



## PSICOTERAPIA

### O que é psicoterapia?

A psicoterapia é um método de tratamento de problemas psicológicos e emocionais baseado no conhecimento científico do funcionamento psicológico. Com base no conhecimento teórico do desenvolvimento psicológico, o psicoterapeuta formula intervenções (interpretações, reformulações, confronto, etc.), que ajudam o paciente a tomar consciência da origem dos seus problemas e a elaborar e lidar de um modo mais adaptativo com situações nas quais encontra dificuldade ou causam sofrimento. Deste modo, a psicoterapia promove alterações do comportamento e aumento do autoconhecimento, leva a uma maior adaptação pessoal e social e aumenta a liberdade interior.

### Qual a diferença entre psicólogo e psiquiatra?

O psicólogo é um profissional que concluiu a graduação em Psicologia, podendo atuar na área clínica, organizacional, educacional, esportiva e outras. O psicólogo que trabalha com psicologia clínica é também chamado de psicoterapeuta. O psiquiatra é um profissional com formação em Medicina e com especialização em Psiquiatria. Também é o profissional que está apto a fazer prescrição de medicamentos.

### Quando procurar um psicólogo?

- Quando estamos passando por um sofrimento;
- Quando queremos melhorar alguma capacidade, habilidade ou comportamento;
- Quando queremos nos conhecer melhor.

*Para alcançar o emocional é preciso falar sobre tudo aquilo que tem trazido o desequilíbrio! Procure um psicólogo!*



ESTADO DO PARANÁ  
POLÍCIA MILITAR  
DIRETORIA DE PESSOAL  
SEÇÃO DE ASSISTENCIA SOCIAL



### **Qual o público atendido?**

Polícias Militares, Bombeiros Militares, filhos e cônjuges.

### **O trabalho do psicólogo na Polícia Militar do Paraná**

No Estado do Paraná hoje temos 44 psicólogos atuantes nos diversos batalhões e unidades especializadas da PMPR. Esse modelo de trabalho é único no Brasil e teve seu início na PMPR em outubro de 2012, com psicólogos civis contratados pelo FASPM.

Interessados entre em contato com a Sessão de Assistência Social, rua Santo Antônio 231, Bairro Rebouças – Curitiba-PR, fone (41) 3333-2782 ou por meio do Psicólogo de sua Unidade

***Para alcançar o emocional é preciso falar sobre tudo aquilo que tem trazido o desequilíbrio! Procure um psicólogo!***

***Seção de Assistência Social da Polícia Militar do Paraná, Rua Santo Antônio, 231, Rebouças,  
Curitiba, Paraná, Fone: (41) 3333-8328- e-mail sas@pm.pr.gov.br***