

# PSI 21

ISSN 2182-4479  
REVISTA OFICIAL DA  
ORDEM DOS PSICÓLOGOS  
PORTUGUESES

**Nº 11 | Dezembro 2016**

# OBRIGADO!

**ELEIÇÕES OPP 2016:  
RESULTADOS**

**ENTREVISTA COM TELMO  
MOURINHO BAPTISTA**

# Anunciar na **PSIS21**

## Regras de Publicidade NAS PUBLICAÇÕES DA ORDEM DOS PSICÓLOGOS PORTUGUESES /

A Direcção da Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) entende que o conteúdo da publicidade a incluir nas suas publicações deve respeitar de forma efectiva os princípios relativos à defesa da Psicologia, enquanto ciência e profissão, referidos na Lei n.º 57/2008, de 4 de Setembro, e no Estatuto da OPP aprovado em anexo a esta lei. A publicidade constante das publicações da OPP respeita assim, em todos os casos, os princípios éticos de defesa da Psicologia como ciência e profissão que são exigíveis a uma organização como a OPP.

Sem prejuízo das creditações concedidas por organismos oficiais portugueses, não é permitida publicidade que inclua referências a creditações concedidas por entidades nacionais ou estrangeiras que não tenham celebrado acordos de reconhecimento mútuo com a OPP.

Os conteúdos de toda a publicidade presente na Revista da OPP são da exclusiva responsabilidade dos seus autores e devem estar devidamente assinalados enquanto tal.

Direcção da Ordem dos Psicólogos  
Portugueses, 13 de Dezembro de 2011

## Para Anunciar CONTACTE /

[publicidade@ordemdospsicologos.pt](mailto:publicidade@ordemdospsicologos.pt)



ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS

A close-up portrait of Telmo Mourinho Baptista, a man with a grey beard and glasses, wearing a dark suit and white shirt. He is looking slightly to the right with a thoughtful expression. The background is blurred.

# EDITORIAL

**No final de um percurso que envolveu sete anos de preparativos para a criação da Ordem, um ano de Comissão Instaladora e dois Mandatos, só posso expressar o que sinto numa palavra:**

**Obrigado!**

Obrigado pelas oportunidades e pelos desafios que me proporcionaram, desde que há mais de 14 anos iniciei este percurso de procurar ter uma Ordem para os Psicólogos, e depois dar os primeiros passos com ela.

Obrigado a todos os que estiveram comigo neste caminho, a todos os que contribuíram para termos hoje uma Ordem forte e presente no quotidiano dos psicólogos e dos cidadãos.

Obrigado aos amigos que ganhei e às pessoas que fui descobrindo. Tive a oportunidade de conhecer de perto muitas pessoas e de apreciar como estão disponíveis para contribuir para o avanço da nossa profissão.

Obrigado por me terem proporcionado um desenvolvimento pessoal provocado pelos enormes desafios que me foram colocados. Ser bastonário de uma Ordem nova e em construção é ter de enfrentar continuamente situações para as quais é preciso descobrir soluções, ensaiar respostas, co-

meter erros e aprender rapidamente a fazer melhor.

Obrigado pela agitação construtiva, ser bastonário é muito exigente e desafiante, e os longos dias de trabalho foram compensados pelos resultados obtidos.

Obrigado a todos os membros dos órgãos sociais da Ordem, nacionais e regionais, às Comissões, Conselhos e Grupos de Trabalho que fazem vibrar a nossa organização e que tanto trabalho têm realizado em prol do exercício da Psicologia no nosso país.

Obrigado a todos os funcionários da Ordem. Sem o seu trabalho dedicado não teríamos uma Ordem com a qualidade de serviços que hoje possui - que permitiu a sua certificação - e capaz de desenvolver tantos eventos com um profissionalismo exemplar. São o coração de uma estrutura que transforma os projectos em acções.

Um obrigado muito especial a todos os meus colegas de Direcção pelo trabalho em equipa, pelas ideias, pelas discussões, e por terem sabido dirigir as acções que contribuíram para termos a Ordem que temos hoje. No primeiro número desta revista disse que a Ordem tinha chegado com um atraso de mais de 20 anos. Estou certo que recuperámos uma boa parte desse atraso.

Estarei sempre disponível para as psicólogas e psicólogos portugueses e para a Ordem, e acompanharei as actividades de futuro com o interesse que sempre terei pela profissão.

Uma Ordem constrói-se com muitas pessoas, empenhadas e sabedoras, com vontade de dar força e presença à profissão que representa. Desejo que possamos continuar nesse caminho de crescimento, cada vez mais fortes e influentes. Os cidadãos e a sociedade precisam dos nossos contributos. Afinal, é para eles que existimos, para que o seu bem-estar seja cada vez maior e para que a diminuição do sofrimento seja uma realidade.

Foi um grande privilégio estar ao vosso serviço.

Obrigado!

**Telmo Mourinho Baptista**  
BASTONÁRIO

## Ficha Técnica

**Telmo Mourinho Baptista**  
DIRECTOR

**Duarte Zoio**  
EDITOR

**Clara Silva**  
**Cláudio Sousa**  
**Constança Paúl**  
**Íris Guerra**  
**Isabel Trindade**  
**Luz Melo**  
**Miguel Ricou**  
**Nuno Camarneiro**  
**Raquel Matos**  
COLABORAÇÃO

**publicidade@ordemdospsicologos.pt**  
PUBLICIDADE

**Ordem dos Psicólogos Portugueses**  
[www.ordemdospsicologos.pt](http://www.ordemdospsicologos.pt)  
PROPRIETÁRIO

**Slingshot**  
**Comunicação e Multimédia**  
[www.slingshot.pt](http://www.slingshot.pt)  
DESIGN

**A3 . Artes Gráficas, Lda.**  
[www.a3-pt.com](http://www.a3-pt.com)  
TIPOGRAFIA

**18.000 exemplares**  
TIRAGEM

**2,50 euros**  
P.V.P.

Isenta de registo na ERC ao abrigo do  
art. 12º, n.º 1 a) do Decreto-Regulamentar  
8/99 de 9 de Junho

ISSN 2182-4479



ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS

## Índice

**P. 03** EDITORIAL

**P. 05** BREVES

**P. 06** O QUE ACONTECEU NO 3º CONGRESSO DA OPP?

**P. 08** FOTORREPORTAGEM DO 3º CONGRESSO DA OPP

**P. 10** NOVA SEDE OPP

**P. 12** ARTIGO DE OPINIÃO: ACTO DO PSICÓLOGO

**P. 12** SERVIÇOS GRATUITOS EXCLUSIVOS A MEMBROS OPP

**P. 13** CAMPANHA EDUCAÇÃO: ESCOLA SAUDAVELMENTE

**P. 14** RESULTADOS ELEIÇÕES 2016

**P. 16** PERÍODO DE EQUIPARAÇÃO DAS ESPECIALIDADES

**P. 17** ENTREVISTA: TELMO MOURINHO BAPTISTA

**P. 22** BENEFÍCIOS OPP

**P. 23** PROJECTA-TE - CONSTRÓI A TUA CARREIRA PROFISSIONAL

**P. 24** CAMPANHA 'ENCONTRE UMA SAÍDA'

**P. 25** OS MEDIA E A SAÚDE MENTAL

**P. 26** ESPAÇO REGIONAL

**P. 30** ENTREVISTA - NUNO CAMARNEIRO

# Breves

## **OPP reúne-se com Secretaria de Estado da Justiça**

Telmo Mourinho Baptista, Bastonário da Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP), reuniu no dia 25 de Outubro de 2016, com a Secretária de Estado Adjunta e da Justiça, Helena Mesquita Ribeiro, tendo sido abordados temas relacionados com o papel dos psicólogos nas áreas tuteladas por esta Secretaria de Estado (Serviços Prisionais, Reinserção Social, Tribunais, entre outros). Da reunião resultou um trabalho conjunto conducente à formalização de um protocolo de colaboração entre a OPP e a Secretaria de Estado da Justiça. •

## **Mais Psicólogos nos Cuidados de Saúde Primários**

Após o contributo da OPP para o desenvolvimento e sustentabilidade do Serviço Nacional de Saúde (SNS), que foi solicitado pelo Ministério da Saúde, e já depois do anúncio da criação de um grupo de trabalho para preparar os diplomas relativos à reorganização dos serviços de Psicologia no SNS com vista a uma maior autonomização e ao registo das suas actividades e dos seus actos, e da aprovação do acto psicológico inserido no diploma dos actos em saúde, foi anunciado pelo Ministro da Saúde Adalberto Campos Fernandes. •

## **Guia orientador da intervenção psicológica nos problemas ligados ao álcool**

A OPP elaborou um guia orientador para a intervenção psicológica nos problemas ligados ao consumo do álcool, bem como para a necessária referenciação. Este documento surge de uma colaboração com diversas entidades, com as quais a OPP partilha interesses e objectivos comuns e que formam o Fórum Nacional Álcool e Saúde (FNAS). O documento encontra-se disponível no website da OPP ([www.ordendopsicologos.pt](http://www.ordendopsicologos.pt)). •

## **Seguro de Responsabilidade Civil Profissional**

Para que todos os membros efectivos da Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) exerçam a sua actividade profissional com toda a segurança, a OPP continua a disponibilizar gratuitamente um Seguro de Responsabilidade Civil Profissional específico para a classe. Desta forma, todos os membros que necessitarem e/ou desejarem renovar ou ter este seguro, terão de, obrigatoriamente, preencher o formulário que se encontra disponível em <http://surveymonkey.com/r/segrespsoc>. •

## **Mais psicólogos nas escolas a partir de Janeiro de 2017**

O Sub-Director Geral de Educação, Pedro Cunha, garantiu no 3º Congresso da OPP, que decorreu em Setembro de 2016 que a contratação adicional de psicólogos para as escolas poderá avançar no início de 2017, na perspectiva da diminuição do rácio alunos/Psicólogos, conforme o protocolo da Direcção Geral de Educação com a OPP. •

## **Novo portal agrega todos os cursos de Formação OPP**

Os cursos de formação Profissional da OPP encontram-se actualmente num novo sítio da internet. Através do portal <http://formacao.ordendopsicologos.pt> será possível ter acesso a toda a informação sobre a formação profissional que a OPP tem para oferecer aos seus membros efectivos. •



3.º CONGRESSO  
DA ORDEM  
DOS PSICÓLOGOS  
PORTUGUESES

O QUE ACONTECEU  
NO 3.º CONGRESSO DA OPP?

