

**ESTÁGIO SUPERVISIONADO I: TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL PARA  
COMPORTAMENTOS IMPULSIVOS NA INFÂNCIA**

NASCIMENTO, Gabriela Ataíde do; TOAZZA, Kátia.

## Resumo

Esse resumo expandido contém uma análise de um caso clínico que está em atendimento por uma estagiária da clínica-escola de psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC). O caso trata-se de uma criança de 9 anos que veio para atendimento por conta de comportamentos impulsivos e agressivos dentro do ambiente escolar, não aceita ser contrariado, além de não realizar as atividades solicitadas pela professora. Assim, a terapia cognitivo-comportamental busca desenvolver mudanças nos pensamentos, uma transformação no emocional e no repertório comportamental, de forma que tais mudanças não sejam momentâneas, mas sim duradouras, através de uma atenção a fala interna e externa e os estilos de processamento (Petersen et al, 2011). Dessa forma, pode auxiliar a criança a desenvolver estruturas cognitivas importantes e benéficas que poderão influenciar nas suas futuras experiências (Kendall; Beidas; Podell, 2006). O paciente já fazia parte do núcleo de atendimento psicológico da UNOESC, iniciou os atendimentos no final do segundo semestre de 2023, já em 2024 retornou os atendimentos com uma nova e agora atual estagiária, desse modo, o paciente relatou em sessão que o motivo pelo qual faz acompanhamento psicológico é porque se envolve em brigas facilmente, não tem controle da raiva e acaba batendo nos colegas, durante os atendimentos houve momentos de vitimização e não reconhecimento dos

comportamentos disfuncionais, mas que com o manejo cognitivo-comportamental houve uma melhora significativa e agora o paciente já reconhece seus impulsos, quais situações são gatilho, quais pensamentos antecedem, ocorrem durante e depois as situações-problema e também quais são as emoções geradas, o que muitas vezes fez com que houvesse uma mudança do repertório comportamental agressivo. Assim, foi trabalhado nas sessões o reconhecimento das emoções, os pensamentos e os comportamentos, em que foi identificada a crença central "eu sou burro", o que explica que situações escolares que podem possivelmente provar que tal crença seja verdadeira faz com que o paciente se descontrole e desconte a raiva nos colegas, ademais também explica a queixa de que ele faz as tarefas solicitadas pelas professoras, as crenças centrais são percepções pessoais ligadas profundamente na psique, que estão enraizadas e raramente são contestadas, seja em relação a si mesmo, ao mundo ou aos outros (Beck, 2007). Assim, também foi trabalhado psicoeducação, resolução de problemas, técnicas de relaxamento (mindfulness), autoinstrução, e o protocolo "coping cat", pois o paciente também apresentou questões de ansiedade. A técnica de treinamento de resolução de problemas auxilia o paciente impulsivo a reconhecer o qual é o problema, e que ao manipular variáveis, aumenta a probabilidade de encontrar uma solução. Ademais, a resolução de problemas refere-se ao processo de descobrir uma solução, definida como a resposta ou padrão de respostas que altera a situação para eliminar ou reduzir sua natureza problemática, pois habilidades comportamentais e cognitivas são mediadoras das reações emocionais (Jacob, 2004). Já o mindfulness, é uma técnica que desenvolve a capacidade de direcionar a atenção para o presente, de forma consciente, o que permite a percepção das experiências internas, e a observação dos pensamentos e sentimentos, fazendo com o indivíduo não foque em analisar os pensamentos como negativos ou positivos, apenas como pensamentos, fazendo com que haja um controle emocional, havendo assim a possibilidade de desenvolver respostas mais equilibradas e menos impulsivas (Roemer; Orsillo, 2010). A autoinstrução é outra técnica bastante utilizada no tratamento da

impulsividade, ela refere-se a técnica do indivíduo falar consigo mesmo para motivar e orientar suas ações, frequentemente visando um objetivo específico, como enfrentar sintomas de ansiedade, resolver problemas ou modificar estados de humor, dessa forma a autoinstrução serve como um impulso para a ação e fornece orientação sobre como proceder, especialmente em situações de tensão e confusão (Kristensen et al, 2007). Ademais, como o paciente também apresenta sintomas ansiosos, foi então praticado o protocolo "Coping Cat", que é um programa de intervenção que busca a mudanças emocionais através do reconhecimento das respostas que ocorrem em momentos de ansiedade e descontrole, assim também tem o objetivo de gerar mudanças cognitivas, através da identificação de pensamentos catastróficos e mudanças comportamentais (Kendall, Beidas; Podell, 2006). Durante as sessões o paciente demonstrou interesse em melhorar, foi colaborativo, relatou melhora, mas mesmo assim, ainda há relatos de descontrole emocional, então conclui-se que é de suma importância dar seguimento ao tratamento do paciente.

#### REFERÊNCIAS

- BECK, Judith S. Terapia cognitiva: teoria e prática. tradução Sandra Costa. Porto Alegre: Artmed, 2007.
- JACOB, Liliana Seger. TREINO DE RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS. In: CRISTIANO NABUCO DE ABREU; HELIO JOSÉ GUILHARDI. (Org.). Técnicas em Psicologia Comportamental Cognitiva. 1ed. São Paulo: EDITORA ROCCO, v. 1, p. 344-351, 2004.
- KENDALL, Phillip C.; BEIDAS Rinad S.; PODELL, Jeniffer L. Cognitivebehavioral therapy for anxious children: The coping cat program. Therapist, 2006.
- KRISTENSEN, Christian Haag et al. Desenvolvimento cognitivo na criança: implicações para a terapia cognitivo-comportamental. In: CAMINHA, Renato Maiato; CAMINHA, Marina Gusmão; DUTRA, Camila Arguello. A prática cognitiva na infância. São Paulo: Roca, 2007.
- PETERSEN, Circe Salcides et al. Terapias cognitivo-comportamentais para crianças e adolescentes: ciência e arte. Porto Alegre: Artmed, 2011.

ROEMER, Lizabeth; ORSILLO, Susan M. A prática da terapia cognitivo-comportamental baseada em mindfulness e aceitação. Tradução de Maria Adriana Veríssimo Veronese. Revisão técnica de Armando Ribeiro das Neves Neto. Porto Alegre: Artmed, 2010.

Palavras-chave: Impulsividade. Terapia Cognitiva-comportamental. Infância.  
E-mails - [gabrielaataidenasc@gmail.com](mailto:gabrielaataidenasc@gmail.com); [katia.toazza@unoesc.edu.br](mailto:katia.toazza@unoesc.edu.br)