentos interpessoais. **Conclusão:** Pode-se concluir que o enfermeiro, para que possa ser um profissional que atue dentro de uma prática humanizadora e colaborativa, torna-se importante a capacitação do mesmo, desde o início de sua formação acadêmica até a educação continuada, em direção ao processo da construção do autoconhecimento com o desenvolvimento da comunicação terapêutica. E a trilhar resultados a partir d interface educação e saúde.

**Palavras-chave:** Comunicação Terapêutica, Humanização, Autoconhecimento.