



[Home»Últimas notícias»](#)Profissionais dão aulas de Yoga e até fazem sessões de psicoterapia via MSN ou Skype

# Profissionais dão aulas de Yoga e até fazem sessões de psicoterapia via MSN ou Skype

Por [Stephanie Kohn](#) - em 16/01/2012 às 18h13

*Resumo: Eles trocaram as salas de aula e consultórios pela webcam. Saiba como funcionam os atendimentos virtuais*

[inShare](#)



Aulas online

(Foto: Aulas online)

O psicólogo clínico Tiago Villano sempre atendeu seus pacientes da maneira tradicional. Mas, recentemente, foi convidado por um site para trabalhar virtualmente. A princípio, o terapeuta achou a ideia um pouco estranha, mas como se tratava de um site mundialmente reconhecido e os tratamentos dariam uma graninha extra, ele topou.

O portal reúne diversos profissionais que atendem virtualmente seus pacientes. Consultas por Skype, MSN ou outras ferramentas de videoconferência são as principais modalidades. O paciente escolhe o psicólogo que quer se consultar, envia um email com suas aflições, paga pelo pacote de algumas sessões e marca as datas das consultas. Pontualmente, Tiago acessa a internet e se mantém conectado em frente ao computador para iniciar o bate papo. Ele só começa uma consulta depois que o site aprovar o pagamento online.

"Cada consulta tem cerca de 50 minutos de duração e é feita semanalmente. A maioria dos meus pacientes são brasileiros que moram em outros lugares do mundo e querem fazer consultas com algum profissional brasileiro. A gente sempre diz que é melhor o paciente se consultar com alguém que fale seu idioma materno. Para a terapia isso funciona melhor", explica.

Para alguns essa maneira de tratamento não é muito eficaz e até o próprio Tiago tem suas ressalvas. "A efetividade cai um pouco. Percebi isso quando passei a tratar um paciente virtualmente, depois das consultas ao vivo", lembra. Até mesmo pessoas que há tempos fazem

terapia não veem na consulta virtual o melhor caminho, como é o caso do publicitário Rafael Comenale. "Na terapia em específico, acho que o profissional percebe não só o que você fala, mas o que você sente. Por isso que nada substitui o presencial", diz. "Mas, o vídeo pode até segurar em uma viagem ou intercâmbio, por exemplo", comenta Rafael que fez terapia por cerca de um ano e meio. O profissional afirma que as consultas online deveriam ser mais como uma forma de suporte em um momento crítico e não a única modalidade. Rafael também concorda. Para ele, iniciar um tratamento virtualmente é impensável. Ele já teve a experiência de usar de artifícios alternativos em situações extremas. Um término de namoro o fez procurar a terapeuta pelo telefone, já que sua consulta só seria na próxima semana. "Fiquei uns 40 minutos no telefone com ela. Quando desliguei estava mais calmo. Mas, só supri aquele desespero momentâneo. Eu não dispensei a próxima consulta", lembra.

Em outra ocasião, Rafael resolveu paliativamente outro assunto por BBM, serviços de mensagens gratuitas do BlackBerry. Apesar dos dez minutos de mensagens com a psicóloga ter ajudado, ele conta que a própria profissional disse que seria impossível evoluir a conversa daquela maneira. "O problema é que falta aquele lance de olho no olho, sentir o que a pessoa está sentindo. No vídeo criamos uma atmosfera pouco verdadeira. Dá para pegar alguns gestos como cruzar o braço, se afastar da câmera, mas é difícil se aprofundar", conclui o psicólogo.

Além da distância do país de origem, outro motivo que leva as pessoas a procurarem um tratamento online é a comodidade. A jornalista Bárbara Raffaelli, que fez quatro anos de terapia, disse que tentaria reiniciar o tratamento virtualmente. "Moro em São Paulo, uma sessão não demora apenas uma hora, temos que contar o deslocamento. Às vezes não consigo acordar cedo pra ir chorar num consultório, por isso, fazer em casa seria demais", diz.

Outros profissionais que estão se aproveitando da atmosfera virtual são professores de idiomas, danças, música e até práticas como a Yoga. Existem diversos sites norte-americanos de Yoga e Pilates com aulas online. A professora Martha McKinnon iniciou o projeto virtual com uma cliente que já praticava há anos, mas precisou se mudar de cidade e pediu para que ela a atendesse via Skype. "Essa aluna sabe todas as posições, por isso as aulas são mais fáceis. Eu sei que diversos sites já proporcionam aulas virtuais que dão certo, especialmente com clientes que também praticam a Yoga ao vivo junto dos professores", conta a profissional.

Ela também explica que é comum pessoas praticarem Yoga com a ajuda de vídeos e programas de TV, portanto, as aulas virtuais são até melhores, especialmente quando praticadas por apenas um aluno. "Eu consigo ver pela videoconferência se a pessoa está fazendo as posições corretamente e até corrigi-las. Na correria do dia a dia, essa prática online tem sido muito bem recebida", comenta.

As aulas de inglês e processos de coaching também entraram na onda. Se a pessoa for dedicada e o profissional souber aproveitar as ferramentas tecnológicas, dá para criar aulas e consultas bastante dinâmicas. Em ambos os casos, o primeiro contato serve para que o profissional explique como serão as consultas e para conhecer o perfil do cliente. **Patricia Camargo, coach pessoal,** conta que as consultas virtuais dão resultados tão eficazes quanto ao vivo. "Somos um país latino, valorizamos o olho no olho, os abraços, os sorrisos, o contato direto. Então pensamos: será que um processo de Coaching à distância funciona? A resposta é sim, desde que haja confiança, como ocorre no atendimento presencial", diz.

Obviamente os serviços online têm um lado bastante positivo e trazem também certas dificuldades como problemas de conexão, por exemplo. Para quem pensa em se arriscar em aulas e consultas via videoconferência o ideal é ter um computador com uma boa câmera e conexão. As consultas psicológicas variam de R\$ 60 a R\$ 70 e as aulas de inglês de R\$ 22 a R\$ 300, dependendo do

professor. Já as consultas de coaching variam de caso a caso, enquanto que uma aula de Yoga de 60 minutos pode custar de US\$ 50 a US\$ 80.

Você se consultaria virtualmente ou faria aulas online? Deixe sua opinião nos comentários abaixo. E caso você já tenha experimentado algo parecido, conte para nós como foi.

[Comente no nosso Fórum. Participe da Comunidade Olhar Digital!](#)

Link da matéria : <http://olhardigital.uol.com.br/noticia/atendimento-online-aulas-de-yoga-e-consultas-psicologicas-via-videoconferencia/23608>