

A TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO ATENDIMENTO PSICOLÓGICO INFANTIL: RELATO DE EXPERIÊNCIA

CAUANE ANDRIELI SCHUTZ RIBEIRO
FRANCIELE DA COSTA

Resumo

O atendimento psicológico infantil requer que as intervenções considerem as características do desenvolvimento da criança, suas formas de comunicação, seus interesses e os modos pelos quais expressa suas experiências. Nesse contexto, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) pode ser adaptada ao público infantil por meio de linguagem acessível e da utilização de recursos lúdicos que favoreçam a participação da criança e a abordagem de pensamentos, emoções e comportamentos. O presente trabalho tem como objetivo descrever e discutir a utilização de recursos lúdicos fundamentados na Terapia Cognitivo-Comportamental no acompanhamento psicológico de uma criança em idade escolar, destacando sua contribuição para o estabelecimento do vínculo terapêutico, a identificação e expressão de emoções e a compreensão das demandas apresentadas ao longo do processo.

Trata-se de um relato de experiência desenvolvido no contexto do Estágio Curricular Supervisionado em Psicologia, realizado na Clínica-Escola de Psicologia da Unoesc de Pinhalzinho/SC. O relato foi elaborado a partir dos registros dos atendimentos, das observações realizadas durante as sessões e das informações fornecidas pelos responsáveis. As intervenções foram

fundamentadas nos princípios da TCC e adaptadas às características do desenvolvimento, aos interesses e às necessidades identificadas ao longo do acompanhamento. Foram preservadas informações que pudessem possibilitar a identificação da criança, em consonância com os princípios éticos da profissão (CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, 2005).

Nos atendimentos iniciais, priorizou-se o estabelecimento do vínculo terapêutico e a compreensão da forma como a criança se comunicava, expressava suas experiências e respondia às diferentes propostas. Progressivamente, foram introduzidos recursos lúdicos voltados à identificação e à diferenciação de emoções, utilizando jogos, desenhos, personagens e situações do cotidiano. Ao longo do acompanhamento, também emergiram aspectos relacionados à tolerância à frustração, às relações interpessoais, ao contexto escolar e ao funcionamento familiar, ampliando a compreensão das demandas inicialmente apresentadas. Embora houvesse diagnóstico prévio de TDAH, informado pelos responsáveis no início do acompanhamento, a compreensão clínica do caso não se restringiu a essa condição, considerando também as experiências da criança, suas relações e os diferentes contextos nos quais estava inserida.

Na Terapia Cognitivo-Comportamental, a compreensão clínica envolve a análise das relações entre as situações vivenciadas, os pensamentos, as emoções e os comportamentos, sendo a conceitualização cognitiva utilizada para organizar essas informações e formular hipóteses que podem ser revistas à medida que novos elementos são identificados no decorrer do acompanhamento (BECK, 2022). No caso acompanhado, essa compreensão permaneceu em construção, demandando a investigação progressiva acerca da forma como a criança compreendia e respondia às situações presentes em seu cotidiano. Entre os aspectos considerados, destacou-se o relato materno de uma possível situação de bullying no ambiente escolar, o que indicou a necessidade de explorar as experiências e relações estabelecidas nesse contexto, respeitando-se, contudo, a disponibilidade da criança para abordar o tema.

Entre as intervenções realizadas, utilizou-se um jogo de tabuleiro composto por situações do cotidiano, com o objetivo de favorecer a identificação e a nomeação de emoções, bem como explorar as respostas da criança diante de diferentes situações interpessoais. Durante a atividade, a criança reconheceu diferentes estados emocionais e os relacionou às situações apresentadas, possibilitando a exploração de aspectos referentes à expressão emocional e às experiências vivenciadas em seu cotidiano. As observações decorrentes dessa intervenção contribuíram para ampliar a compreensão clínica do caso e subsidiaram o planejamento das intervenções subsequentes.

