

## **A PSICOTERAPIA INFANTIL NA ABORDAGEM COGNITIVO COMPORTAMENTAL.**

AMARAL, ROSA, Flavia.[1]

AMARAL, Edina.[2]

LEITE, Layana.[3]

### **Resumo**

O presente artigo aborda a temática referente a psicoterapia infantil manejada pela abordagem cognitiva comportamental, buscando compreender através da literatura como ocorre este processo, visando a fase do desenvolvimento e a abordagem. Compreendendo que ser terapeuta infantil é desafiador ainda, existindo uma escassez de profissionais desta abordagem nesta área. Dito isso, se faz interessante a pesquisa mais abrangente sobre o tema para compreender melhor a psicoterapia infantil no segmento da terapia cognitivo comportamental e o papel do psicoterapeuta infantil. A realização desta pesquisa ocorreu por meio de uma revisão sistemática de literatura acerca do tema, revisando, analisando e investigando o processo de desenvolvimento da terapia infantil.

**PALAVRAS-CHAVE:** Psicoterapia, cognitivo comportamental, criança, infantil.

## 1. INTRODUÇÃO

O referido artigo se concretiza diante de questionamentos e dúvidas durante o desenvolvimento do estágio clínico na abordagem cognitivo comportamental. Tendo-se como proposta abordar sobre a psicoterapia infantil na abordagem cognitivo comportamental.

A psicoterapia infantil contribui para o desenvolvimento social, emocional, familiar e escolar da criança, buscando sempre auxiliar a mesma para encontrar resoluções assertivas de forma satisfatória e não frustrante, sendo trabalhado sempre a demanda mais urgente que a criança traz.

O processo psicoterápico infantil não é recomendado somente para dificuldades específicas, como por exemplo, ansiedade, depressão, hiperatividade, autismo, entre outras, e sim para auxiliar a criança a desenvolver estratégias mais assertivas, buscando psicoeducar a criança sobre faltas, limitações, sentimentos etc. (FERRAZ, PACHECO, 2021). Compreendendo essas informações buscou -se afunilar neste estudo o conhecimento acerca da psicoterapia infantil no manejo da abordagem cognitivo comportamental.

## 2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A psicoterapia infantil identifica necessidades/demandas promovendo a saúde mental de crianças e adolescentes, sendo um espaço, voltado para o acolhimento, e validação das emoções. Geralmente os responsáveis levam as crianças para a psicoterapia, por alguns “problemas” que podem não ser tão “conscientes” ou ainda podem surgir na clínica através de encaminhamento realizado por outros profissionais (VELOSO, MONTE, 2021).

Aprender como interagir de maneira produtiva com a criança no setting terapêutico é indispensável, para o profissional que atua na área clínica infantil. Isso não é menos importante para a conduta dos familiares que participam do atendimento à criança, o conhecimento e a prática do profissional devem ser utilizadas a modo de identificar quais as melhores condutas e manejos para se contribuir para a ocorrência de mudanças desejadas (HABER, CARMO, 2007).

O processo de psicoterapia infantil, demonstra o investimento na promoção e validação da escuta, tornando a mesma protagonista das suas demandas/história, que corresponde ao seu contexto, experiência e vivências. A ludoterapia, é uma das ferramentas utilizadas na grande maioria das psicoterapias infantis, tendo como base e recurso o brincar, a brincadeira, sendo este o instrumento de tradução da expressão infantil (FORTESKI, BORGES, MOREIRA, SEVEGNANI 2015).

Escutar a criança, dar voz e permitir a expressão das mais diversas emoções, percepções e expectativas que norteiam o contexto da criança, significará, agregar a um conjunto de concepções em sua grande maioria diferente da proposta convencional dos adultos (FORTESKI, BORGES, MOREIRA, SEVEGNANI 2015).

A Terapia Cognitivo Comportamental (TCC), foi desenvolvida por Aaron Beck na década de 60, buscando facilitar mudanças no pensamento e no sistema de crenças do paciente, modificando a nível cognitivo e comportamental. Inicialmente foi direcionada para adultos, por entender que a abordagem exige um nível de maturação cognitiva. Na

década de 80 que se iniciou os primeiros estudos e trabalhos interventivos da TCC com crianças. (OLIVEIRA & SOARES, 2011).

A psicoterapia com crianças vem sendo um foco muito importante nos últimos anos, especialmente na promoção e prevenção. O tratamento psicológico para crianças e adolescentes tem sido considerado não apenas como uma medida terapêutica, mas uma forma de prevenção de doenças mentais. Somando em defesa da valorização de diagnósticos precoces na infância, e conseqüentemente buscando um tratamento mais eficaz para a prevenção de psicopatologias na vida adulta. (PUREZA, JULIANA, 2014).