[www.oppcongresso2016.pt](http://www.oppcongresso2016.pt)

#### Duração



A



=



#### Participantes



1.800

PARTICIPANTES

#### Comunicação OPP



38 NOTÍCIAS

NOS MAIS VARIADOS  
MEIOS



3.557.770

CONTACTOS  
ALCANÇADOS

#### Actividades



800

COMUNICAÇÕES  
APRESENTADAS



7

WORKSHOPS



7

LIVROS  
APRESENTADOS

# O QUE DESTACAM DESTE 3º CONGRESSO DA OPP?



3º CONGRESSO  
DA ORDEM  
DOS PSICÓLOGOS  
PORTUGUESES



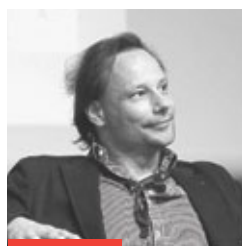
ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS



**Telmo Mourinho Baptista**  
*Presidente do Congresso*

--

"Assistimos a uma presença massiva de profissionais que nos mostraram o que fazem no dia-a-dia, uma enorme demonstração da força da ciência psicológica e as actividades que são suportadas e apoiadas cientificamente. Assisti também a uma enorme capacidade de discutir os assuntos, aquilo que é uma verdadeira afirmação positiva da classe."



**Miguel Ricou**  
*Presidente da Comissão Organizadora*

--

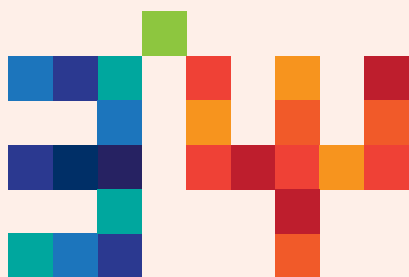
"Destaco a participação e a satisfação que os Psicólogos tiveram em relação às próprias comunicações. Um dos grandes desafios que nos colocaram foi que este congresso fosse o mais profissional possível e menos académico. Penso que nesse sentido foi conseguido e isso deixa-me bastante satisfeito."



**Constança Paúl**  
*Presidente da Comissão Científica*

--

"Destaco a diversidade das propostas que tivemos e que me ajudou a compreender a implementação dos psicólogos na sociedade neste momento e perceber a evolução que tem tido, a diversidade de postos de trabalho que se reflectiram nas propostas de comunicação que recebemos. Foi muito gratificante." •



# 3º CONGRESSO DA ORDEM DOS PSICÓLOGOS PORTUGUESES

## FOTORREPORTAGEM



ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS







# NOVA SEDE

## ‘UMA CASA PARA TODOS OS PSICÓLOGOS’

A nova sede da OPP que agora se localiza na Avenida Fontes Pereira de Melo, em Lisboa, é um espaço privilegiado para os psicólogos, uma vez que, além de se encontrar numa das principais artérias da cidade e com excelentes acessibilidades, é agora capaz de garantir, finalmente, condições de trabalho e técnico-administrativas para melhor serviço a todos os membros.

A nova sede disponibiliza ainda espaços para eventos, reuniões, palestras e formações. Estes espaços podem ser utilizados mediante pedido, endereçado ao Responsável da Gestão de Espaços e Equipamentos.

Realizou-se no dia 15 de Novembro de 2016 a inauguração oficial da nova sede da Ordem dos Psicólogos Portugueses. Estiveram presentes cerca de 110 pessoas, entre entidades públicas, bastonárias/os de outros ordens profissionais, representantes de associações de Psicólogas/os congéneres, representantes de todos os órgãos sociais da OPP, colaboradoras/es da OPP e comunicação social.

De acordo com Telmo Mourinho Baptista, Bastonário da OPP, “esta sede representa o trabalho dos psicólogos e para os psicó-

logos, que seja um ponto de encontro da profissão numa cada vez maior qualificação profissional, pela formação que permite realizar, pelas conferências, eventos, exposições, por todo o trabalho que os psicólogos têm dado e querem continuar a dar à sociedade portuguesa.

E sabemos que só foi possível porque tivemos o apoio dos psicólogos ao longo de muitos anos. É a todas as psicólogas e psicólogos que quero agradecer profundamente o terem acreditado que era possível chegar aqui hoje”. Para concluir o seu discurso, Telmo Mourinho Baptista afirmou: “Termino com uma frase que tenho como inspiradora, e que pertence ao Padre António Vieira ‘Nós somos o que fazemos. O que não se faz não existe. Portanto, só existimos nos dias em que fazemos. Nos dias em que não fazemos apenas duramos’.

As psicólogas e psicólogos portugueses estão a fazer, a contribuir, todos os dias, para que os nossos cidadãos possam ter melhor saúde psicológica e mais bem-estar. Existimos neste fazer, que encontra nesta casa da psicologia, a expressão de uma vontade de estar sempre presente no auxílio a todos os que podem beneficiar do nosso conhecimento”.



## ESPAÇOS DISPONÍVEIS PARA ALUGUER

**AUDITÓRIO / Capacidade:** 110 lugares sentados.

**SALA DE FORMAÇÃO / Capacidade:** 30 lugares e uma sala de reuniões independente com capacidade para 4 pessoas.

**Contactos:** joao.maria@ordemdospsicologos.pt

## QUAIS AS VANTAGENS DESTA NOVO ESPAÇO E OS BENEFÍCIOS QUE TRAZ PARA OS MEMBROS?



**João Maria**

Gestor de Espaços e equipamentos

Sou colaborador da OPP desde o seu início e tenho acompanhado de perto a sua evolução. O número de recursos humanos tem aumentado paralelamente com o crescimento da OPP e desta forma, as condições laborais tiveram de sofrer alterações.

O antigo espaço tornou-se insustentável para a quantidade de pessoas e serviços que a OPP oferece actualmente e adquirir um novo espaço era inevitável. Nesta nova Sede, que se localiza na Avenida Fontes Pereira de Melo, local de fácil acessibilidade através de transportes públicos, é possível oferecer as condições de trabalho que os Colaboradores necessitam para efectuar o seu trabalho e foi também desenhado para ser um espaço de trabalho de todos os Psicólogos.

Esta nova sede tem por base esse mesmo propósito, oferecer aos psicólogos espaços de trabalho, nomeadamente um auditório e uma sala de formação que podem ser alugados para vários fins. Para isso, basta enviar um email para mim através do email joao.maria@ordemdospsicologos.pt.

# ACTO DO PSICÓLOGO

## aprovado em Conselho de Ministros

A proposta de lei do Acto do Psicólogo, que se encontra em discussão na especialidade na Assembleia da República, é mais uma conquista para todos os Psicólogos Portugueses.

A OPP orgulha-se de mais este feito que resulta de um amplo compromisso que está ser negociado, no âmbito do desenvolvimento e sustentabilidade do Serviço Nacional de Saúde (SNS),

que conta com um conjunto de propostas que envolvem a actualização dos psicólogos no SNS.

O envolvimento deste compromisso por parte da OPP, resulta de um trabalho intenso que tem decorrido com o Ministério da Saúde e que se assemelha ao trabalho que a OPP tem desenvolvido com outros ministérios com tutela sobre as áreas de intervenção dos psicólogos.

## SERVIÇOS GRATUITOS

### exclusivos a membros OPP



#### Redalyc e Ebsco

Disponibilização de ferramentas de investigação e formação: acessibilidade às bases de dados de artigos científicos, Redalyc e Ebsco (disponíveis na sua área pessoal).

#### Seguro de Responsabilidade Civil Profissional

Este seguro salvaguarda, igualmente, o próprio património pessoal do psicólogo, pois em caso de reclamação e/ou condenação no âmbito da sua actividade profissional, este estará protegido até ao limite do capital contratado, evitando eventuais recursos ao seu património individual.

#### Gabinete de apoio jurídico

Muito embora a OPP tenha vindo, desde 2010, a prestar os requeridos esclarecimentos legais aos seus membros, prevê-se que a implementação deste serviço (gratuito) promova as boas práticas, divulgue informações neste âmbito e responda às questões jurídicas associadas ao exercício da profissão de Psicólogo/a.

#### Empregabilidade

Disponibiliza medidas de estímulo à empregabilidade, de apoio à integração no mercado de trabalho e ao desenvolvimento de carreira dos seus membros:

- › O Projecta-te - Constrói a Tua Carreira Profissional;
- › A Bolsa de Emprego
- › O Espaço OPP Desenvolvimento Profissional



# ESCOLA SAUDÁVEL MENTE

Será este o mote da próxima campanha da Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP), que irá distinguir as Boas Práticas de Saúde Psicológica junto do meio escolar. Mais do que distinguir, esta campanha visa alertar os protagonistas deste meio, nomeadamente, Pais, Directores, Professores e Psicólogos da Educação, para os problemas de Saúde Psicológica que afectam a comunidade escolar.

A aposta na promoção da Saúde em meio escolar é fundamental e indissociável da contribuição da Psicologia e dos Psicólogos. A Ordem dos Psicólogos Portugueses tem, por isso, o dever de contribuir para uma cultura de responsabilidade, envolvimento e participação social, colaborando na promoção de políticas saudáveis na escola. Neste sentido, no último trimestre de 2016, lança a Campanha *Escola SaudávelMente*.

Uma *Escola SaudávelMente* não tem um mero papel promotor do desenvolvimento académico, não se restringe a ser um espaço de aprendizagem de conteúdos curriculares nem se preocupa exclusivamente com o sucesso académico. Até

porque não existe possibilidade de sucesso ou aprendizagem sem Saúde (Física e Psicológica).

Desta forma, uma *Escola SaudávelMente* assegura que todos os alunos têm as mesmas oportunidades de desenvolvimento de todo o seu potencial cognitivo, social e emocional. Aposta na promoção da Saúde Psicológica, no desenvolvimento social e emocional, assim como na prevenção e intervenção nos problemas de Saúde Psicológica.

Uma *Escola SaudávelMente* não se preocupa apenas com os Alunos, mas também com todos os intervenientes no espaço escolar dos quais depende o seu bem-estar – Professores, Auxiliares de Educação e Pais. Até porque estes intervenientes podem alavancar o desenvolvimento saudável ou constituir-se como barreiras.

Uma *Escola SaudávelMente* tem uma política de Saúde Psicológica Escolar integrada e coerente, uma visão holística do desenvolvimento e uma abordagem centrada na colaboração com a família

e a comunidade, na acessibilidade, qualidade e adaptação equitativa às necessidades de todos.

Uma *Escola SaudávelMente* oferece um ambiente seguro para os alunos estudarem, brincarem, crescerem saudáveis e serem felizes. É igualmente um espaço de trabalho saudável para professores e auxiliares.

