

1. Qual é, de fato, a queixa ou demanda principal neste momento?

A demanda inicial continua sendo a mais relevante ou o processo revelou outra questão que precisa ser compreendida?

2. Estou olhando apenas para o sintoma?

Que funcionamento, contexto ou padrão ajuda a sustentar o problema além do que aparece na superfície?

3. O que está sustentando esse comportamento?

Que antecedentes, consequências, relações, crenças, estratégias de enfrentamento, evitação ou condições atuais podem estar mantendo o padrão?

4. O que a história de vida acrescenta à compreensão do funcionamento atual?

Que experiências são realmente relevantes para entender como essa pessoa reage, interpreta e se organiza hoje?

5. Que padrões antigos e atuais se repetem?

O que mudou ao longo do tempo e o que parece permanecer mesmo em contextos diferentes?

6. O que eu sei e o que estou inferindo?

Separe observações, relatos e fatos disponíveis das interpretações construídas sobre eles.

7. Em que evidências minha hipótese se apoia?

Que informações fortalecem essa hipótese? O que ainda não se encaixa nela?

8. Que outra hipótese também poderia explicar o que estou observando?

Uma alternativa não precisa estar correta para ser útil. Ela pode revelar lacunas na investigação atual.

9. A intervenção que escolhi está coerente com o objetivo e com a hipótese?

Ou estou recorrendo a uma técnica conhecida sem clareza suficiente sobre por que ela faz sentido para este caso e neste momento?

10. O que aconteceu depois da intervenção?

O que mudou, o que permaneceu e que informação nova essa resposta traz para o raciocínio clínico?

11. Se a intervenção não está funcionando, o que preciso rever antes de insistir?

Hipótese? Objetivo? Contexto? Forma de manejo? Informação ainda não investigada?

12. Qual é a pergunta que eu realmente quero levar para a supervisão?

Em vez de “o que eu faço?”, experimente formular: “o que eu ainda não estou conseguindo compreender neste caso?”

Para guardar

“O que está sustentando esse comportamento?”

Supervisão não é procurar uma resposta pronta para cada situação. É criar condições para formular perguntas melhores, organizar hipóteses e pensar possibilidades de condução com mais clareza.

Material educativo para profissionais de Psicologia. As perguntas servem para organização de reflexão e não constituem diagnóstico, prescrição de conduta ou substituição de supervisão e julgamento profissional.