



O VÍNCULO TERAPÊUTICO NA TERAPIA COGNITIVO- COMPORTAMENTAL COM CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Débora Kamilyly Gonçalves Teixeira

Discente do Curso de Psicologia UNIVAG

E-mail: deborak.gteixeira@gmail.com

Alex Zopeletto da Silva

Psicólogo (UFMT). Pós-graduado em saúde do adulto e do idoso em nível de residência (UFMT/HUJM). Mestre em saúde coletiva (UFMT). Docente e supervisor de estágio do

curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVAG.

E-mail: alex.zopeletto@univag.edu.br

Juliana Batista Fitaroni

Docente do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG

Responsável Técnica da clínica-escola de Psicologia do UNIVAG - Campus Cuiabá

E-mail: juliana.fitaron@univag.edu.br

INTRODUÇÃO: O presente trabalho tem o objetivo de apresentar a dinâmica da relação Terapêutica na visão da Terapia Cognitiva Comportamental (TCC), que também foi vivenciado durante o período do Estágio Supervisionado Específico I: Políticas de Saúde. Nesse período foram desenvolvidas atividades práticas na Clínica-Escola do UNIVAG, Campus Cuiabá com duração de aproximadamente cinco meses. **OBJETIVO:** Este trabalho tem como objetivo evidenciar e apresentar a prática da Terapia Cognitiva Comportamental, em um dos seus pontos de destaque que, é a relação terapêutica, tendo em foco a prática com crianças e adolescentes que eventualmente ocorreram durante o período em que sucedeu o cumprimento do estágio. **ORIENTAÇÃO TEÓRICA:** Nesse contexto, a TCC, desenvolvida por Aaron Beck na década de 1960, parte da ideia de que os pensamentos, emoções e comportamentos estão interligados e que as interpretações distorcidas da realidade podem gerar algum sofrimento emocional. No entanto, para além da aplicação técnica, o que realmente sustenta a importância dessa abordagem teórica é o vínculo estabelecido entre terapeuta e paciente. A estagiária teve seu primeiro contato com seus pacientes na Clínica-Escola, onde desenvolveu atividades que estimulassem esse vínculo e proporcionassem um ambiente de acolhimento e segurança. Desse modo, no caso de crianças e adolescentes esse vínculo torna-se papel muito importante, pois é ele quem a constrói um espaço terapêutico seguro, lúdico e acolhedor que é capaz de possibilitar prática da escuta ativa e a troca entre paciente e terapeuta. Nesse sentido, o vínculo terapêutico pode ser entendido como uma espécie de conexão emocional e colaborativa entre terapeuta e paciente, sustentada pela empatia, confiança e colaboração mútua. De acordo com Friedberg *et. al.*, “a relação terapêutica é a base de toda intervenção cognitivo-comportamental, especialmente quando o paciente ainda está desenvolvendo suas habilidades de autorreflexão” (2007, p. 15). Nesse contexto, a relação terapêutica se faz de extrema importância, antes mesmo da aplicação de técnicas mais elaboradas. No caso de crianças, esse vínculo se desenvolve através do brincar e ao longo das atividades desenvolvidas e pensadas de maneira que a criança se sinta segura e acolhida. Segundo, Wright *et al.*, a Terapia Cognitiva Comportamental trata-se de “um processo colaborativo de descoberta, em que terapeuta e paciente trabalham juntos para compreender e modificar padrões de pensamento” (2019, p. 22). No caso do público infantojuvenil, essa colaboração se constrói através do lúdico, da empatia e da adaptação da linguagem. O terapeuta manter a

comunicação de e maneira clara e acessível, traduzindo conceitos complexos em experiências mais solidas, como brincadeiras, histórias ou metáforas. Com isso, o processo terapêutico se torna mais leve e fluido. O vínculo também se manifesta na maneira como o terapeuta acolhe e valida as emoções da criança. Ribeiro *et.al.*, destacam que “a qualidade da relação terapêutica na TCC infantil é determinada pela capacidade do terapeuta em equilibrar estrutura técnica e sensibilidade afetiva” (2025, p. 6). A postura empática é uma das primeiras ações a ser efetuada pois, segundo Beck, “depende da confiança mútua e do compromisso compartilhado com o processo de mudança” (2013, p. 47). Essa confiança se faz muito relevante no atendimento infantil, uma vez que a criança precisa sentir-se segura, respeitada e entendida para só então, revelar aspectos de seu mundo subjetivo. A construção do vínculo com crianças e adolescentes demanda sensibilidade e criatividade.