---

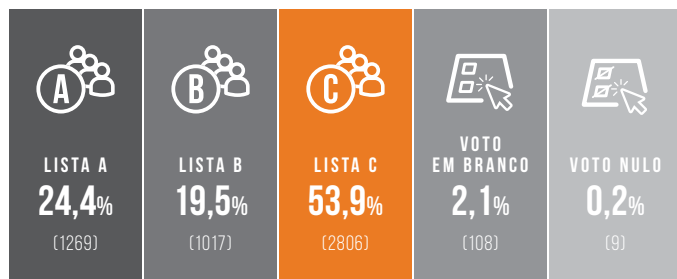
‘VAMOS ENCONTRAR/  
PROMOVER  
UMA ESCOLA  
SAUDÁVELMENTE.’

---

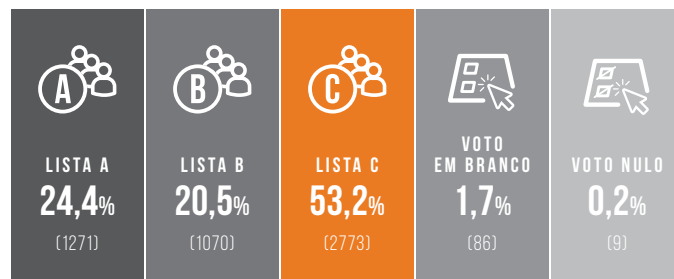
# ELEIÇÕES 2016

ORDEM DOS PSICÓLOGOS PORTUGUESES · RESULTADOS 6 DEZEMBRO

## BASTONÁRIO E DIRECÇÃO NACIONAL



## ASSEMBLEIA DE REPRESENTANTES



## MANDATOS NA ASSEMBLEIA DE REPRESENTANTES NORTE



## MANDATOS NA ASSEMBLEIA DE REPRESENTANTES CENTRO



## MANDATOS NA ASSEMBLEIA DE REPRESENTANTES SUL



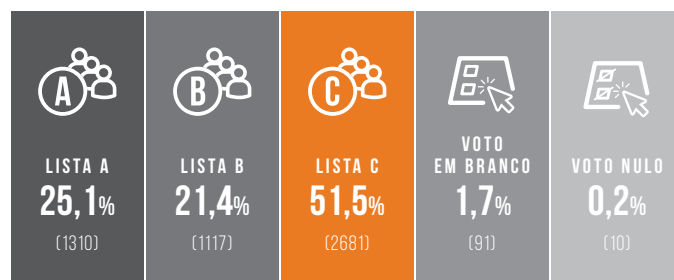
## MANDATOS NA ASSEMBLEIA DE REPRESENTANTES AÇORES



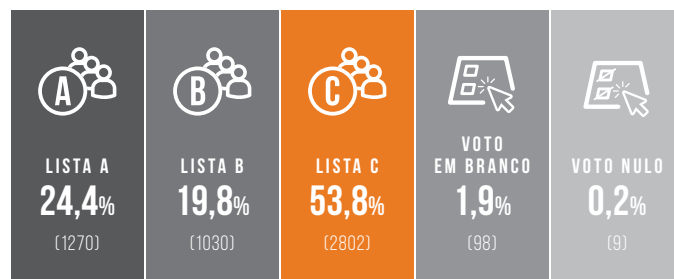
## MANDATOS NA ASSEMBLEIA DE REPRESENTANTES MADEIRA



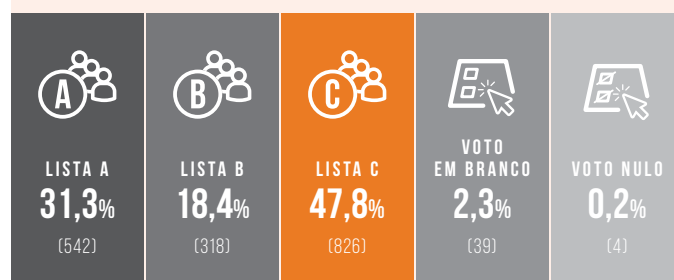
## CONSELHO FISCAL



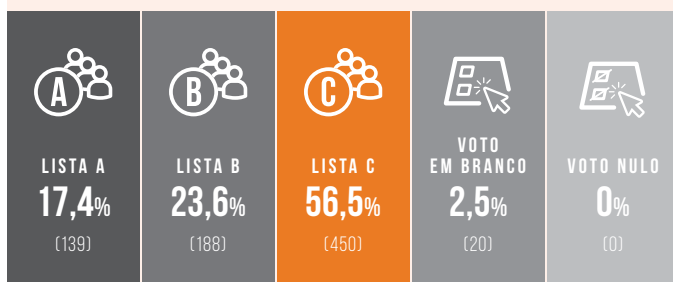
## CONSELHO JURISDICIONAL



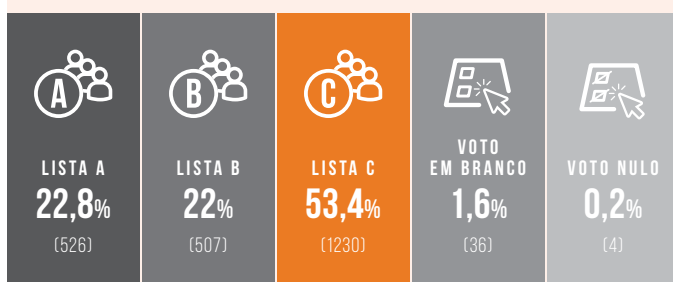
## DIRECÇÃO REGIONAL NORTE



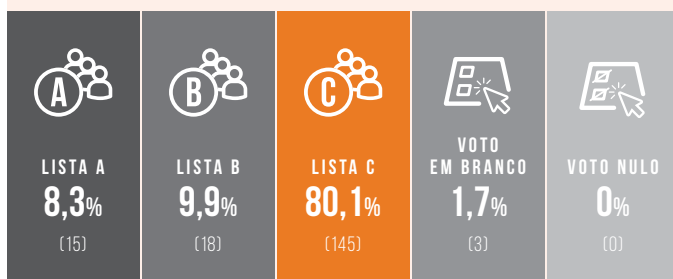
## DIRECÇÃO REGIONAL CENTRO



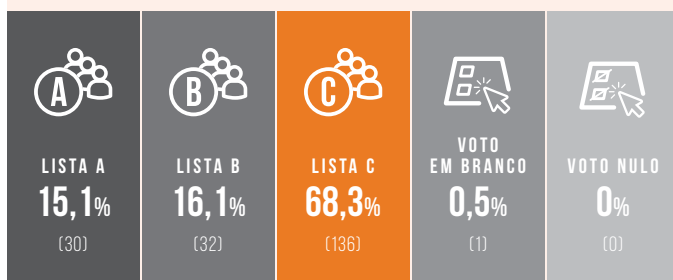
## DIRECÇÃO REGIONAL SUL



## DIRECÇÃO REGIONAL AÇORES



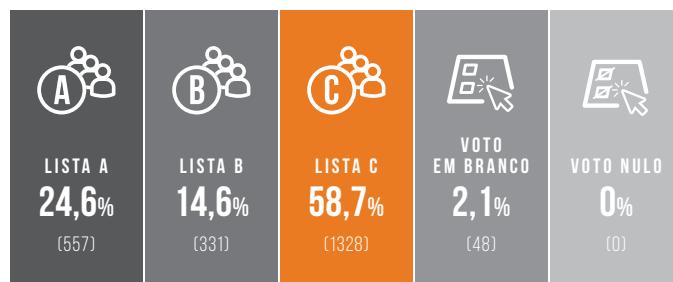
## DIRECÇÃO REGIONAL MADEIRA



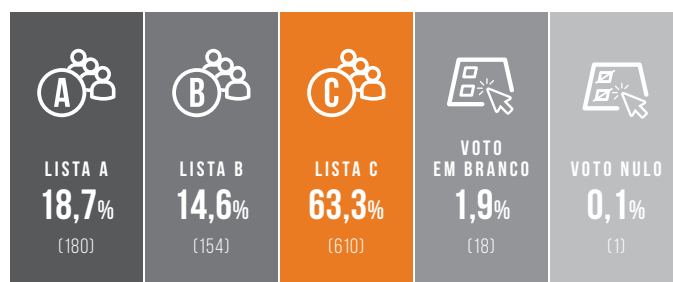
### LEGENDA

LISTA A - PSICOLOGIA PLURAL  
LISTA B - ELEVAR A PSICOLOGIA  
LISTA C - MOBILIZAR OS PSICÓLOGOS

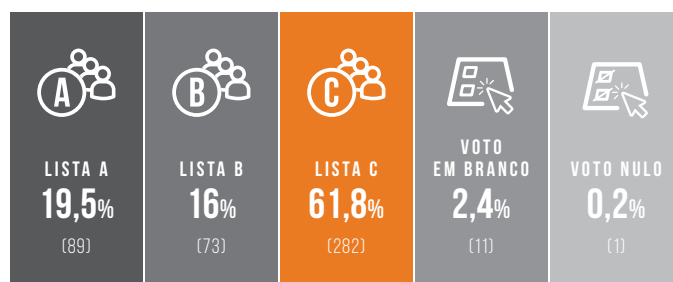
## CONSELHO DE ESPECIALIDADE DE PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE



## CONSELHO DE ESPECIALIDADE DE PSICOLOGIA DA EDUCAÇÃO

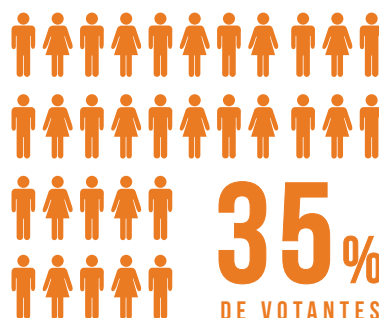


## CONSELHO DE ESPECIALIDADE DE PSICOLOGIA DO TRABALHO, SOCIAL E DAS ORGANIZAÇÕES



**+25%**  
DE VOTANTES

QUANDO COMPARADO  
COM AS ELEIÇÕES DE 2013



DAS ORDENS  
PROFISSIONAIS  
SEM VOTO  
OBRIGATÓRIO  
COM MAIOR  
TAXA DE  
PARTICIPAÇÃO

**35%**  
DE VOTANTES

**15**

# PERÍODO DE EQUIPARAÇÃO DAS ESPECIALIDADES

De 14 de Dezembro de 2015 a 30 de Abril de 2016 foram submetidas mais de 27 mil candidaturas.



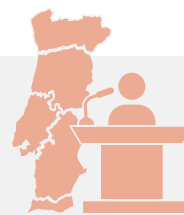
## ARTIGOS / APRESENTAÇÕES

Inúmeros Artigos na Psis21 e apresentações nos congressos nacionais da OPP.



