



Ajudar/Apoiar jovens através de serviços de aconselhamento e terapia on-line

Conselheiros e terapeutas europeus desenvolvem intercâmbio

Rijeka. Onze especialistas europeus reuniram-se na Faculdade de Medicina da Universidade de Rijeka para discutir em que condições podem ser utilizadas ferramentas on-line para aconselhamento e terapia de jovens. Esta reunião permitiu progredir nos objetivos do projeto europeu "Therapy 2.0 [Terapia 2.0]", designadamente contribuir para chegar mais facilmente junto de jovens que precisam de aconselhamento ou terapia. Os smartphones e a internet oferecem novas oportunidades de comunicação com os jovens que estão a ser consideradas neste projeto, designadamente a intervenção on-line (à distância).

Até ao momento, o aconselhamento e a terapia são realizados principalmente em reuniões/sessões presenciais. Embora esta abordagem tenha resultados satisfatórios em adultos, especialmente com idades superiores a 50 anos, existe o risco desta abordagem não permitir chegar até todos os jovens que precisam deste tipo de serviços, designadamente da população conhecida como "nativos digitais", não sendo assim tão eficaz. Os nativos digitais têm um comportamento de comunicação diferente, que inclui, smartphones e as redes sociais, como o WhatsApp, o Facebook, o Twitter e o Skype, que são utilizadas como um complemento para a comunicação oral. Quem quiser chegar até estes jovens mais facilmente tem de saber lidar com este tipo de comunicação não presencial on-line, sendo confrontado com muitas questões práticas, como por exemplo, as relativas à proteção de dados e da confiança, e questões éticas.

O projeto Therapy2.0, financiado pelo programa europeu ERASMUS+, pretende caracterizar práticas de terapia e aconselhamento em sete países europeus, isto é, se os terapeutas e conselheiros que trabalham com esta população já oferecem aconselhamento on-line e qual a sua experiência com este tipo de modalidade. Atualmente, estão a ser desenvolvidas diretrizes e ferramentas que permitam conhecer as melhores práticas, com o objetivo de explorar as possibilidades e os requisitos da terapia on-line. A Faculdade de Medicina da Universidade de Rijeka é considerada como um dos parceiros mais experientes, devido à terapia on-line já desempenhar um papel importante no aconselhamento e na terapia na Croácia. Portanto, os parceiros do Therapy2.0 foram a Rijeka para uma reunião de especialistas com a finalidade de conhecer as experiências croatas e de refletirem sobre as melhores práticas.

Comparando conhecimentos europeus em aconselhamento on-line

"As experiências em aconselhamento e terapia on-line são muito diferentes em toda a Europa", diz Artemisa R. Dores, que representa Portugal, parceiro do projeto Therapy2.0. Existem países como a Eslovênia ou a Croácia que têm experiências consideráveis em aconselhamento/ terapia on-line. Em outros países, como a Alemanha ou a Áustria, os profissionais preferem consultas presenciais para aconselhamento e terapia, estando, ainda, na fase de desenvolvimento das bases para a prestação

de serviços on-line. "Portanto, o intercâmbio entre os vários parceiros do projeto Therapy2.0 proporciona uma oportunidade de aprendizagem com as diferentes realidades de cada país e o desenvolvimento de adaptações e melhorias para estratégias nacionais", diz Karin Drda-Kühn.

Até o verão de 2018, a equipa Therapy 2.0 apresentará uma ferramenta com exemplos de boas práticas em países europeus, bem como de alguns países como a Austrália e o Canadá. Este material será acompanhado de diretrizes/recomendações sobre como implementar serviços on-line para jovens de uma forma mais eficaz e de uma aplicação para dispositivos móveis, ficando todo este material disponível para conselheiros e terapeutas.

Ler mais em: www.ecounseling4youth.eu

Contactos: Regina Silva (ras@ess.ipp.pt) ou Artemisa R Dores (artemisa@ess.ipp.pt) Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico do Porto (ESS|P.PORTO)



Especialistas europeus em aconselhamento e terapia on-line que reuniram em Rijeka / Croácia © Therapy2.0