



**O PROCESSO TERAPÊUTICO DE UMA MULHER MARCADA PELO LUTO E  
PELA SOBREPOSIÇÃO DE PAPÉIS FAMILIARES: RELATO DE  
EXPERIÊNCIA DE ESTÁGIO**

Juliana Santarém Ferreira de Oliveira  
Graduanda em Psicologia – UNIVAG | E-mail: julianasantarem@icloud.com.br

Prof<sup>ª</sup>. Rosimeire de Moraes Amorim Naves  
Docente Supervisora de Estágio – UNIVAG | E-mail: rosimeire.naves@univag.edu.br

O presente resumo expandido relatou a experiência de estágio clínico supervisionado realizado no Serviço Integrado de Psicologia (SIP) da UNIVAG. Acompanhou-se uma paciente do sexo feminino, 56 anos, que buscou atendimento psicológico em virtude de lutos acumulados e sofrimento emocional recorrente pela sobreposição de papéis familiares. O processo clínico revelou-se como um espaço para ressignificação de perdas, reconstrução da autoestima e reorganização da vida diante de vínculos afetivos disfuncionais e sobrecarga familiar. Pretendeu-se também desenvolver habilidades clínicas da estagiária, com ênfase em escuta empática, formulação de caso e uso de intervenções e teve como objetivo o relato da experiência de estágio no atendimento deste caso de uma paciente adulta, atendida na clínica-escola da UNIVAG, evidenciando as intervenções realizadas e os aprendizados decorrentes do processo. A condução do caso foi pautada na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), segundo a qual os pensamentos automáticos, crenças intermediárias e centrais influenciam diretamente a forma como o sujeito interpreta e reage às situações. Com base na teoria de Judith Beck (2013), buscou-se identificar esquemas desadaptativos originados em vivências precoces de sobrecarga e negligência emocional. A metáfora da árvore foi empregada como recurso simbólico para introduzir o conceito de crenças, favorecendo uma abordagem respeitosa e acessível. Além disso, para compreender a dinâmica entre autossacrifício, subjugação e resiliência subjetiva, foram fundamentais as contribuições de autores como Leahy (2006), Young (2003) e Padesky (1995). O referencial teórico sobre o processo de luto foi igualmente empregado, entendendo-o como uma resposta natural e multifacetada diante de perdas significativas, que pode desencadear sofrimento psíquico intenso e dificultar a reorganização emocional (Worden, 2013). A sobreposição de papéis familiares foi compreendida a partir da abordagem sistêmica, que evidencia como a acumulação de funções e responsabilidades pode gerar sobrecarga emocional, esgotamento psíquico e comprometimento da saúde mental (Minuchin, 1982; Boss, 2002). O estágio foi desenvolvido entre março e junho de 2025, com sessões semanais de aproximadamente 60 minutos. Desde a anamnese, investiu-se na construção de um vínculo terapêutico consistente, o que permitiu à paciente acessar



conteúdos profundos relacionados ao luto, violência conjugal, espiritualidade e insatisfação com os papéis familiares. O principal objetivo deste trabalho foi oferecer suporte terapêutico à paciente, promovendo a elaboração de seus lutos e o fortalecimento de sua autonomia, a partir da abordagem da TCC. Foram utilizadas técnicas psicoeducativas, de regulação emocional, o Registro de Pensamentos Disfuncionais (RPD), questionários de crenças, metáforas e estratégias de enfrentamento emocional. Em relação ao luto, trabalhou-se a validação da dor, a normalização das emoções associadas à perda e a reconstrução de novos significados para a ausência, utilizando-se, entre outras ferramentas, a técnica da linha do tempo, que favoreceu a elaboração das perdas e proporcionou alívio gradual do sofrimento. No que tange à sobrecarga emocional e à sobreposição de papéis familiares, realizaram-se intervenções focadas no reconhecimento e na delimitação de limites saudáveis, incentivo à autonomia dos filhos e práticas de autocuidado. A paciente foi encorajada, por exemplo, a resgatar atividades prazerosas, como a venda de crochês, transformando essa prática em fonte de renda e satisfação pessoal. O processo terapêutico evidenciou o impacto de perdas não elaboradas e da sobrecarga emocional associada a crenças rígidas internalizadas desde a infância, como a de que precisava se sacrificar pelo bem-estar dos outros. Observou-se que, à medida que a paciente compreendia os vínculos entre suas vivências passadas e seus sofrimentos atuais, ela se tornava mais capaz de nomear sentimentos, questionar padrões e propor mudanças concretas em sua vida. Ao final do semestre, constatou-se que a paciente apresentou avanços significativos na capacidade de expressar emoções, estabelecer limites e investir em si mesma. No entanto, diante da complexidade do quadro e da necessidade de continuidade no fortalecimento de sua autonomia, foi recomendado que a paciente permaneça em acompanhamento psicológico no próximo semestre. Para a estagiária, o acompanhamento clínico proporcionou um aprendizado significativo sobre a importância da escuta qualificada, da supervisão constante e do respeito ao tempo subjetivo de cada paciente. Ressalta-se a potência transformadora da clínica como espaço de legitimação da dor e reconstrução da agência subjetiva.

**Palavras-chave:** Terapia Cognitivo-Comportamental; Luto; Clínica Escola; Sobrecarga; Papéis familiares.



## REFERÊNCIAS

- BECK, Judith S. *Terapia Cognitiva: Teoria e Prática*. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.
- BOSS, Pauline. *Ambiguous Loss: Learning to Live with Unresolved Grief*. Cambridge: Harvard University Press, 2002.
- LEAHY, Robert L. *Técnicas de Terapia Cognitiva: Manual do Terapeuta*. Porto Alegre: Artmed, 2006.
- MINUCHIN, Salvador. *Famílias: Funcionamento e Tratamento*. Porto Alegre: Artmed, 1982.
- PADESKY, Christine; GREENBERGER, Dennis. *Mind Over Mood: Change How You Feel by Changing the Way You Think*. New York: Guilford Press, 1995.
- WORDEN, J. William. *Terapia do Luto: Um Guia para o Terapeuta*. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.
- YOUNG, Jeffrey E.; KLOSKO, Janet S.; WEISHAAR, Marjorie E. *Terapia do Esquema: Guia de Técnicas Cognitivas Comportamentais para a Mudança*. Porto Alegre: Artmed, 2003.