Situações envolvendo regras, competição e a possibilidade de perder também constituíram oportunidades de observação e intervenção. Durante uma partida de UNO, por exemplo, foram observadas as respostas da criança diante da competição e da frustração, fornecendo elementos para a compreensão de aspectos relacionados ao manejo dessas situações e para o planejamento da continuidade do acompanhamento. Nessa perspectiva, os recursos lúdicos foram utilizados não apenas como forma de favorecer a participação da criança, mas também como mediadores para a expressão de experiências e para a exploração de aspectos relevantes ao processo terapêutico.

Além do jogo de tabuleiro e do UNO, foram utilizados desenhos, personagens do filme *Divertida Mente*, jogo da força das emoções, STOP das Emoções, quiz e brincadeiras escolhidas pela própria criança. Esses recursos foram empregados de acordo com os objetivos de cada momento do acompanhamento, favorecendo a identificação e a nomeação de emoções, a associação entre situações cotidianas e respostas emocionais e a comunicação de experiências. Em atividades com os personagens de *Divertida Mente*, por exemplo, a criança identificou situações relacionadas a diferentes emoções; no STOP das Emoções, foi estimulada a nomear sentimentos e relacioná-los a experiências do cotidiano. A utilização de estratégias lúdicas constitui uma importante possibilidade de adaptação da terapia cognitiva às características do desenvolvimento infantil, permitindo

que conteúdos psicológicos sejam abordados de maneira compreensível e compatível com a realidade da criança (FRIEDBERG; MCCLURE, 2019).

Ao longo do acompanhamento, observou-se maior disponibilidade da criança para participar das propostas terapêuticas, compartilhar acontecimentos de sua rotina e identificar e nomear emoções. Em alguns momentos, entretanto, determinadas temáticas exigiram maior cautela na condução clínica. Diante de uma proposta relacionada às relações escolares e à possível situação de bullying relatada pela mãe, por exemplo, a criança apresentou pouca disponibilidade para abordar diretamente o assunto, sendo priorizados o fortalecimento do vínculo terapêutico e o respeito ao seu ritmo de expressão.

Os responsáveis relataram perceber mudanças positivas na comunicação e no comportamento da criança, ao mesmo tempo em que indicaram a permanência de episódios de estresse no ambiente doméstico, uso frequente de dispositivos eletrônicos e resistência diante de algumas atividades e interações.

Considerando que o acompanhamento permanece em andamento, os resultados foram analisados de forma cautelosa. Ainda assim, foi possível perceber maior disponibilidade para participar das propostas, compartilhar acontecimentos da rotina e identificar e nomear emoções. Permaneceram como demandas o manejo de frustrações, as relações interpessoais, os comportamentos apresentados no ambiente familiar e o uso frequente de telas. A experiência também mostrou a importância de compreender o paciente para além do diagnóstico, considerando suas experiências e os diferentes contextos em que está inserido, bem como os relatos dos responsáveis.

Dessa maneira, portanto, a experiência vivenciada durante o estágio possibilitou compreender, na prática, a necessidade de adaptar os princípios da TCC às características do desenvolvimento infantil. Os recursos lúdicos e a linguagem acessível facilitaram o vínculo, a participação e a expressão de experiências e emoções. O acompanhamento também permitiu perceber que a compreensão do caso é construída ao longo do processo, a partir da

escuta, da observação e das informações trazidas pela criança e por seus responsáveis. A experiência contribuiu para o desenvolvimento da prática clínica em formação e reforçou a importância de uma atuação ética, individualizada e contextualizada no atendimento psicológico infantil. A continuidade do acompanhamento permitirá aprofundar as demandas identificadas e acompanhar o desenvolvimento das habilidades trabalhadas.

REFERÊNCIAS

BECK, Judith S. Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2022.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Código de Ética Profissional do Psicólogo. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia, 2005.

FRIEDBERG, Robert D.; MCCLURE, Jessica M. A prática clínica de terapia cognitiva com crianças e adolescentes. Porto Alegre: Artmed, 2019.

E-mail: Cauaner648@gmail.com