## 6 'FOCUS GROUPS' / 3 GRUPOS

alargados de trabalho constituídos por diversos psicólogos das mais variadas áreas e de diversos pontos do país.



## + DE 25 SESSÕES DE DEBATE E ESCLARECIMENTO

por todo o país, com centenas de participantes.

**+7.042**

CONSULTAS

**275**

PROPOSTAS

Discussão Pública.



## DISCUSSÃO NA ASSEMBLEIA DE REPRESENTANTES



## 6 MAILINGS ENVIADOS

### Período de Equiparação

**+360**

**PROPOSTAS E COMENTÁRIOS**  
via email ou site.

**27.351**

**CANDIDATURAS SUBMETIDAS**  
ao processo de especialidades

**3.609**

**PEDIDOS DE INFORMAÇÃO**  
recibos na categoria "Especialidades"

**11.827**

**EMAILS RECEBIDOS**  
durante o processo de equiparação (nº aproximado)

**131**

**ATENDIMENTOS PRESENCIAIS**  
realizados na Sede e Delegações da OPP.

**9.357**

**PSICÓLOGOS**  
que se candidataram ao processo de especialidades.

**3.478**

**Psicologia da Educação**

**1.749**

**Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações**

**7.573**

**Psicologia Clínica e da Saúde**

**14.551**

**Especialidades Avançadas**

**9.837**

**VISUALIZAÇÕES**  
do vídeo de apresentação das Especialidades.

**8.358**

**VISUALIZAÇÕES**  
do vídeo de apoio à candidatura.

**7.663**

**VISUALIZAÇÕES**  
do 'livestreaming'.

**+30.000**

**VISUALIZAÇÕES**  
no site.

**=**

**+55.858**

**VISUALIZAÇÕES**

# entrevista TELMO MOURINHO BAPTISTA

Bastonário da Ordem dos Psicólogos Portugueses



POR / **DUARTE ZOIO**

Responsável pelo Departamento de Comunicação e Imagem

A relação entre Telmo Mourinho Baptista e a Psicologia começou há 33 anos. São 14 anos de trabalho com um propósito: defender e preservar a Psicologia e os seus profissionais.

Em entrevista, Telmo Mourinho Baptista partilha momentos que marcaram o que hoje é a Ordem dos Psicólogos Portugueses, mas também os momentos que a antecederam e que deram início a tudo o que ela hoje representa.

## **O que o motivou a criar a Associação Pró-Ordem (AOPP) e a trabalhar durante 9 anos para criar a OPP?**

Nós começámos há 14 anos e só ao final de 7 anos é que conseguimos ter as condições para a criação do decreto/lei de 2008 que levou à criação da Ordem e, só depois, fomos nomeados pela Senhora Ministra da Saúde da altura, Doutora Ana Jorge, para sermos a comissão instaladora. Após esta fase, seguiram-se as primeiras eleições e fomos eleitos, aliás, naquele momento até éramos lista única, e começámos o trabalho todo dentro da Ordem.

A motivação foi e é muito simples, dar aos profissionais uma organização que os defenda, que organize a profissão, que trabalhe em prol dos cidadãos, que trabalhe em prol de um maior conhecimento do que a Psicologia pode dar às pessoas. Penso que esta motivação é central para tudo o que nós fazemos. Sentia sempre e ainda sinto, até porque tinha como praticante e académico que o conhecimento que a Psicologia tem é vasto, é muitíssimo importante, ajuda muitas pessoas e que não tem ainda uma tradução verdadeira na sociedade. Por isso, ter uma organização que juntasse todos os profissionais e que pudesse depois ter as condições para fazer este trabalho todo de sensibilização, de consciencialização, de organização, de qualificação dos profissionais era fundamental.

Aliás, porque outras profissões já o tinham em Portugal, há mais de 15 Ordens, e porque havia também o benefício grande de uma organização deste género, com comparação com outros países onde estas organizações de Psicologia existem há 30, 40, 50, 100 anos (algumas) e porque essas organizações sempre tiveram um papel enorme no avançar da Psicologia, no desenvolvimento da profissão e a nossa ambição era ter o mesmo em Portugal.

Eu licenciiei-me em 1983 e já tinha cerca de 20 anos de profissão. Ouvia falar da constituição da Ordem desde os meus tempos de estudante e por isso sabia que tinham existido tentativas de formar a Ordem e queria muito que acontecesse. Sentia que era fundamental uma profissão organizar-se e que houvesse uma organização forte e profissional e isso de facto foi possível com o trabalho que temos vindo a desenvolver.

## **Olhando para trás, o que acha que mudou na Psicologia com o aparecimento da OPP?**

O primeiro ano foi o ano da comissão instaladora e foi um ano muito difícil, porque nós tivemos que partir de uma ausência total de recursos, que nunca nos foram concedidos pelo Ministério da Saúde para criar todo o processo de registo de todos os psicólogos e estávamos a falar de um universo grande de psicólogos. Não se tratava de fazer um registo normal, tínhamos que ter a certeza da documentação apresentada e verificar essa documentação e tínhamos que o fazer num espaço de tempo curtíssimo. E não nos foram dados recursos nenhuns, foram momentos muito difíceis. Felizmente em 1 ano conseguimos fazer todo esse trabalho, mas foi um trabalho muito complexo e muito difícil porque requereu que procurássemos ajudas externas em bancos entre outras entidades, para podermos ter condições para trabalhar. E de facto foi uma grande satisfação ter a lei para criar a Ordem dos Psicólogos, mas só tínhamos a lei, não tínhamos recursos. Esse foi talvez o ano mais difícil para mim do ponto de vista de trabalho até hoje, porque nos deixou numa situação muito complexa.

---

‘LEMBRO-ME DE UM DIA, DO ÚLTIMO DIA DO PRAZO, TEREM CHEGADO À ORDEM CERCA DE 4.000 PROCESSOS (...)’

---

## **Tinha noção da quantidade de Psicólogos que existiam no País?**

Tínhamos noção da quantidade de psicólogos que existiam, pelas inscrições que existiam na APOP, também tínhamos a noção pelos números existentes nas universidades, sabíamos que íamos estar a lidar com o universo de 15000, 16000 pessoas, por isso, foi um imenso trabalho que envolveu muita gente e lembro-me de como estávamos compactados num pequeno andar, todos com enormes caixas cheias de processos e lembro-me de um dia, do último dia do prazo, terem chegado à Ordem cerca de 4000 proces-

sos, uma carrinha dos correios cheia de envelopes endereçados à Ordem. E lembro-me de estar a sair da Ordem e ver a carrinha chegar e esse foi um momento de satisfação e de choque, pois tínhamos de analisar todos aqueles processos, mas conseguimos.

---

‘A SUA INDEPENDÊNCIA É TAMBÉM A GARANTIA QUE PODE FAZER AS INTERVENÇÕES QUE ENTENDER (...)’

---

## **Em traços gerais, qual o balanço que faz destes dois mandatos?**

Eu estou muito satisfeito e saio com a consciência tranquila relativamente ao trabalho realizado, porque tenho termos de comparação de outras organizações de outros países e sei de onde saímos e de onde estamos hoje e fico muito satisfeito porque foi possível, num curto espaço de tempo, sete anos contando com a comissão instaladora.

Criar uma estrutura e depois dessa estrutura desenvolver todo um trabalho de promoção da profissão e um trabalho de defesa forte da profissão e podemos ver isso através dos acentos que temos nos órgãos e hoje podemos dizer uma coisa muito importante, os psicólogos são ouvidos, são uma força clara, são uma força viva entre as profissões, participam activamente com os outros profissionais lado a lado, são ouvidos nos processos da Assembleia da República, pelos Ministérios e nas Organizações, temos capacidade de intervenção pública, porque naturalmente há interesse no que os psicólogos têm a dizer sobre as questões. Temos uma capacidade de trabalhar em prol dos cidadãos com aquelas que são as ligações de consciencialização, que acho que é um trabalho fundamental de qualquer ordem. E que na nossa ainda é mais importante, porque não há um conhecimento assim tão vasto da Psicologia, do valor que a Psicologia tem. Por isso, a possibilidade que temos de fazer campanhas como “Encontre uma Saída”, “Healthy Workplaces – Locais de Trabalho Sau-



2007 - Pró Ordem



2007 - Comissão de ética - Redacção do Código Deontológico



Abril 2010 - Primeiras Eleições e Tomada de posse



Abril 2012 - 1º Congresso da OPP



Fevereiro 2013 - Telmo Mourinho Baptista homenageado pelo Colégio Oficial de Psicólogos da Comunidade Valenciana - COPCV



Outubro 2013 - Telmo Mourinho Baptista reeleito Bastonário



Setembro 2014 - 2º Congresso da OPP



Março 2015 - Ethics and Psychology European Conference

dáveis” e como “SaudávelMente” é algo que espalha para os cidadãos todo um conjunto de dimensões de consciência sobre o trabalho dos psicólogos que é fundamental e penso ser central continuar a desenvolver. E isso só foi possível porque todos os Psicólogos têm estado unidos e têm contribuído para a Ordem e para o esforço da Ordem e é independente de qualquer poder político, (a OPP) não recebe dinheiro a não ser das suas actividades e das quotizações dos membros, o que é a sua independência é também a garantia que pode fazer as intervenções que entender, porque de facto é fundamental neste trabalho, na defesa da profissão e que a consciencialização dos cidadãos se faça com muito mais intensidade.

No global, sinto-me muito satisfeito com o que foi possível fazer, porque tenho tido ao longo destes anos todos a colaboração de muitíssimas pessoas que têm-se mobilizado para fazer um trabalho que muito dele é voluntário.

É um trabalho em que as pessoas colocam à disposição da Ordem os seus conhecimentos e as suas experiências. Este tem sido um valor acrescentado extraordinário, porque sentimos que com a diversidade toda que existe na Psicologia, as pessoas têm vindo ter connosco e mostrado a sua disponibilidade. E têm ao longo destes anos todos mostrado também que estão muito atentas ao trabalho da Ordem, que são capazes de fazer críticas, que são atendidas nessas críticas e que nós somos capazes de avançar rapidamente e como já disse, tenho termos de comparação, pois sei o que são as outras ordens europeias, sei também que é este trabalho que temos estado a fazer que é reconhecido, porque de outra forma Portugal não teria sido convidado a ter a presidência da Federação Ibero-americana das Associações de Psicologia (FIAP), não teria a presidência da PsiPLP e agora aquilo que acho que é fundamental, nós temos e somos dados como exemplo, ao ponto de termos a presidência da Federação Europeia das Associações de Psicologia (EFPA). Isto significa que externamente foram vendo o exemplo português, e estão a par dele, e foram percebendo que nós temos contribuído, por isso, a nossa presença na Psicologia é uma presença nacional e hoje é verdadeiramente uma presença internacional. Nós somos consultados também para mostrarmos qual é o nosso valor, quais são os nossos contributos para estas questões.

