

AGRESSÃO FÍSICA E VERBAL DOS PAIS NO FILHO MENOR DE IDADE: UMA ANÁLISE SOB A PERSPECTIVA DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL (TCC)

Paloma Cristina Dos Santos Rosá
Orientadora: Franciele Da Costa

Resumo

Introdução

A agressão física e verbal de pais contra filhos menores de idade é um fenômeno preocupante, com implicações sérias para o desenvolvimento emocional, cognitivo e social da criança. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2002), essas formas de violência doméstica configuram-se como importantes fatores de risco para o surgimento de transtornos mentais ao longo da vida. A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), por sua vez, oferece um modelo explicativo e interventivo que busca compreender os fatores cognitivos, emocionais e comportamentais que mantêm e reforçam esse tipo de violência.

Fundamentação Teórica da TCC sobre o Comportamento Agressivo Parental

A TCC, desenvolvida inicialmente por Aaron Beck nos anos 1960, parte do princípio de que pensamentos, emoções e comportamentos estão interligados, sendo fortemente influenciados por crenças centrais e esquemas

cognitivos formados ao longo da vida (Beck, 2013). No caso dos pais agressores, tanto a agressão física quanto a verbal podem ser compreendidas como respostas desadaptativas mediadas por distorções cognitivas e esquemas negativos sobre disciplina, controle e autoridade (Dobson & Dozois, 2010).

Crenças disfuncionais como “Se eu não gritar ou bater, meu filho nunca vai me respeitar” ou “Meu filho está me provocando de propósito” são frequentes nesses casos (Beck, 1997). Essas cognições, muitas vezes automáticas, surgem em resposta a comportamentos infantis que os pais interpretam como desafiadores. Em geral, esses esquemas negativos têm origem em experiências traumáticas ou em um modelo parental também pautado pela violência (Bandura, 1973).

Além disso, segundo a Teoria da Aprendizagem Social de Bandura (1973), comportamentos agressivos são aprendidos por meio da observação de modelos significativos, como os próprios cuidadores, o que perpetua o ciclo de violência intergeracional.

Impactos Cognitivos, Emocionais e Comportamentais na Criança

As consequências da agressão física e verbal na infância são amplas e complexas. A criança exposta a esses tipos de violência desenvolve esquemas cognitivos negativos que podem afetar sua percepção de si mesma, dos outros e do mundo (Beck, 2013). Crenças centrais como “Eu não sou importante”, “As pessoas são perigosas” ou “Sou uma criança má” tornam-se frequentes, gerando vulnerabilidade ao desenvolvimento de transtornos emocionais.

Sintomas como ansiedade generalizada, depressão, baixa autoestima, comportamento agressivo, dificuldades de regulação emocional e Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) são frequentemente observados nessas crianças (Barlow, 2014; APA, 2014).

Além das consequências emocionais, há impacto sobre o desempenho escolar e nas habilidades sociais, com aumento de comportamentos

externalizantes (agressividade, oposição) ou internalizantes (retraimento, isolamento) (Kazdin, 2005).

Avaliação Cognitivo-Comportamental de Casos de Violência Parental

A avaliação clínica na TCC envolve a identificação de pensamentos automáticos, crenças intermediárias e esquemas nucleares dos envolvidos. No caso dos pais, a análise busca mapear os padrões de pensamento que antecedem os episódios de agressão, bem como as respostas emocionais associadas, como raiva, frustração e sentimentos de impotência (Beck, 2013). Com a criança, o terapeuta investiga o impacto emocional da violência, os pensamentos disfuncionais gerados pelas experiências abusivas e o nível de evitação, medo ou comportamentos de enfrentamento desadaptativos (Kendall, 2012).

Ferramentas como entrevistas clínicas, escalas de sintomas emocionais (ex.: Escala de Ansiedade Infantil, Escala de Depressão Infantil), questionários de avaliação cognitiva e o diário de pensamentos são comumente utilizados para estruturar a conceitualização cognitiva (Dobson & Dozois, 2010).

Intervenções Cognitivo-Comportamentais com os Pais

O foco das intervenções com os pais é a modificação das crenças disfuncionais relacionadas à disciplina e ao controle emocional. Técnicas de reestruturação cognitiva, psicoeducação e treinamento em habilidades parentais são fundamentais (Dattilio & Freeman, 2000).

