

## Therapy2.0 Press Release

28 de abril, 2017



### Ajudar os jovens com serviços de aconselhamento e terapia on-line

#### O inquérito mostra que conselheiros e terapeutas procuram intercâmbio e qualificação

**Nuremberg. 12 especialistas europeus, membros do projeto Therapy2.0 financiado pelo programa Erasmus+, reuniram no *Institute for Learning Innovation da Universidade Erlangen-Nuremberg (ILI)*, onde refletiram acerca das condições em que as ferramentas on-line devem ser utilizadas no aconselhamento e terapia de jovens, obedecendo à questão central do projeto europeu de qual a melhor forma de chegar aos jovens que necessitam de aconselhamento ou de assistência terapêutica. Os *smartphones* e outros dispositivos on-line podem oferecer uma oportunidade até agora pouco explorada, através das redes sociais.**

Os resultados de um inquérito à escala europeia, realizado pelas oito instituições que desenvolvem o projeto "Therapy2.0", informa-nos acerca deste tema. O inquérito foi dirigido a terapeutas e conselheiros de jovens, e também a professores, psicólogos escolares e indivíduos que trabalham com refugiados. O projeto é gerido pela empresa alemã *German media k GmbH (Bad Mergentheim)*. O *Institute for Learning Innovation* da Universidade de Erlangen – Nuremberg elaborou o inquérito e avaliou os resultados.

Neste inquérito participaram 252 conselheiros, terapeutas, professores e ainda profissionais que trabalham em instituições de acolhimento de refugiados. Os principais resultados deste inquérito foram os seguintes:

- 72% desejam um intercâmbio mais forte com colegas que já trabalham com ferramentas on-line;
- 49% querem mais informações sobre a proteção de dados, 47% sobre questões éticas e 42% sobre aspetos específicos de comunicação através do recurso às diferentes ferramentas;
- A maioria (64%) expressou vontade de experimentar ferramentas on-line testadas e comprovadas e exprimiram um grande interesse na qualificação profissional.

#### Os resultados - representativos da Europa

Os participantes (80% mulheres) eram provenientes de sete países europeus: Alemanha, Áustria, Eslovénia, Portugal, Grécia, Croácia e Islândia. A proporção de terapeutas (42%) e de conselheiros de jovens (50%) foi aproximadamente igual. A maioria dos entrevistados tinha entre 41 e 50 anos e possuía, no máximo, 25 anos de experiência profissional.

Na utilização de ferramentas eletrónicas, o e-mail (74%) foi a ferramenta que obteve maior percentagem

de utilização, mas também são utilizadas as redes sociais (30%) e videoconferências (27%). O Facebook (86%) é a rede social mais utilizada. O computador é o hardware mais importante (70%).

Na utilização de ferramentas on-line, os resultados do inquérito são ainda mais diferenciados: mais de 50% expressaram opiniões positivas ou muito positivas sobre ferramentas on-line na terapia e aconselhamento; outros 25% disseram que não tinham qualquer experiência. No grupo de pessoas que não utilizam ferramentas on-line, as razões são "muito impessoais" (50%) e "não suficientemente seguras" (34%). Apenas 12% acreditam que o aconselhamento e / ou terapia online não é eficaz.

Como um desafio especial no aconselhamento on-line, os profissionais identificam a falta da comunicação não verbal (72%), o "não ser apropriada para todos os problemas" (63%) e os "potenciais mal-entendidos" (57%).

No caso dos adolescentes, oito áreas/perturbações mereceram principal destaque na terapia e aconselhamento: problemas familiares, transtornos de ansiedade, depressão, falta de competências na resolução de conflitos, comunicação, dificuldades de aprendizagem, abuso de álcool e drogas e *bullying*.

