

Existem três tipos de pessoas com dor que precisam de atendimento psicológico:

Há pessoas com uma condição médica crônica (por exemplo, enxaqueca ou artrite) ou que tiveram algum trauma ou lesão que resultou em dor. Muitas destas pessoas costumam achar que não têm escolha a não ser sofrer em silêncio ou usar medicamentos fortes para a dor. Através do atendimento, os psicólogos podem ajudar a reduzir o impacto negativo da dor sobre sua vida, além disso, usando uma variedade de técnicas, podem também ensinar a usar o poder de suas próprias mentes para reduzir a percepção de dor.

Outras pessoas apresentam uma condição médica que parece ser causada ou agravada por stress e outros fatores psicológicos. Por exemplo, a fibromialgia, a enxaqueca, a esclerose múltipla, a doença de Crohn e muitas outras condições. Além das estratégias para o controle da dor, os psicólogos podem ajudar a identificar como os fatores psicológicos influenciam na manutenção ou agravamento da dor, de forma que possam ser feitas mudanças nos padrões de pensamento, estilo de vida ou relacionamento.

Por fim, há pessoas cujos sintomas não possuem uma explicação médica. A dor tem um grande número de importantes funções inconscientes. Às vezes, a dor nos distrai ou nos permite evitar situações ou eventos aversivos. Às vezes a dor serve como um meio de suprir necessidades de atenção e carinho. E, às vezes, a dor serve como um sinal que algo em nossa vida emocional não está bem e é preciso prestar atenção nisso. Nestes casos, o trabalho dos psicólogos será voltado para esclarecer o papel e o efeito da dor na vida destas pessoas e para identificar problemas subjetivos que a dor pode estar sinalizando.