PROCEDIMENTOS TÉCNICO-METODOLÓGICOS: Durante o período de estágio foram utilizadas tarefas de autoconhecimento, jogos de que estimulassem essa conectividade e também pudessem trazer as expressões de sentimentos. De acordo Friedberg *et.al.*, observam que “a ludicidade é o principal meio de comunicação com a criança” (2007, p. 28), pois ela transforma a sessão em um espaço de experimentação e aprendizado emocional. Através de recursos como: jogos, desenhos e dramatizações tornam-se pontes entre o terapeuta e o paciente, permitindo que conteúdos simbólicos sejam trazidos a pauta de forma natural. Por meio dessas atividades, o terapeuta acessa pensamentos automáticos e crenças centrais que a criança ainda não consegue verbalizar seus sentimentos. Segundo Carvalho *et. al.*, “a aliança terapêutica não se limita à díade terapeuta-criança, mas envolve também a participação dos pais, que são mediadores fundamentais da generalização dos ganhos terapêuticos” (2015, p. 3). A cooperação dos pais e responsáveis é para a manutenção das mudanças cognitivas e comportamentais, uma vez que eles possam reforçar, em casa as habilidades desenvolvidas durante a terapia. Essa parceria, porém, só é possível quando o terapeuta estabelece também um vínculo de confiança com os responsáveis, explicando de forma ética e clara os objetivos e limites da terapia, pautando também questões relacionadas ao sigilo. No atendimento infantil, essa colaboração se faz através criatividade, por meio de metáforas visuais ou atividades práticas que traduzem conceitos internos que estão escondidos. De acordo com Ribeiro *et.al.*, observa-se que em uma pesquisa qualitativa com terapeutas cognitivo-comportamentais, que “a flexibilidade do terapeuta é um dos fatores que mais contribuem para a construção de vínculos significativos” (2025, p. 10). Isso inclui ajustar o ritmo da sessão, reconhecer as necessidades emocionais do paciente e permitir pausas ou momentos de brincadeiras quando necessário. O terapeuta cognitivo-comportamental deve atuar com uma postura empática, respeitosa e colaborativa demonstrando constância e ser previsível. Beck enfatiza que “a confiança é estabelecida quando o terapeuta é coerente e cumpre suas promessas, mostrando-se disponível e estável” (2013, p. 65). Esse entendimento é essencial no trabalho com crianças, pois possibilita que haja trocas significativas. Outro aspecto essencial é o manejo das rupturas na aliança terapêutica. Friedberg *et.al.*, “as resistências infantis muitas vezes expressam insegurança e não oposição” (2007, p. 90), e que o papel do terapeuta é compreender essas manifestações como oportunidades de fortalecimento do vínculo. Quando o profissional responde com empatia e acolhimento, a criança aprende que os conflitos podem ser resolvidos dentro de uma relação segura, o que contribui para o desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais. No atendimento com adolescentes, o vínculo terapêutico assume contornos diferentes, pois é necessário lidar com a busca de autonomia e identidade típica dessa fase. Segundo Amaral *et.al.*, “o adolescente precisa sentir que o terapeuta o reconhece como sujeito e não apenas como alguém em crise” (2019, p. 4). A autenticidade e o respeito à individualidade são, portanto, elementos indispensáveis para a construção da confiança. O terapeuta deve oferecer espaço para que o jovem expresse suas opiniões, dúvidas e sentimentos sem medo de julgamento. A abordagem TCC, ao valorizar a relação

colaborativa, cria condições para que o vínculo terapêutico se transforme em um agente de mudança. Wright *et al.*, apontam que “a relação terapêutica não é apenas o contexto da intervenção, mas uma intervenção em si mesma” (2019, p. 102). Isso significa que a maneira como o terapeuta se relaciona com a criança ensina, novas formas de pensar e de se comportar diante do outro. A experiência de uma relação acolhedora e respeitosa é, portanto, um aprendizado emocional que se generaliza para outras relações da vida do paciente. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** O período em que as atividades foram desenvolvidas em campo, mostrou-se muito satisfatório, uma vez que pudemos perceber na prática a importância da relação terapêutica dentro da clínica e na atuação psicológica como um todo. Dessa forma, podemos constatar que uma relação e cooperação bem estabelecida e estruturada, traz segurança ao paciente e ao próprio profissional, ou seja, quando o vínculo é sólido, observa-se maior engajamento, adesão às tarefas de casa, redução de sintomas e desenvolvimento de habilidades socioemocionais. Diante disso, podemos concluir que o vínculo terapêutico é a base da Terapia Cognitivo-Comportamental com crianças e adolescentes. Ele dá sentido às técnicas, estrutura às sessões e proporciona segurança emocional para o paciente explorar seu mundo interno. Também arrisco dizer que a mudança se faz através da relação, e união junto aos pais, a criança e o terapeuta, ou seja, cooperação mútua, pois através dessa parceria o engajamento é criança ou adolescente aumenta dando a segurança de que há um lugar seguro e acolhedor onde pode ser amparado em seus momentos de frustração e dúvidas.

Palavras-chave: Vínculo Terapêutico. Terapia Cognitivo-Comportamental. Crianças. Adolescentes. Aliança Terapêutica.

REFERÊNCIAS

AMARAL, Edina; PEREIRA, Adriana dos Reis; RIBEIRO, Ana. Terapia Cognitivo-Comportamental com Crianças. **Anais do 17º Encontro Científico Cultural Interinstitucional**, v. 17, p. 1–8, 2019.

BECK, Aaron T. **Terapia Cognitiva da Depressão**. Porto Alegre: Artmed, 2013. p. 45–78.

CARVALHO, Cibele; FIORINI, Guilherme Pacheco; RAMIRES, Vera Regina Röhnelt. Aliança terapêutica na psicoterapia de crianças: uma revisão sistemática. **Psico**, Porto Alegre, v. 46, n. 4, p. 1–12, 2015.

FRIEDBERG, Robert D.; MCCLURE, Jéssica M. **A prática clínica de terapia cognitiva com crianças e adolescentes**. Porto Alegre: Artmed, 2007. p. 15–90.

RIBEIRO, Leticia Almança; MÉA, Cristina Pilla Della; HOHENDORFF, Jean Von. Construção da relação terapêutica na abordagem cognitivo-comportamental infantil: um estudo qualitativo. **Psicologia Clínica**, Rio de Janeiro, v. 37, e007, Pp. 1–15, 2025.

WRIGHT, Jesse H.; BROWN, Gregory K.; THASE, Michael E.; BASCO, Monica R. **Aprendendo a Terapia Cognitivo-Comportamental: um guia ilustrado**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2019. Pp. 22–102.