Para Oliveira e Soares (2011) ser terapeuta infantil é um desafio, compreendendo que a criança necessita da ajuda do profissional para verbalizar e demonstrar seus sentimentos diante os relatos da família e da demanda do paciente. Isso exige que o terapeuta possua um conhecimento detalhado acerca das fases do desenvolvimento humano/infantil, buscando sempre adequar o manejo do tratamento para cada fase. Na psicoterapia infantil se faz necessário a entrevista com os pais, cuidadores e no ambiente escolar, buscando assim, ampliar o conhecimento sobre a criança em diferentes contextos, auxiliando assim, o terapeuta na elaboração da conceitualização cognitiva do caso.

Na Terapia Cognitivo Comportamental existem alguns princípios que direcionam os tratamentos, e na TCC com crianças não é diferente, por exemplo o empirismo colaborativo, relação terapêutica, descoberta guiada, estrutura da sessão, tarefa de casa, sendo assim, a TCC infantil mantém seu foco na demanda ativa e orientada ao objetivo. (SILVA, ANDRÉA, 2017).

Para Friedberg e McClure (2019), a terapia cognitiva necessita ser adaptada e adequada às características particulares de cada criança, porém, vários princípios norteadores da abordagem ainda se aplicam na terapia com crianças, por exemplo, o empirismo colaborativo e a descoberta guiada, a estrutura da sessão, estabelecimento da agenda, evocação do feedback. Talvez um dos pontos principais seja a tarefa de casa, permitindo que as crianças experimentem habilidades no contexto da vida real, seguindo uma abordagem focada no problema, e resolutiva, assim como com adultos.

A Terapia Cognitivo Comportamental Infantil exige que o terapeuta busque por atividades que envolvam a ação (atividades lúdicas) pois, as crianças aprendem com

facilidade quando realizam as atividades neste processo, quanto mais divertido, habilidoso e ações a criança realizar maiores são as chances de a mesma recordar do “comportamento desejado”, entendendo que quando as crianças se divertem sua motivação aumenta tornando o processo psicoterápico mais efetivo. (SILVA, ANDRÉA, 2017).

Um ponto muito importante no tratamento é o vínculo do terapeuta com os pais, e também a orientação a pais, compreendendo que estes serão a principal fonte de dados e por vezes contribuíram para significativas mudanças na vida da criança, sendo estes também responsáveis pelo comparecimento do paciente (criança) e pelo pagamento do tratamento, o rompimento do vínculo com os pais ou a falta dele é um dos principais fatores para a não adesão do tratamento ou abandono do atendimento. (PUREZA, RIBEIRO, PUREZA & LISBOA, 2014).

O desenvolvimento da TCC com crianças inicia-se antes da chegada física do paciente, na preparação da sala e na escolha assertiva de brinquedos enfatizando a fase do desenvolvimento do paciente. Alguns cuidados básicos a sala deve contemplar, como a presença de um banheiro, brinquedos variados de acordo com a fase do desenvolvimento que possam auxiliar a criança em expressões, jogos e se possível verificar a preferência de personagens históricos da criança visando a preferência e o vínculo com a mesma. Buscar orientar os pais a explicar para a criança o objetivo e o porquê de ela estar indo a um psicoterapeuta, buscando incluir toda a família no tratamento, desta forma não tornando o processo alvo de punição ou com aspecto punitivo. (PUREZA, RIBEIRO, PUREZA & LISBOA, 2014).

Apesar da TCC ser complexa e sofisticada ela requer uma capacidade maior para raciocinar efetivamente sobre assuntos e questões concretas, que difere do pensamento conceitual abstrato. O material da Terapia Cognitivo-Comportamental precisa ser projetado para o nível apropriado desta criança. Técnicas concretas, com instruções claras e simples são úteis para crianças mais novas. O desafio do trabalho com crianças mais novas é traduzir conceitos a metáforas simples e compreensíveis para esta criança. A TCC deve ser divertida e atraente para a criança, usando manejos e materiais de acordo com a sua faixa etária. (STALLARD, PAUL, 2004)

Na primeira sessão com a criança é importante que o terapeuta esclareça para esta criança o que é um psicólogo, bem como o papel da criança neste processo, a necessidade de inclusão dos pais na aliança terapêutica, o engajamento no tratamento desta criança, e possivelmente, da escola. Este manejo deve ser feito com cuidado e cautela enfatizando o sigilo entre o paciente e terapeuta. (OLIVEIRA, MARGARETH DA SILVA. II. ANDRETTA, LIANA, 2011).