## **Quais os principais desafios que enfrentou enquanto Bastonário?**

Há vários desafios que me marcam, naturalmente, o mais fundamental foi conseguir criar a Ordem, quando muita gente pensava que era impossível. Já tinham existido várias tentativas, tinham passado 20 anos de algumas tentativas e o momento em que se consegue ter finalmente uma Ordem é um momento extraordinário de celebração e nós não sabíamos o que vinha aí relativamente a ter conseguido fazê-lo.

Um segundo momento, claro que destaco as primeiras eleições. O trabalho todo que foi necessário fazer para chegar às primeiras eleições foi gigantesco e, por isso, são trabalhos que têm uma dimensão, pelo menos na minha vida única.

Um terceiro momento que destaco são as Especialidades, nós conseguimos ter também, com os processos que isso implica, um registo mais apurado das competências que as pessoas desenvolveram, a necessidade de criar comissões de análise e de ter tido um nível de adesão tão grande por parte dos membros. São aspectos muito importantes, porque são aspectos que mostram o avanço da profissão nas várias dimensões, ou seja, na capacidade organizativa e na capacidade de reconhecimento, do valor dos profissionais marcados por estes momentos, que têm sido momentos de enorme exigência, mas que temos superado com a colaboração de muita gente. Mas são os momentos mais críticos e por isso os maiores desafios que tivemos que ter.

## **Se pudesse escolher um momento negativo que o marcou qual seria?**

Nestes percursos há sempre momentos de grande exaltação e também há momentos negativos. Os momentos negativos são quando nos apercebemos de que alguma coisa que parece estar a acontecer e que nós desejamos muito que não aconteça. E isso aconteceu-me em muitos momentos, porque tivemos que ser confrontados com mais dificuldades e a maior parte destes momentos são momentos externos. Ou seja, momentos com as autoridades, com os governos, as dificuldades de comunicação, o não nos ouvirem. Por isso, há muitos momentos desses que são inevitáveis e não nos devem desmobilizar, de maneira nenhuma, de continuar a fazer o nosso esforço.

Há momentos naturalmente negativos, quando a expectativa é grande e ela fica gorada, mas o que é importante é que continuemos o caminho. Tenho para mim, que mesmo que uma pessoa caia, o mais importante é que se levante novamente e continue e esse trabalho e esta resiliência é uma coisa que eu desejo a todos os psicólogos e a toda a organização dos Psicólogos, porque ela precisa de estar forte e ser capaz de ir caminhando e acho que nós fizemos esse caminho, tornámo-nos a organização com uma forte presença já que pode e deve ser aumentada e isso é algo que é fundamental.

---

‘RESILIÊNCIA É UMA COISA QUE EU DESEJO A TODOS OS PSICÓLOGOS E A TODA A ORGANIZAÇÃO DOS PSICÓLOGOS (...)’

---

## **Sente que ficou algo por cumprir ou atingir?**

Há sempre. Enquanto existir uma Ordem, enquanto as profissões existirem, haverá sempre algo para atingir, seria estranho se não tivesse. E podemos fazer ainda muito mais e devemos fazê-lo no sentido, que temos vindo a fazer, nestes eixos de defesa da profissão e haverá sempre lugar para a defesa da profissão, porque haverá sempre dificuldades e haverá sempre ameaças à profissão e por isso temos de a defender com toda a força. Posicioná-la com o reconhecimento que ela merece e dar um contributo positivo à sociedade. Penso que nunca poderemos dissociar isso de uma visão de que estamos ao serviço dos cidadãos e que o nosso conhecimento tem de ser mais apropriado aos cidadãos. Os cidadãos têm de perceber melhor como é que os psicólogos os ajudam, para que possam usar melhor os seus conhecimentos. Esses são os desafios da profissão, a defesa dos profissionais, a defesa dos cidadãos, a passagem ou o conhecimento apurado de como a Psicologia tem um papel ou pode ter um papel central para ajudar as pessoas a alcançar os seus objectivos.

---

‘OS CIDADÃOS TÊM DE PERCEBER MELHOR COMO É QUE OS PSICÓLOGOS OS AJUDAM, PARA QUE POSSAM USAR MELHOR OS SEUS CONHECIMENTOS.’

---

E isso penso que deve nortear qualquer intervenção da Ordem, se tivermos isso em conta, penso eu, estaremos num bom caminho para defender a profissão, torná-la mais forte, torná-la capaz de intervir e, no fundo, de proporcionar a melhor qualidade de vida a todas as pessoas. Isso naturalmente trará uma maior inserção de profissionais, uma maior capacidade de absorção dos profissionais que estão na sociedade portuguesa disponíveis para dar o seu contributo.

### **Mudaria alguma decisão que tomou durante o seu percurso na OPP?**

O trabalho de um Bastonário é tomar decisões diariamente, a uma grande velocidade e de ser capaz de ter uma equipa consigo em que confie e que funcione bem. E por isso, no trabalho, haverá decisões de menor impacto e outras de maior impacto, mas no geral digamos, que embora se tenham tomado algumas decisões erradas tivemos a capacidade de aprender rapidamente com isso.

E porquê? Pelas consequências que tiveram, pelo feedback que nos foram dando. E por isso, facilmente corrigimos o curso, a rota que estávamos a seguir. O que eu posso desejar a uma organização é que o faça sempre dessa maneira: que não tenha medo de agir, que aja com uma visão de quais são as consequências e que perceba que há correcções de rota que precisam de ser feitas, em função de contextos, em função de circunstâncias.

E que continue a decidir sempre, porque o que é mais paralisante para uma organização é não decidir ou ficar presa

nos pequenos detalhes, ou prender-se a questões menores que no quadro geral não interessam.

Nós temos que perceber que embora nós possamos ter uma compreensão mais alargada da Psicologia, das dimensões todas, o exterior não nos vê dessa maneira, por isso, temos de ter a noção e a percepção de como somos vistos e percebidos pelo exterior e aí há que tomar decisões que são importantes e relevantes.

Claro que houve momentos e decisões difíceis, mas há que assumir também que há batalhas que têm de ser travadas como a noção e a sustentação que deve ter qualquer decisão, ou no caso de questões mais profissionais e técnicas com o suporte da evidência científica que nos permite ter um apoio muito significativo relativo àquilo que entendemos ser a posição da Ordem.

E por isso, a posição da Ordem nunca foi a posição do Bastonário, foi sempre a posição que a Ordem procurou ter relativamente aos assuntos com base em dados concretos e evidência científica, e não creio e rejeito de qualquer forma de exercício desta função que sobreponha a opinião do Bastonário àquilo que é uma decisão ou decisões técnicas onde há conhecimento.

Para outras decisões, há um programa a cumprir, um programa que foi eleito, onde as decisões são diferentes e que foi sufragado pelos psicólogos e que nos dá a legitimidade para cumprir esse programa.

---

‘(...) NÃO TENHA MEDO DE AGIR, QUE AJA COM UMA VISÃO DE QUAIS SÃO AS CONSEQUÊNCIAS E QUE PERCEBA QUE HÁ CORRECÇÕES DE ROTA QUE PRECISAM DE SER FEITAS (...)’

---

### **Qual o seu futuro após a OPP?**

Tenho muitas missões possíveis. Naturalmente regressarei à minha actividade anterior na universidade.

Do ponto de vista da Psicologia estarei aí, estarei também num lugar que é muito importante que é o da Federação Europeia das Associações de Psicologia onde a coordenação da actividade dos 36 países me ocupa bastante tempo e que me dá uma perspectiva bastante alargada de como é que a Psicologia funciona em todos estes países. Também com a PSILP onde o trabalho de aproximação dos países de língua portuguesa tem de continuar a ser feito, onde há muita coisa a fazer.

E por isso, não estarei muito longe do trabalho psicológico global em termos de organizações, numa perspectiva agora da Federação Europeia das Associações de Psicologia e estarei sempre disponível para ajudar naquilo que é a minha visão sobre a actividade da Ordem e manter-me-ei sempre com um olhar atento a tudo o que se passa.



Julho 2015 - OPP organiza primeiro Semestre Europeu



2015 - OPP assina protocolo com DGE

# BENEFÍCIOS OPP

Utilize os benefícios da OPP  
e receba de volta o valor da sua  
quota (ou muito mais).

A Ordem dos Psicólogos Portugueses tem mais de 60 protocolos assinados com entidades de diversas áreas, nomeadamente, Banca, Comércio, Cultura, Lazer, Formação, Hotelaria, Restauração, Saúde e Bem-Estar, Seguros, Telecomunicações, Transportes e Turismo. Assistir a um espectáculo cultural, visitar um museu, adquirir bens de consumo, frequentar um curso, viajar em comboios nacionais, são algumas das acções que podem agora ser feitas com um desconto vantajoso que, muitas vezes, atinge os 35%. Para mais informação, acesse ao site [www.ordemdopsicologos.pt/beneficios](http://www.ordemdopsicologos.pt/beneficios)

**-5€\***



## ODISSEIAS

No seguimento de uma nova parceria celebrada entre a Odisseias e a OPP, vimos divulgar um código promocional para membros e familiares: para obter o código promocional envie um email para: [beneficios.protocolos@ordemdopsicologos.pt](mailto:beneficios.protocolos@ordemdopsicologos.pt)

\* PARA COMPRAS SUPERIORES A 20 €

**-10%**



## FARMÁCIA FONTES PEREIRA DE MELO

A Farmácia Fontes Pereira de Melo oferece a todos os associados e seus familiares os seguintes benefícios: desconto imediato de 10% em todos os produtos excepto:

Produtos promocionais; Leites pediátricos; Medicamentos com PVP superior a 50 €; Tiras e lancetas para medição de glicémia.

**-15%**



## MY HOME - CUIDADOS DOMICILIÁRIOS

A My Home dará um desconto de 15% aos membros da Ordem dos Psicólogos Portugueses e respectivo agregado familiar.

**-15%**



## ACP - AUTOMÓVEL CLUBE DE PORTUGAL

Foi celebrado protocolo entre a Ordem dos Psicólogos Portugueses e o Automóvel Clube de Portugal (ACP). O ACP oferece a jóia de inscrição, no valor de 36 euros, e faz um desconto de 15% na primeira anuidade. É necessária a apresentação do cartão de membro para beneficiar das vantagens.

