



A AVALIAÇÃO INICIAL NA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE ESTÁGIO

Leticia da Silva Daguano

Acadêmica de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG)

Email: leticiadaguano@hotmail.com

Rayanne Camile da Silva Carneiro Moreira

Acadêmica de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG)

Email: rayannecmoreira@gmail.com

Rosimeire de Moraes Amorim Naves

Docente do curso de psicologia do UNIVAG Campus Várzea Grande.

Email: rosimeire.amorim@univag.edu.br

Aline Mercedes Fonseca Ramminger

Responsável técnica da clínica-escola de psicologia do UNIVAG – Campus Várzea Grande

Email: aline.ramminger@univag.edu.br

INTRODUÇÃO

O presente estudo tem como objetivo relatar a experiência de estágio supervisionado realizado no âmbito da Psicologia Clínica, com enfoque na abordagem da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), no espaço da clínica-escola do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), sob a supervisão de campo da Prof^a Aline Mercedes Fonseca Ramminger e orientação teórica da Prof^a Rosimeire de Moraes Amorim Naves. O estágio envolveu o atendimento de pacientes com diferentes demandas psicológicas, com foco específico na avaliação inicial realizada nas primeiras sessões. A avaliação inicial em TCC é uma etapa importante para o estabelecimento de uma aliança terapêutica efetiva e para a coleta de informações fundamentais que orientarão todo o tratamento subsequente. Seguindo as diretrizes descritas por Judith S. Beck no capítulo 5 de seu livro "Teoria Cognitivo-Comportamental: Teoria e Prática", a avaliação inicial tem o objetivo de compreender os problemas principais do paciente, seu estado emocional, pensamentos automáticos, crenças intermediárias e nucleares, além de suas expectativas em relação à terapia. Este trabalho visa levantar a seguinte questão: *quais os efeitos no aprendizado das alunas ao realizarem a avaliação inicial nos atendimentos clínicos durante o estágio?* **OBJETIVO:** O objetivo deste trabalho é relatar a aplicação dos princípios da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) durante o estágio supervisionado, com ênfase na estruturação da avaliação inicial. Busca-se demonstrar como as orientações teóricas da TCC, especialmente relacionadas à coleta de dados fundamentais para a compreensão dos problemas do paciente e à construção da aliança terapêutica, foram implementadas na prática clínica. O trabalho também propõe refletir sobre o impacto dessa fase inicial na estruturação do plano terapêutico e no desenvolvimento de habilidades profissionais, incluindo a escuta ativa, o uso de questionários e ferramentas de avaliação, como a verificação de humor e o levantamento de padrões cognitivos disfuncionais. Esse processo permitiu às estagiárias aprimorar suas habilidades na coleta de informações, que é crucial para o desenvolvimento de um plano de tratamento eficaz e personalizado. **ORIENTAÇÃO TEÓRICA:** A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), desenvolvida por Aaron Beck, fundamenta-se na ideia de que os pensamentos automáticos, crenças intermediárias e nucleares influenciam diretamente as emoções e comportamentos dos indivíduos. A avaliação inicial desempenha um papel estruturante dentro do modelo cognitivo, pois é nesse momento que o terapeuta coleta dados para a conceituação do caso e para a construção do plano terapêutico. Judith S. Beck destaca que a avaliação inicial tem três partes principais: a fase inicial, na qual o terapeuta cria um

ambiente de confiança e começa a coletar informações gerais sobre o paciente; a fase intermediária, em que se explora mais profundamente os problemas centrais do paciente e seus padrões de pensamento disfuncionais; e a fase final, em que o terapeuta faz um resumo das informações coletadas e define as metas terapêuticas juntamente com o paciente. A partir dessa base, o terapeuta pode começar a formular hipóteses sobre os processos cognitivos do paciente e preparar o terreno para as intervenções subsequentes. A importância de uma avaliação bem conduzida também está no fato de que ela prepara o paciente para participar ativamente do processo terapêutico, fornecendo a ele uma visão clara sobre o funcionamento da terapia e estabelecendo expectativas realistas para o tratamento. Esse processo também ajuda o terapeuta a identificar as crenças centrais que sustentam os problemas emocionais e comportamentais do paciente, criando uma estrutura sólida para o início do trabalho de reestruturação cognitiva.

PROCEDIMENTOS TÉCNICO-METODOLÓGICOS: Os atendimentos ocorreram na clínica-escola do UNIVAG, em Várzea Grande, todas as quintas-feiras no período vespertino, com sessões de 60 minutos. Ao longo do semestre de 2024.2, foram atendidos quatro pacientes, e o foco principal do estágio foi a aplicação da estrutura de avaliação inicial proposta por Judith Beck. Durante a avaliação inicial, que pode durar até quatro sessões, foram coletadas informações detalhadas sobre a vida do paciente, histórico familiar, situação emocional atual, além de identificar os pensamentos automáticos e as crenças centrais que influenciam seus comportamentos. O primeiro passo em cada sessão foi cumprimentar o paciente e estabelecer a pauta do encontro, uma estratégia que ajudou a reduzir a ansiedade e a criar um senso de estrutura. Essa prática é considerada essencial para promover a segurança do paciente e garantir que o tempo disponível fosse utilizado de forma eficiente. Em seguida, procedeu-se à verificação do humor, através de uma escala de autorrelato breve, para avaliar o estado emocional do paciente antes de iniciar a discussão mais profunda dos problemas relatados. A obtenção de uma atualização sobre eventos relevantes e a identificação dos problemas principais do paciente foram componentes centrais da avaliação. Essas informações são fundamentais para a conceituação do caso clínico e para a definição de metas terapêuticas. Durante esse processo, as estagiárias foram encorajadas a desenvolver suas habilidades de escuta ativa, coleta de informações e observação clínica, essenciais para o sucesso da fase de avaliação. Em todas as sessões de avaliação, o foco permaneceu na coleta de dados, sem a introdução de intervenções diretas. O objetivo foi garantir que todas as informações necessárias para uma conceituação detalhada do caso fossem obtidas antes de iniciar o tratamento propriamente dito.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: As práticas desenvolvidas durante o estágio supervisionado em Terapia Cognitivo-Comportamental permitiram às estagiárias consolidar seu conhecimento teórico sobre a estrutura da avaliação inicial e aplicar, na prática, os princípios fundamentais dessa abordagem. A avaliação inicial, conforme delineada por Judith Beck, revelou-se uma ferramenta valiosa para a construção da aliança terapêutica e para a coleta de informações essenciais sobre o funcionamento cognitivo e emocional dos pacientes. Essa fase inicial mostrou-se decisiva para garantir que o tratamento fosse bem direcionado, com base em uma compreensão detalhada dos padrões cognitivos e emocionais dos pacientes. O aprendizado adquirido nesse processo foi fundamental para desenvolver as habilidades técnicas e interpessoais necessárias para a condução de uma avaliação eficiente, focada na compreensão das necessidades individuais do paciente. A experiência no estágio reforçou a importância de uma abordagem estruturada e colaborativa desde o início do processo terapêutico. Ao seguir as diretrizes de Beck, as estagiárias foram capazes de coletar dados valiosos que não apenas orientaram o tratamento, mas também fortaleceram a confiança do paciente no processo terapêutico. O aprendizado gerado pela prática de avaliação inicial destacou que o sucesso da TCC está intimamente ligado à qualidade dessa fase inicial, que serve como base sólida para as intervenções futuras.

Palavras-chave: Terapia cognitivo-comportamental. Avaliação inicial. Experiência de estágio supervisionado.