



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

CIÊNCIA COM EVIDÊNCIA

PARECER OPP

Aconselhamento Filosófico

Parecer OPP – Aconselhamento Filosófico, publicado pela Ordem dos Psicólogos Portugueses.

A informação que consta deste documento, elaborado em Maio de 2023, e na qual se baseia foi obtida a partir de fontes que os autores consideram fiáveis. Esta publicação ou partes dela podem ser reproduzidas, copiadas ou transmitidas com fins não comerciais, desde que o trabalho seja adequadamente citado, conforme indicado abaixo.

Sugestão de citação: Ordem dos Psicólogos Portugueses (2023). Parecer OPP - Aconselhamento Filosófico. Lisboa.

Para mais esclarecimentos contacte Ciência e Prática Psicológicas:
andresa.oliveira@ordemdospsicologos.pt

Ordem dos Psicólogos Portugueses Av. Fontes Pereira de Melo 19 D 1050-116 Lisboa T: +351 213 400 250
www.ordemdospsicologos.pt

Parecer OPP

Aconselhamento Filosófico

Cabe à Ordem dos Psicólogos Portugueses, de acordo com o art.º 3º, alíneas a), b) e c) da Lei nº 57/2008, de 4 de Setembro, a defesa dos interesses gerais dos utentes, a representação e a defesa dos interesses gerais da profissão de Psicologia e a regulação do acesso e do exercício da mesma.

Nesse sentido, julgamos pertinente esclarecer alguns factos relativamente ao **Aconselhamento Filosófico**.

O movimento do Aconselhamento Filosófico teve início na Alemanha, em 1982, com a fundação da Sociedade Internacional para a Prática Filosófica (*Internationale Gesellschaft für philosophische Praxis*) pelo filósofo Gerd B. Achenbach. Subsequentes desenvolvimentos dão-se em 1992, nos EUA, com a *American Society for Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, (hoje denominada *National Philosophical Counseling Association*), co-fundada pelos filósofos norte-americanos Elliot D. Cohen, Paul Sharkey e Thomas Magnell. Deste então, muitas outras associações têm sido criadas, incluindo a Associação Portuguesa de Ética e Filosofia Prática, fundada em Portugal em 2008.

É difícil determinar o que é o Aconselhamento Filosófico, uma vez que não parece existir uma definição consensual. Na maior parte dos *sites* que o referem, corresponde a uma zona de intersecção entre as noções de Filosofia e “ajuda” e passa por uma actividade em que o/a Consultor/a Filosófico/a orienta o/a cliente, utilizando métodos filosóficos e o diálogo filosófico, para solucionar ou gerir problemas da sua vida.

Os mesmos *sites* oferecem como exemplos de problemas que podem beneficiar do Aconselhamento Filosófico os dilemas éticos, as dificuldades nas relações interpessoais, estados de angústia e tristeza, questões sobre o sentido da vida, necessidade de tomada de decisão, construção de um projecto de vida, experiências de perda e luto, entre outras.

Ora, mesmo que o Aconselhamento Filosófico não seja normalmente apresentado como um modelo terapêutico (não constitui uma terapia em sentido restrito), propõe-se como alternativa às psicoterapias, argumentando-se que pode gerar resultados terapêuticos. **O âmbito do trabalho que é descrito como correspondendo ao Aconselhamento Filosófico é o âmbito do trabalho da Psicologia e da Psicoterapia**, até porque estas não se debruçam somente sobre condições psicopatológicas.

Na realidade, as Consultas Filosóficas ou de Aconselhamento Filosófico **carecem quer de enquadramento teórico-académico quer de enquadramento socioprofissional**. As **informações que existem são escassas, díspares e incoerentes**. Além disso, não há referência a formação idónea na área nem qualquer tipo de regulamentação profissional. Em Portugal, o Aconselhamento Filosófico caracteriza-se ainda pela sua inexistência formal como profissão ou actividade económica.

Pelo contrário, faz parte do entendimento geral sobre a Ciência Psicológica, advogado pelas principais entidades relacionadas com o seu estudo e organização, que a **Psicologia** corresponde ao estudo da mente e do comportamento humanos e que os **pensamentos**, as **emoções** e os **comportamentos** constituem os **domínios de actuação dos Psicólogos e Psicólogas**. A extensa formação de base em Psicologia permite aos Psicólogos e Psicólogas compreender os processos de desenvolvimento emocional, social e cognitivo, assim como o funcionamento da personalidade e das relações interpessoais.

É ainda do entendimento comum que, com base nesse conhecimento científico, e através da intervenção psicológica e da **Psicoterapia** (ou **Terapia**), os Psicólogos e Psicólogas utilizam **diferentes abordagens** que estão associadas às principais **perspectivas teóricas da ciência psicológica** e aplicam **procedimentos e técnicas** baseadas na investigação e evidência científicas (não excluindo a prática da Psicoterapia por outros/as profissionais de saúde com a devida formação). Os objectivos centram-se na exploração da natureza dos problemas psicológicos, na promoção da autonomia, da autodeterminação individual e no desenvolvimento de novas competências, comportamentos, emoções e pensamentos mais saudáveis e adaptativos.

Portanto, **a Psicologia e os Psicólogos/as intervêm não só nas perturbações da Saúde Psicológica, mas também na gestão de diferentes situações e problemas da vida**, como por exemplo, a perda de alguém, uma doença física que interfere com a vida e a saúde, situações de sobrecarga com o trabalho e a família, a necessidade de se tomar uma decisão importante, a (re)construção de um percurso de vida, ou mesmo quando se tem o sentimento geral de que algo não está bem e se quer descobrir e criar significado para a própria vida.

Tendo em conta este entendimento partilhado internacionalmente, e consagrado em Portugal com a criação da OPP, fica clara a importância e a **necessidade de uma formação de base específica em Psicologia para compreender, avaliar e modificar o comportamento humano**. Para além de uma formação sólida, a actividade profissional dos Psicólogos e Psicólogas é baseada na experiência prática e supervisionada e suportada por investigação científica válida. O exercício da profissão de Psicólogo é regulado, obrigando à inscrição na Ordem dos Psicólogos Portugueses de acordo com o art.º 50.º do Estatuto da Ordem, aprovado pela Lei supracitada. E está sujeito ao respectivo **Conselho Jurisdicional**, que zela pela protecção dos utentes combatendo as más práticas em Psicologia.

É de reforçar que tal não acontece no caso do Aconselhamento Filosófico. **Não existem, na investigação científica, estudos sobre os efeitos terapêuticos do Aconselhamento Filosófico** ou do seu impacto na vida emocional e no bem-estar das pessoas que o procuram. E uma vez que a prática desta actividade não é de forma alguma regulamentada ou alvo de qualquer acção jurisdicional, tal significa que pessoas sem qualquer preparação podem estar a lidar com problemáticas que exigem a competência e responsabilidade de profissionais da Psicologia.

Os Psicólogos e Psicólogas são ainda obrigados a cumprir um [Código Deontológico](#) que promove um conjunto de **princípios éticos** fundamentais para qualquer forma de intervenção psicológica, assegurando a prestação de serviços de qualidade.

PARECER OPP – Aconselhamento Filosófico

A prática da Psicologia e a prestação de serviços psicológicos por **profissionais não qualificados/as** coloca uma **ameaça à saúde pública**, assim como à segurança e ao bem-estar da população, pelo que deverá ser ponderado com extrema cautela.



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

www.ordemdospsicologos.pt
www.recursos.ordemdospsicologos.pt/repositorio
www.eusinto.me