**-30%**



## BODYCONCEPT

Condições acordadas para Membros OPP:

-30% de desconto em pacotes de Tratamentos Intensivos, Programa Mensal e Serviços.

**CONDIÇÕES ESPECIAIS**



## CP - COMBOIOS DE PORTUGAL, E.P.E.

Foi celebrado Protocolo entre a Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) e a CP - Comboios de Portugal, E.P.E. Descontos nos comboios Alfa Pendular e Intercidades. A aquisição dos bilhetes com desconto pode fazer-se pelos diversos canais (bilheteiras, internet, máquinas de venda, etc.).



# PROJECTA-TE

*Constrói a tua Carreira Profissional*

PROJECTA-TE

CONSTRÓI A TUA CARREIRA  
PROFISSIONAL

**Projecta-te - Constrói a tua Carreira Profissional** pretende responder às necessidades específicas dos novos membros efectivos que procuram projectar-se no mercado de trabalho e elaborar um plano de desenvolvimento de carreira, activando competências de empregabilidade e de construção e gestão da carreira, contribuindo para o seu desenvolvimento profissional.

Pretende-se que os psicólogos participantes fiquem capacitados para compreender, envolver-se e responsabilizar-se pelo seu projecto de carreira, mantendo uma percepção positiva da sua identidade, independentemente dos papéis que possam vir a assumir ao longo da sua carreira e uma visão realista e adequada do mercado de trabalho.

**O Projecta-te é um programa gratuito que engloba as seguintes etapas:**

- > Inicial (Acolhimento e Informação);
- > Reflexão;
- > Planeamento;
- > Acção;
- > Avaliação.

Este espaço irá permitir aos psicólogos participantes, desenvolver **um Plano de Desenvolvimento de Carreira (PDC)** e consequentemente:

- > Ficarem mais conscientes das competências que têm;
- > Identificarem as competências que necessitam de desenvolver;
- > Focarem-se em opções de carreira concretas e objectivas;

> Passarem uma imagem profissional mais fiel e adequada aos seus objectivos;

> Descobrirem o que querem atingir e como o atingir;

> Sentirem-se mais independentes, confiantes e em controlo do seu futuro;

> Desenvolverem mecanismos e estratégias para a empregabilidade e o empreendedorismo.

# 'A ABRIR PORTAS QUE AJUDAM A ENCONTRAR SAÍDAS'



NO DIA MUNDIAL DA SAÚDE MENTAL (10 DE OUTUBRO), CONSTRUÍMOS PORTAS PARA ALERTAR PARA OS PROBLEMAS DE SAÚDE MENTAL MAIS COMUNS E SUBLINHAR QUE UM PSICÓLOGO PODE AJUDAR A ENCONTRAR UMA SAÍDA. ESTA ACÇÃO CONVIDOU AINDA AS PESSOAS A VISITAREM O SITE: [WWW.ENCONTREUMASAIDA.PT](http://WWW.ENCONTREUMASAIDA.PT).

O Porto foi a cidade que recebeu esta iniciativa que deu origem a um vídeo que até ao momento conta com mais de 67 mil visualizações, alcançando desta forma mais de 200 mil pessoas online. Já os transeuntes mostraram-se bastante curiosos com a presença da porta. As re-

acções foram várias, mas no final o objectivo foi cumprido, quem passou não ficou indiferente. Esta campanha "Encontre uma Saída" arrancou em 2014 e ao longo destes dois anos muitas foram as iniciativas que a OPP realizou e continua a realizar (campanha televisiva, materiais de

divulgação, vídeos online), sempre com o objectivo de promover o papel do psicólogo na sociedade e a aproximar a Psicologia dos portugueses. O vídeo encontra-se disponível no canal do Youtube da OPP: [www.youtube.com/user/ordempsicologos](http://www.youtube.com/user/ordempsicologos)

Para solicitar o material de divulgação da campanha Encontre uma Saída aceda à sua: Área pessoal / Pedidos de informação / Encontre Uma Saída - Requisição de Material de Divulgação.

1 EM CADA 5 PESSOAS SOFRE DE PROBLEMAS EM QUE UM PSICÓLOGO PODE AJUDAR A ENCONTRAR A SAÍDA. SE ESTÁ À PROCURA DE UMA, ENTRE

► [encontreumasaida.pt](http://encontreumasaida.pt)



# OS MEDIA E A SAÚDE MENTAL



## ORDEM DOS PSICÓLOGOS PORTUGUESES CRIA GUIA DE ORIENTAÇÃO PARA A COMUNICAÇÃO DOS PROBLEMAS DE SAÚDE PSICOLÓGICA.

O Guia para os Media surge de um protocolo assinado entre a Entidade Reguladora da Comunicação e a Ordem dos Psicólogos Portugueses e da necessidade de apoiar os Jornalistas portugueses a evitar obstáculos comuns na realização de reportagens sobre problemas de Saúde Psicológica. Este é um documento de carácter consultivo, que não pretende ser exaustivo ou, de forma alguma, limitar a liberdade de imprensa.

Neste sentido, e dada a complexidade da Saúde Psicológica, sabemos que é um desafio para os profissionais dos Media reportar assuntos com ela relacionados, nomeadamente, se tivermos em consideração a necessidade de síntese e o pouco tempo de que dispõem para pesquisar.

Por outro lado, os Media podem desempenhar um papel importantíssimo contribuindo para informar correctamente o público e para o desenvolvimento de percepções e atitudes sociais adequadas face aos problemas de Saúde Psicológica.

O Guia para os Media constitui desta forma um recurso, com recomendações práticas, desenvolvido para apoiar o trabalho dos profissionais dos Media na realização de escolhas adequadas acerca da mensagem, linguagem e imagens a utilizar

quando fazem reportagens e escrevem histórias relacionadas com problemas de Saúde Psicológica.

Já o papel dos Psicólogos junto dos Media é vasto e multifacetado e também aborda do neste documento.

Os Psicólogos podem trabalhar pontualmente com os Media (por exemplo, quando são entrevistados ou lhes é pedido que comentem uma temática específica) ou serem colaboradores habituais dos meios de comunicação (por exemplo, quando escrevem semanalmente um artigo de jornal). É frequente que os Psicólogos sejam solicitados para comentar os aspectos psicológicos de algum tema da actualidade ou para dar a sua opinião de especialistas sobre a temática de determinada reportagem jornalística.

Esta colaboração entre Psicólogos e Media permite informar o público sobre os aspectos psicológicos subjacentes a diversas situações da actualidade, assim como clarificar e aumentar a compreensão do público sobre assuntos relacionados com a Saúde Psicológica. Desta forma, é possível encontrar também neste guia recomendações relativas à colaboração entre psicólogos e os Media.

Para ter acesso ao Guia para os Media visite o website da Ordem dos Psicólogos Portugueses em [www.ordemdospsicologos.pt](http://www.ordemdospsicologos.pt). O mesmo será enviado para todas as redacções dos meios de comunicação portugueses. •

# DELEGAÇÕES REGIONAIS DA ORDEM DOS PSICÓLOGOS PORTUGUESES



## DRA • Delegação Regional do Norte

### A dimensão regional da Ordem dos Psicólogos Portugueses - uma reflexão a partir da experiência da Delegação Regional do Norte

Termina em breve o nosso mandato na Direcção Regional do Norte (DRN) da OPP. É, por isso, momento de balanço e reflexão. Ao longo dos últimos 3 anos, entendemos que a DRN contribuiu para impulsionar a acção regional da OPP, junto dos psicólogos e psicólogas e da comunidade em geral.

O primeiro ano de mandato foi sobretudo de tomada de conhecimento. Das competências, contextos de actuação e actividades desenvolvidas pelos psicólogos na região; das suas necessidades e expectativas; da situação profissional dos psicólogos estagiários; das instituições formadoras e empregadoras de psicólogos; e das necessidades da comunidade em termos de intervenção da Psicologia. Nesse sentido, marcámos presença em diversos eventos e iniciámos um processo de comunicação mais próxima com os psicólogos dos diferentes distritos do Norte, levando a cabo reuniões distritais em que se debateram questões relativas ao papel da Psicologia, do Psicólogo e da OPP. Visitámos também instituições que, nos diferentes distritos, empregam psicólogos e/ou acolhem estágios profissionais. No sentido de conhecer mais concreta e aprofundadamente a realidade da Psicologia na região Norte, elaborámos ainda um relatório de caracterização da situação dos membros estagiários e um levantamento das entidades que dão formação, inicial e contínua, a psicólogos na região. Finalmente, en-

támos um ciclo de reuniões com outras associações profissionais, no sentido de identificar boas práticas e abrir caminho para a criação de parcerias. Do segundo e terceiro anos do mandato destacamos o I Encontro Anual de Psicólogos do Norte, que decorreu em Braga, e que contou com a presença de 235 psicólogos que divulgaram e debateram modelos e práticas profissionais.

Neste Encontro atribuímos, pela primeira vez, o Prémio de Melhor Estágio Profissional concluído na Região Norte. Através deste prémio, que teve a sua 2ª edição no III Congresso da OPP, a DRN reconheceu publicamente a importância do trabalho realizado durante o estágio profissional, e o contributo que, nessas circunstâncias, é dado para a promoção e afirmação da Psicologia. Acreditamos que ao longo destes 3 anos se iniciaram importantes práticas, que esperamos sejam mantidas e desenvolvidas nos próximos anos. Mas sabemos que há muito mais, e melhor, a fazer. Por um lado, na OPP, que precisa de implementar outras práticas e dinâmicas que valorizem e melhor sirvam os psicólogos do país. Destacamos a necessidade de criar condições para que o trabalho de proximidade seja feito essencialmente através das Delegações Regionais, que devem, em nosso entender, ser mais autónomas. Por outro lado, há mais e melhor a fazer no trabalho diário de cada psicólogo e psicóloga. Temos de ser rigorosos, interessados, disponíveis e, acima de tudo, humildes, capazes de reconhecer as nossas lacunas e necessidades de contínua formação e supervisão.

É fundamental o papel da OPP, mas não nos esqueçamos que o percurso profissional dos psicólogos é feito, todos os dias, por cada um de nós. ●

## DRM • Delegação Regional da Madeira

A Delegação Regional da Madeira (DRM) tem norteado a sua atividade pelos princípios do Conhecimento, Proximidade e Colaboração. Nas suas atribuições, a DRM, com a colaboração de colegas e instituições, dinamizou várias atividades, ao mesmo tempo que cooperou com entidades regionais, públicas e privadas, destacando-se a articulação com o Instituto de Emprego da Madeira (IEM), que culminou na alteração da legislação regional no sentido de permitir que os estágios profissionais financiados pelo IEM cumprissem os requisitos específicos para acesso a títulos profissionais das ordens.