A psicoeducação visa conscientizar os pais sobre os efeitos prejudiciais da agressão física e verbal no desenvolvimento da criança. O objetivo é substituir o ciclo de violência por práticas educativas baseadas no reforço positivo, comunicação assertiva e resolução de conflitos de forma saudável (Kazdin, 2005).

Além disso, estratégias de manejo da raiva e autorregulação emocional são ensinadas para reduzir a impulsividade e a resposta agressiva. Técnicas de

resolução de problemas e de identificação de gatilhos cognitivos também são abordadas (Beck, 2013).

Intervenções Cognitivo-Comportamentais com a Criança

O trabalho com a criança tem como objetivo reduzir o impacto emocional das experiências traumáticas e fortalecer habilidades de enfrentamento adaptativas. A reestruturação cognitiva é utilizada para modificar crenças distorcidas, como “Eu mereço ser agredido” ou “Não sou amado” (Kendall, 2012).

Além disso, o terapeuta pode utilizar o treinamento em habilidades sociais, técnicas de resolução de problemas, exposição gradual a situações temidas (no caso de TEPT) e técnicas de relaxamento para manejo da ansiedade (Barlow, 2014).

Quando há indícios de trauma, a Terapia Cognitivo-Comportamental Focada no Trauma (TF-CBT) pode ser indicada. Essa abordagem integra técnicas cognitivas e estratégias de processamento emocional, proporcionando à criança um espaço seguro para reprocessar as experiências traumáticas (Cohen, Mannarino & Deblinger, 2006).

Prevenção e Promoção da Saúde Familiar

A TCC também oferece programas de prevenção que têm como objetivo interromper o ciclo da violência familiar. Intervenções comunitárias, programas de orientação parental e treinamentos grupais são estratégias eficazes para reduzir comportamentos agressivos e promover práticas educativas saudáveis (Sanders & Turner, 2005).

Modelos de prevenção baseados na TCC enfatizam o ensino de habilidades de resolução de conflitos, regulação emocional e comunicação positiva (Dattilio & Freeman, 2000).

Considerações Finais

A Terapia Cognitivo-Comportamental oferece uma estrutura teórica e prática sólida para a compreensão e intervenção em casos de agressão física e verbal de pais contra filhos menores de idade. A TCC permite ao terapeuta trabalhar tanto com os fatores cognitivos e emocionais que mantêm o comportamento agressivo nos pais quanto com os impactos emocionais e cognitivos sofridos pelas crianças.

Intervenções bem planejadas, envolvendo avaliação detalhada, psicoeducação, reestruturação cognitiva e treinamento em habilidades emocionais e comportamentais, podem interromper o ciclo de violência e promover um ambiente familiar mais seguro e saudável.

A atuação interdisciplinar, com o envolvimento de profissionais da psicologia, serviço social, educação e órgãos de proteção à criança, é fundamental para garantir a segurança e o bem-estar dos menores envolvidos.

Referências

- American Psychiatric Association. (2014). Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM-5. Porto Alegre: Artmed.
- Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Barlow, D. H. (2014). *Clinical Handbook of Psychological Disorders: A Step-by-step Treatment Manual*. New York: Guilford Press.
- Beck, J. S. (2013). *Terapia Cognitivo-Comportamental: Teoria e Prática*. Porto Alegre: Artmed.
- Beck, A. T. (1997). *Prisoners of Hate: The cognitive basis of anger, hostility, and violence*. New York: HarperCollins.
- Cohen, J. A., Mannarino, A. P., & Deblinger, E. (2006). *Treating trauma and traumatic grief in children and adolescents*. New York: Guilford Press.
- Dattilio, F. M., & Freeman, A. (2000). *Terapia Cognitivo-Comportamental com Casais e Famílias*. Porto Alegre: Artmed.
- Dobson, K. S., & Dozois, D. J. A. (2010). *Risk factors in depression*. San Diego: Academic Press.
- Kazdin, A. E. (2005). *Parent Management Training: Treatment for oppositional, aggressive, and antisocial behavior in children and adolescents*. Oxford: Oxford University Press.
- Kendall, P. C. (2012). *Cognitive Therapy with Children and Adolescents: A Casebook for Clinical Practice*. New York: Guilford Press.
- Organização Mundial da Saúde (OMS). (2002). *Relatório mundial sobre violência e saúde*. Genebra: OMS.
- Sanders, M. R., & Turner, K. M. (2005). Reflections on the challenges of effective dissemination of behavioral family intervention. *Behavior Change*, 22(2), 55–72.