Os principais resultados obtidos em Portugal foram os seguintes:

- Com 31% de respondentes, Portugal foi o terceiro país com o maior grupo de respondentes, sendo destes cerca de 66% do género feminino. Os respondentes portugueses expressaram-se neste inquérito acima da média afastados da utilização das ferramentas on-line, mas ao mesmo tempo identificou-se uma crescente necessidade de aconselhamento e terapia para adolescentes vulneráveis.
- 57% utilizam o **e-mail** (média 73%); mas as outras utilizações de meios de comunicação são claramente inferiores.
- Cerca de 46% utilizam as **redes sociais** para divulgar os seus serviços (média: 39%)
- Para os que utilizam as **redes sociais**, o Facebook é a rede mais utilizada e acima da média (100%), seguida por outros meios de comunicação (86% média), com muito menos expressividade, designadamente um site próprio ou redes profissionais como o XING ou LinkedIn.
- **Avaliação dos meios de comunicação on-line para aconselhamento / terapia:** A maioria apresenta uma avaliação positiva (31%, média 33%).
- **Razões para a baixa utilização:** apresentam como razões "Eu não sei como utilizar no meu trabalho" (12%); mas têm maior expressividade acharem que são "muito impessoal (46%, na média); 27% que "não é seguro o suficiente" e 23% que apresenta "preocupações éticas", um pouco acima da média europeia).
- **Vantagens:** acima da média a flexibilidade de local e de tempo (75% e 67% respetivamente), custo-eficiência 27% (média 27%). Destaca-se ainda "um acesso mais fácil a grupos que precisam de aconselhamento ou terapia" (43%, média 51%), "um acesso mais fácil para alguns grupos alvo" (40% em comparação com a média de 56%).
- **Preocupações:** Principais preocupações sinalizadas a "falta de comunicação não verbal" (71%; média: 72"), não serem apropriados para todos os problemas" (49%; média: 63%), "O risco de falhas de segurança "(34%; média: 37%).
- **O interesse em tópicos específicos relacionados com o tema:** O interesse em quase todos os assuntos mencionados é comparável à média ou superior, especialmente questões técnicas 43%, intercâmbio de experiências (43%), aspetos legais (51%), semelhanças e diferenças (63%), experiência dos colegas (63%).

- **Grupos vulneráveis:** 93% dos entrevistados alemães apresentam uma crescente procura por esses grupos e uma posição acima da média em experiências já feitas com esses grupos (25% contra 13% em média).
- **Interesse na qualificação oferecida pela Therapy2.0:** Com valores acima da média muitos disseram que "sim, gostariam de receber formação" (51%, média 48%).

## **Aconselhamento e terapia na comunicação com jovens**

Até agora, o aconselhamento e terapia eram realizados principalmente em consultas presenciais. Embora esta abordagem possa levar a resultados satisfatórios com os adultos, especialmente os idosos, existe o risco de que os jovens, os "nativos digitais", não sejam plenamente alcançados deste modo. Eles têm um comportamento de comunicação muito diferente, que inclui, os smartphones e as redes sociais, tal como, o *WhatsApp*, o *Facebook*, o *Twitter* e o *Skype*, e estes funcionam como um complemento à sua comunicação oral. Esta afirmação é especialmente verdadeira para os jovens refugiados que são um grupo-alvo do projeto. Os profissionais que querem chegar a estes jovens têm que saber lidar com as ferramentas on-line e são confrontados com muitas questões tais como, a proteção de dados e questões relativas à confiança, ética e aspetos práticos dos serviços on-line.

Informações sobre o projeto "Therapy2.0": (Escola Superior de saúde do Instituto Politécnico do Porto)  
[www.counselling4youth.eu](http://www.counselling4youth.eu)

Informações (em Inglês) dos resultados do inquérito: Evelyn Schlenk, ILI, Tel. 0049 9131-8561117  
[Evelyn.Schlenk@ili.fau.de](mailto:Evelyn.Schlenk@ili.fau.de)

Therapy 2.0



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Project number: 2016-1-DE02-KA202-003245

O apoio da Comissão Europeia a esta publicação não constitui um apoio público aos conteúdos que refletem a visão pessoal dos autores. A mesma Comissão não pode ser responsabilizada por qualquer uso que possa ser feito da informação aqui contida.