## 2. CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com o presente trabalho, buscamos trazer a importância da Psicoterapia Infantil por meio de um levantamento bibliográfico na Terapia Cognitiva Comportamental, concluindo que a mesma apresenta grande eficácia comprovada para o tratamento de crianças entre 06 a 12 anos.

Alguns sintomas negativos podem prejudicar a infância da criança, gerando grande impacto em sua vida e de seus familiares, com significativo comprometimento em seu desenvolvimento, nos aspectos emocionais, físicos, sociais e cognitivos. Na atualidade há uma variedade de problemas emocionais apresentados nas crianças e que a escola e os pais têm dificuldade em administrar e entender.

Podemos observar o quanto a atuação do psicólogo na clínica infantil é sempre colaborativa e ativa, descobrindo novas formas lúdicas e criativas sendo facilitadores diante do tratamento. O planejamento desta atuação é baseado em evidências científicas, e essencial para um caminho seguro e assertivo, sempre respeitando a subjetividade de cada criança. Vale destacar, que um dos maiores desafios na clínica infantil é manter os pais sempre interessados e engajados na aliança terapêutica. A ausência deste fator, certamente poderá prejudicar e comprometer a eficácia da intervenção psicoterapêutica.

Consideramos que as atividades lúdicas, tais como a utilização de jogos, desenhos, brinquedos, histórias e livros tem grandes objetivos específicos na caminhada de tratamento, pois muitas vezes a criança não tem um repertório verbal desenvolvido a ponto de se beneficiar puramente de uma terapia verbal. As atividades lúdicas são utilizadas na aplicação direta de manejo de contingências para a identificação de sentimentos e comportamentos que estão concretos nesta criança, fortalecendo respostas adequadas no repertório da criança.

A terapia Infantil tem o objetivo de promover avaliações adaptativas e realistas dos fatos de vida em lugar de distorções cognitivas, identificar as crenças, pensamentos automáticos, utilizando técnicas, psicoeducação e a orientação aos pais, colaborando para a reestruturação cognitiva da criança.

## REFERÊNCIAS

FERRAZ. L. M., PACHECO. I. C., **PSICOTERAPIA INFANTIL** disponível em [https://repositorio.alfaunipac.com.br/publicacoes/2021/685\\_psicoterapia\\_infantil.pdf](https://repositorio.alfaunipac.com.br/publicacoes/2021/685_psicoterapia_infantil.pdf) acessado em 12/09/2022

FORTESKI. R., BORGES. C. D., MOREIRA. B. B., SEVEGNANI. G. R., **Três Abordagens em Psicoterapia Infantil** REVISTA CESUMAR 2014 disponível em <https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/revcesumar/article/view/3223> acessado em 12/09/2022

HABER. G. M., CARMO. J. S., **O fantasiar como recurso na clínica comportamental infantil** Rev. bras. ter. comport. Cogn São Paulo. 2007 disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-55452007000100005](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452007000100005) acessado em 12/09/2022

PUREZA, J. R., RIBEIRO, A. O., PUREZA, J. R., LISBOA, C. S. M., **Fundamentos e aplicações da Terapia Cognitivo Comportamental com crianças e adolescentes** REVISTA BRASILEIRA DE PSICOTERAPIA 2014 disponível em [https://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/9035/2/Fundamentos\\_E\\_Aplicacoes\\_Terapia\\_Cognitivo\\_Comportamental\\_Com\\_Crianças\\_E\\_Adolescentes.pdf](https://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/9035/2/Fundamentos_E_Aplicacoes_Terapia_Cognitivo_Comportamental_Com_Crianças_E_Adolescentes.pdf) acessado em 05/09/2022

SILVA, A, C. **CONTRIBUIÇÕES DA TERAPIA COGNITIVA COMPORTAMENTAL NA CLÍNICA INFANTIL**. CETCC- CENTRO DE ESTUDOS EM TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL, São Paulo, 2017 disponível em <https://repositorio.unifaema.edu.br/bitstream/123456789/2678/1/TCC%20Andrea%20Cristina%20da%20Silva%20.pdf> acessado em 05/09/2022

STALLARD, P., **Bons pensamentos bons sentimentos** ARTMED Porto Alegre 2004 disponível em <https://books.google.com.br/books?hl=pt->

BR&lr=&id=ZgYHGtZD4isC&oi=fnd&pg=PA1&dq=bons+pensamentos+bons+sentim  
entos+pdf&ots=adx26\_jdl5&sig=z\_\_50HIdEwB5VBKYKoE05gmli9M#v=onepage&q  
&f=false acessado em 06/09/2022