Nos últimos 3 anos a DRM organizou conferências e sessões temáticas, nomeadamente, as Sessões OPP/Madeira 2014, recorrendo à participação de colegas que partilharam o seu conhecimento em áreas tão variadas como a ética/deontologia e a psicologia forense, citando alguns exemplos. A adesão a estas atividades inspirou a dinamização dos Encontros Sectoriais em 2015/2016 na área da Saúde, Educação e Organizações, que envolveram centenas de colegas e estudantes. Ainda este ano a DRM organizou o Ciclo OPP Madeira, um conjunto de iniciativas tendo em vista o desenvolvimento profissional e científico, cujos temas envolveram a psicoterapia, o envelhecimento, a infância, a comunidade, que contou com o contributo de vários colegas de referência ao nível nacional e que permitiu valorizar o trabalho desenvolvido pelos psicólogos da Madeira nas suas áreas de intervenção e especialidade. A adesão ao ciclo foi muito significativa, reunindo cerca de 100 participantes

por conferência. Ainda neste período, a DRM, em colaboração com a Direção Nacional, participou na dinamização de vários eventos, como o workshop “Cria o Teu Estágio”, a conferência “Healthy Workplaces”, a promoção do Espaço OPP Desenvolvimento Profissional, o processo das Especialidades, a Academia OPP e nas visitas do Bastonário à Região, que incluíram a apresentação de cumprimentos ao atual e ao anterior presidente do Governo Regional.

Na sua atividade quotidiana, a DRM assegurou ainda o atendimento/esclarecimento de colegas, incluindo candidatos a estágios e estagiários, participou em reuniões, promoveu a assinatura de protocolos, colaborou com os órgãos de comunicação social e apoiou a dinamização do grupo de debate de ética e deontologia e de intervenção. •

## **DRA • Delegação Regional dos Açores**

No final de quase três anos de mandato faz-nos sentido partilhar o trabalho desenvolvido pela Direção da Delegação Regional dos Açores o que, embora nos pareça pertinente, levanta simultaneamente um desafio: o que selecionar do que mais relevante foi feito?

Recordando o feedback dos colegas, pelo impacto que este evento teve a nível regional; pelo número de parcerias com entidades regionais e locais, públicas e privadas que patrocinaram o evento; pelo número de concelhos envolvidos – quatro dos cinco da ilha de S. Miguel; pelo local onde se realizou; pela duração – cinco dias; pelo número de participantes que mobilizou a nível regional e nacional – cerca de 500; pelo número e qualidade dos oradores convidados; pela diversidade e atualidade do debate em torno de temas centrais da Psicologia e do exercício da profissão de psicólogo, o OPP –Açores I Congresso emerge como evento incontornável e como um marco indissociável deste 2º mandato.

A 1ª visita oficial do Senhor Bastonário e de elementos da Direção Nacional aos Açores constitui, na nossa perspectiva, outro marco relevante, na medida que permitiu o estreitamento das relações entre colegas de quatro ilhas – S. Miguel, Terceira, Faial e Pico – e os órgãos sociais da Ordem. Esta visita efetuada em

três dias permitiu também a realização de inúmeras reuniões com entidades do poder regional e local, assim como algumas das principais entidades privadas da Região Autónoma dos Açores. No total foram organizados vinte e dois eventos e realizado um protocolo com o Serviço Regional de Proteção Civil e Bombeiros dos Açores.

Estes dois eventos pela mediatização que tiveram, permitiram, ainda, projectar a Psicologia e a profissão de psicólogo junto da opinião pública em geral. Com essa finalidade, de dar a conhecer a intervenção do psicólogo em diferentes áreas de actuação e em diferentes contextos da sociedade, celebramos um acordo com o Jornal Açoriano Oriental e com a Rádio Atlântida para uma rubrica mensal em que convidamos os colegas de diferentes ilhas a participar.

Por último, gostaríamos de destacar todo o trabalho que tem sido desenvolvido em parceria com a Direção Nacional, com o objetivo de reproduzir e/ou desenvolver a nível regional, diversos programas que têm sido criados para benefício dos membros da OPP. •

## **DRS • Delegação Regional do Sul**

Estamos a chegar ao fim de mais um mandato, com a certeza de que tudo foi feito para estreitar relações entre a Delegação Regional do Sul e os Psicólogos desta região. A criação do Espaço OPP – Desenvolvimento Profissional exclusivo para os Membros do Sul foi uma das grandes apostas da DRS e na qual apostámos vários recursos monetários e humanos. Com uma colaboradora a tempo inteiro na Delegação, foi possível dar apoio e ajudar os nossos membros a criar/mudar/transformar o seu percurso profissional. Esta e outras necessidades a que demos resposta, surgiram dos vários encontros que organizámos localmente. Ao ouvirmos os nossos membros na primeira pessoa foi fácil identificar as várias necessidades e ir ao encontro das mesmas. Outro exemplo de grande sucesso foram os inúmeros fóruns temáticos que organizámos com base num questionário online, onde foram identificadas temáticas relevantes que muitas vezes suscitam dúvidas no dia-a-dia dos profissionais de Psicologia. Com a ajuda de figuras reconhecidas nessas mesmas áreas, promovemos debates e deles surgiram várias

conclusões que foram partilhadas com os presentes.

Em finais de 2015 organizámos o nosso primeiro Encontro com os Psicólogos do Sul. Estiveram presentes mais de 250 profissionais e foi um momento que promoveu o debate entre todos e onde foi criado espaços de reflexão e discussão, que contribuíram para a qualidade da intervenção da Psicologia.

Já este ano inaugurámos a “Exposição Experimental Emoções”, que tem como público-alvo a população geral e o objectivo é dar a conhecer de forma dinâmica e interactiva aos visitantes um dos conceitos mais relevantes com que os/as psicólogos/as lidam nas várias vertentes da sua actuação. Esta exposição móvel, pode ser solicitada à Delegação Regional do Sul por todas as instituições que a requeiram. É condição necessária a essa cedência existir um ou mais psicólogos na instituição. Esta exposição tem a coordenação de Sara Bahia e conta com o apoio de Ana Meira, David Guedes, Inês Martins, Inês Reis, Luísa Mota, Maria Ana Jaillet, Maria Teresa Martins, Paulo Mota Marques e Tiago Lino. O Design gráfico e ilustração são de Beatriz Berger e a concepção das estruturas de Tiago Farinha. •

## **DRC • Delegação Regional do Centro**

**Aproximar, congregar, qualificar, construir, diferenciar e inovar em Psicologia**

Durante o triénio 2013-16, a Direcção da DRC continuou a procurar manter uma acção diferenciadora assente na afirmação da exclusividade dos actos psicológicos na descentralização dos recursos para a qualificação, no respeito pela interdisciplinariedade na produção do conhecimento científico e na valorização da intergeracionalidade enquanto mais-valia no desenvolvimento profissional e pessoal. Em 2015, finalizámos o I Ciclo de tertúlias da DRC, passando em todas as capitais de distrito da área abrangida pela DRC.

Realizámos também, o I Périplo em Coimbra, com colegas de mais de 60 Entidades representadas na área da saúde, educação, justiça, comunitária e social. Neste último tomámos posição pública junto de 700 entidades e organizações na zona Centro com o intuito de esclarecer e promover a obrigatoriedade de inscrição na OPP de todos os psicólogos a exercerem funções como tal. Esta tomada de posição teve um enorme impacto/retorno, em termos de regularização.

Realizámos sessões de esclarecimento para o processo de candidatura às Especialidades em várias capitais de distrito.

Lançámos a 2ª edição da Bolsa de Formação da DRC para 20 colegas em situação de desemprego com o objectivo de continuar a estimular a formação contínua e promover a empregabilidade.

Usámos também como um dos eixos centrais a aproximação ao Municípios através da construção e celebração de protocolos nos quais estão contempladas necessidades específicas da comunidade, ao nível da saúde psicológica.

Para tal, foram realizadas reuniões de trabalho com Presidentes de Câmara/membros do executivo e equipas técnicas em que, além de debatida a especificidade e importância da intervenção psicológica, se estabeleceram eixos de colaboração específicos para cada um dos municípios visitados.

Foram contemplados aspectos como a prevenção dos riscos psicossociais, intervenção em catástrofe, estágios, sinergias entre instituições do ensino superior e criação de centros de investigação nos quadros psicológicos com maior prevalência, respostas ao nível da promoção e intervenção em saúde mental.

As potencialidades da intergeracionalidade entre psicólogos em diferentes fases do seu percurso e estudantes de psicologia foi uma ideia que surgiu e que foi ganhando consistência ao longo dos encontros com psicólogos dinamizados pela DRC.

Foi-se investindo assim, na construção de uma dinâmica /projeto de valorização e estabelecimento de relações intergeracionais.

Constituímos uma equipa de psicólogos e investigadores nacionais e de outros países, que deu forma ao InterPSI – um programa pioneiro em Portugal de promoção do mentoring e da intergeracionalidade na psicologia.

Em outubro iniciou-se esta dinâmica com psicólogos sénior e representantes

dos núcleos de estudantes das instituições de ensino superior que leccionam psicologia na zona centro.

O InterPSI, que será formalmente apresentado na sede da OPP dia 20 de Dezembro, ultrapassou “fronteiras” da DRC, em termos de equipa e implicados, e acreditamos que a rede iniciada continuará a crescer e a constituir uma estrutura geradora de relações e projectos para o fortalecimento da identidade socio-profissional dos psicólogos.

O lançamento do I Ciclo Psicologia, Arte e Cultura visa sobretudo, abrir a nova Sede da DRC como a casa de todos os psicólogos em especial para os colegas da região centro, aliando a psicologia a várias expressões artísticas e à descoberta do poder ser.

Num primeiro momento realizou-se um encontro/debate acerca do sigilo profissional em contexto de protecção de crianças e jovens em risco. Num segundo e último momento, decorrerá novo encontro/debate, desta vez com o tema da criatividade em psicologia, analisando com o pintor Victor Costa e com a Dra. Sara Bahia esta importante variável para o exercício da psicologia.

Mantivemos a postura agregadora e o lema, “Juntos somos o CENTRO”. ●



**ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS**

DELEGAÇÃO REGIONAL  
DOS **AÇORES**



**ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS**

DELEGAÇÃO REGIONAL  
DO **CENTRO**



**ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS**

DELEGAÇÃO REGIONAL  
DA **MADEIRA**



**ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS**

DELEGAÇÃO REGIONAL  
DO **NORTE**



**ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS**

DELEGAÇÃO REGIONAL  
DO **SUL**



APTCC

## Associação Portuguesa de Terapias Comportamental e Cognitiva

### 30 ANOS A FORMAR PSICOTERAPEUTAS

FORMAÇÃO ESPECIALIZADA NAS VERTENTES  
DE ADULTOS E CRIANÇAS/ADOLESCENTES

**Em Janeiro de 2017 a APTCC  
iniciará uma primeira edição  
de formação no Porto.**

● ● Consulte o nosso site para mais informações

#### **Formação teórico-prática (7 Semestres – 420 horas)**

Competências de comunicação, avaliação e conceptualização, intervenção em várias problemáticas, metodologias cognitivo-comportamentais, experienciais e emocionais

#### **Desenvolvimento Pessoal (120 horas)**

Sessões em pequenos grupos de promoção do desenvolvimento pessoal e auto-conhecimento relevantes para a prática clínica

#### **Supervisão (150 horas)**

Supervisão clínica de casos acompanhados pelos formandos. Grupos especializados em crianças e adolescentes ou adultos

#### **Seminários e Workshops**

Realização periódica de sessões com psicoterapeutas reconhecidos no âmbito nacional e internacional que promove a formação continuada dos associados

### Motivos para escolher a APTCC:

- 1 Corpo docente com reconhecido mérito, experiência clínica e em investigação
- 2 A formação segue os critérios da European Federation of Psychologists' Associations (EFPA)
- 3 Protocolo estabelecido com a Ordem dos Psicólogos Portugueses no âmbito da Especialidade Avançada de Psicoterapia

Fundada a 5 Abril de 1984, a APTCC contribui para a divulgação, formação e intervenção com base nas terapias comportamentais e cognitivas, numa perspetiva integrativa. Nos últimos 30 anos tem proporcionado o crescimento pessoal e profissional a um elevado número de Psicoterapeutas.

[www.cognitivas.org](http://www.cognitivas.org)

Rua dos Remolares, 14, 1200-371 LISBOA  
T. 213 210 226 | 213 210 100  
mail: aptcc@cognitivas.org

# 'O grande desafio (...) encarar a saúde mental como algo que se manifesta de forma distinta de pessoa para pessoa'.

ENTREVISTA COM / NUNO CAMARNEIRO



**Apresentação do Livro "Uma dor tão desigual" no 3º Congresso da Ordem dos Psicólogos Portugueses.**

Telmo Mourinho Baptista, Bastonário da OPP / Duarte Zoio, Responsável do departamento de Comunicação e Imagem / Nuno Camarneiro, Coordenador da publicação OPP "Uma dor tão desigual".

---

**NUNO CAMARNEIRO FOI DESAFIADO PELA OPP A COORDENAR O LIVRO “UMA DOR TÃO DESIGUAL”. EM ENTREVISTA À OPP O ESCRITOR VENCEDOR DO PRÉMIO LEYA EM 2012 CONTA COMO CORREU ESTE DESAFIO.**



**O que o levou a aceitar este convite feito pela OPP para coordenar um livro sobre saúde mental?**

Gostei da premissa e do desafio. Este projecto permitiu convidar escritores que admiro, alguns que eu já conhecia, outros que vim a conhecer, e elaborar juntamente com eles e com a OPP um livro que explora temas que me são caros e sobre os quais queria aprender mais.

**E, enquanto escritor de um conto, qual foi o principal desafio em abordar este tema?**

Talvez o grande desafio, à semelhança do que acontece com os próprios psicólogos, seja o de encarar a saúde mental como algo que se manifesta de forma distinta de pessoa para pessoa, que existe uma dimensão humana e única em cada caso e esta deve ser respeitada e compreendida. Não teria qualquer interesse usar personagens abstractas apenas a título de exemplo. Existe uma grande distância entre os manuais e a vida real e eu procurei que o meu conto incorporasse essa dimensão mais humana.

**Todos os escritores têm os seus métodos, mas como se “inspirou” para escrever o seu conto?**

Como sempre, inspirei-me no que vivi, no que li e no que pude imaginar. A inspiração é o interlaçar destas três contribuições.

**A OPP convidou um conjunto de autores de referência para fazer parte deste livro e praticamente todos aceitaram. A saúde mental e o estigma que ainda existe em seu redor, é um tema interessante de se abordar?**

Talvez seja o principal tema para quem escreve. O que são as pessoas, como se comportam, o que pensam e o que sentem. Todos os romances (ou quase todos) andam à volta disso. Porque somos assim como somos?

**Acha que um livro pode mudar a vida de uma pessoa? E este em particular?**

É difícil que um único livro mude a vida de alguém. Mas pode levantar questões e ajudar-nos a olhar de forma diferente para o que nos rodeia. Se este livro tiver esse efeito já me dou por satisfeito.

**Como acha que será a aceitação do público ao ler um livro de contos sobre um tema tão específico quanto este?**

Creio que o livro está a ser muito bem recebido. Alguns leitores irão rever-se nos contos, ou encontrar lá familiares ou amigos, outros estarão mais atentos aos aspectos literários. Cada leitor é uma leitura diferente, mas este livro tem muito por onde pegar.

**O facto da Leya ter-se associado a este projecto, poderá aumentar o “impacto” do livro?**

Claro, é uma editora importante que irá garantir a distribuição e divulgação da obra. A Maria do Rosário Pedreira, editora do livro, ajudou-nos a chegar ao melhor resultado possível.

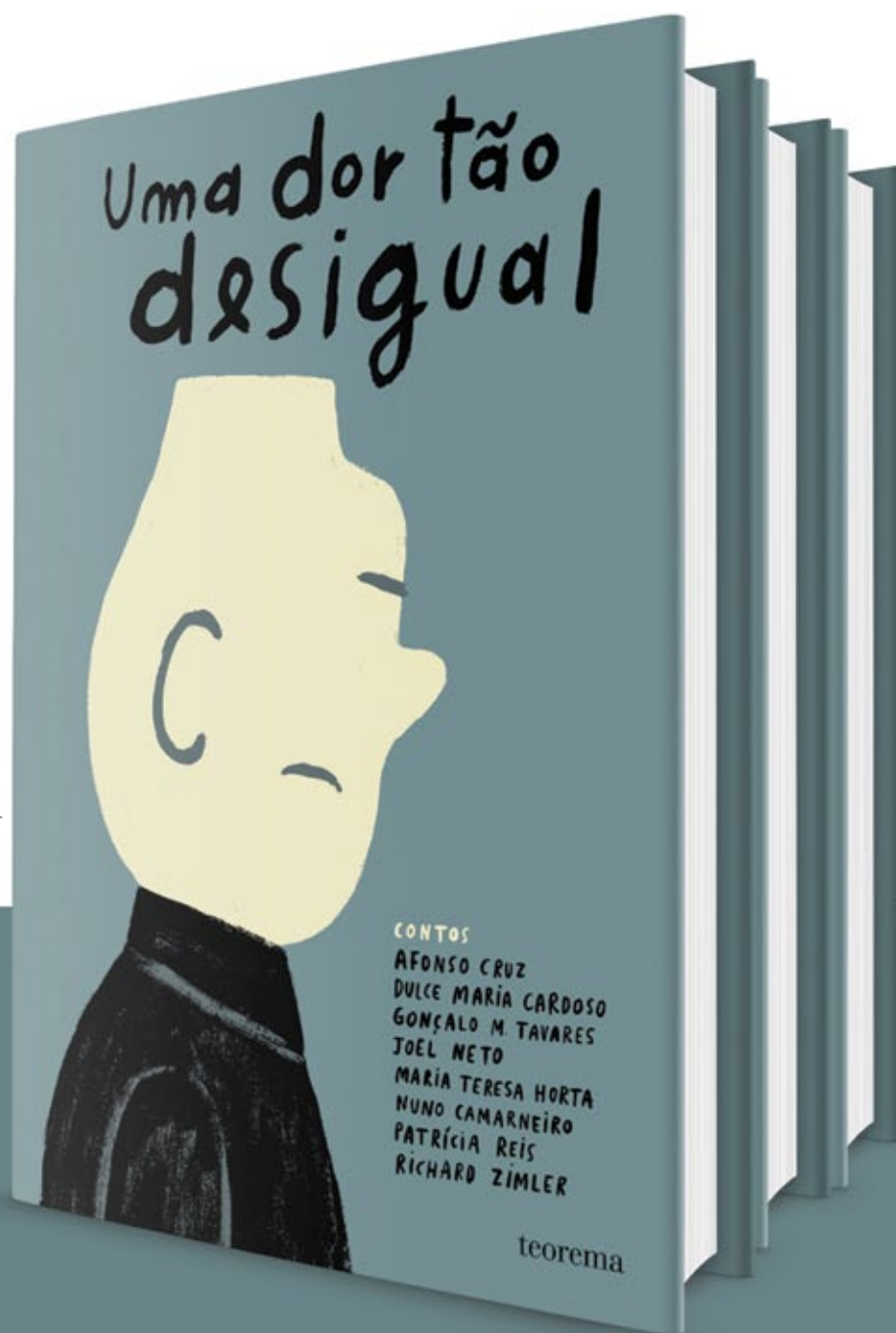
**Acredita que este tipo de acções ajuda a desmistificar os problemas de saúde mental e a afirmar o papel dos psicólogos na sociedade?**

Eu tenho essa convicção, tudo o que se faça nesse sentido será útil e meritório. Fico à espera das reacções dos psicólogos. •

**NOTA BIOGRÁFICA / Nuno Camarneiro**

Nuno Camarneiro nasceu na Figueira da Foz em 1977. Licenciou-se em Engenharia Física pela Universidade de Coimbra, trabalhou no CERN e doutorou-se em Ciência Aplicada ao Património Cultural pela Universidade de Florença, Itália. Em 2011 publicou o seu primeiro romance, 'No Meu Peito Não Cabem Pássaros', saudado pela crítica, publicado também no Brasil e em França. Em 2012 venceu o prémio Leya com o romance 'Debaixo de Algum Céu', já traduzido em italiano e brevemente em francês. Em 2015 publicou 'Se Eu Fosse Chão' um livro de contos, e 'Não Acordem os Pardais', um livro infantil, ambos pela editora Dom Quixote.

ILUSTRAÇÕES / ANDRÉ LETRIA



# JÁ À VENDA

ADQUIRA O SEU NA LOJA ONLINE  
DO WEBSITE DA OPP

[www.ordemdospsicologos.pt](http://www.ordemdospsicologos.pt)



ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS

teorema