



## RELATO DE EXPERIÊNCIA EM ATENDIMENTO NA ABORDAGEM TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL EM UMA CLÍNICA ESCOLA

**Marcela Bordini da Silva**

Acadêmico do 10º semestre do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG) Email: marcelabordini26@gmail.com.

Este trabalho resulta da experiência adquirida durante o Estágio Supervisionado em Clínica, realizado na Clínica Integrada do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG) no segundo semestre de 2025. Supervisionadas em campo e orientação teórica dos casos clínicos. Nesse sentido, pretendo relatar uma experiência de estágio na clínica pela abordagem de Terapia Cognitivo Comportamental (TCC). A realização do estágio em clínica-escola constitui um marco essencial na formação do psicólogo, pois possibilita o contato direto com a prática clínica em um ambiente supervisionado e protegido. Nesse contexto, o atendimento psicológico realizado sob a perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) apresenta-se como uma oportunidade singular de aplicar, na prática, os conceitos teóricos estudados ao longo da graduação, ao mesmo tempo em que promove o desenvolvimento de habilidades clínicas e reflexivas. O relato de experiência em TCC permite evidenciar não apenas a aplicação de técnicas e estratégias dessa abordagem, mas também o processo de construção da identidade profissional do estagiário, a partir do enfrentamento de desafios próprios do contexto clínico, como o manejo da relação terapêutica, a formulação de casos e a adaptação das intervenções às necessidades singulares de cada paciente. Além disso, a vivência proporciona um espaço de aprendizado ético e humano, no qual o aluno se depara com a responsabilidade de acolher, escutar e intervir de forma cuidadosa e comprometida. Dessa forma, o presente relato busca compartilhar a experiência vivenciada nos atendimentos em TCC realizados na clínica-escola, destacando os principais aprendizados, reflexões e contribuições que esse processo proporcionou para a formação acadêmica e para o amadurecimento profissional. O presente trabalho trata-se de relato de experiência de estágio da aluna do curso de psicologia, que pretende relatar experiências do estágio em uma clínica-escola e que pudesse mostrar como é as demandas, acolhimento e como devem ser prosseguidos os atendimentos através da abordagem Terapia Cognitivo Comportamental. A prática desenvolvida durante o estágio baseou-se na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), abordagem amplamente aplicada no trabalho com crianças, adolescentes e adultos. A TCC parte do princípio de que pensamentos, emoções e comportamentos estão ligados, e que a identificação e reestruturação de pensamentos disfuncionais podem promover melhorias significativas no bem-estar do paciente. Segundo Judith S. Beck (2013), uma das principais representantes da TCC, essa abordagem tem por características ser estruturada, contendo metas e baseada na relação de coparticipação entre profissional e paciente. Durante o estágio, essa estrutura permitiu a aplicação de intervenções, adaptadas às diferentes faixas etárias atendidas, com foco no fortalecimento de habilidades cognitivas, emocionais e comportamental. Durante o estágio na clínica em Terapia Cognitivo Comportamental, foram feitos atendimentos na parte da tarde na clínica escola do UNIVAG, onde foram feitas entrevistas iniciais para colher demandas, entender melhor sobre a vida do (a) paciente e o que ele (a) busca com o tratamento da psicoterapia, também é feita uma entrevista sobre a história do desenvolvimento da infância e adolescência, para compreender melhor como foi sua vida ao longo dos anos e ao decorrer das sessões, é utilizado o registro de pensamentos



disfuncionais (RPD) (wright, 2019), onde é uma ferramenta muito utilizada na TCC para ajudar os pacientes a identificar, monitorar e reestruturar pensamentos automáticos negativos, dentro de todos esses procedimentos feitos ao longo das sessões também é feita uma formulação e conceituação de casos, onde busca a compreensão individualizada, identificação de crenças, guia de intervenção, monitoramento de progresso e o engajamento do paciente, em Resumo a formulação e conceituação de casos é fundamental pois transforma informações soltas em uma visão integrada. Durante o semestre tiveram 3 pacientes, em atendimento semanal, sendo na terça-feira no período vespertino. Ao longo dos atendimentos, foi necessário o desligamento de um paciente, pois não houve engajamento do mesmo. Uma paciente de 52 anos em acompanhamento desde o 9º semestre mostrou bastante engajamento e mudanças através da psicoterapia, já a paciente de 38 anos que foi iniciado o atendimento neste semestre, onde a mesma busca se motivar e engajar em todos os atendimentos. Ao longo do estágio Supervisionado Específico II, Políticas de saúde, onde foi atendido crianças, adolescentes, adultos e idosos com demandas que por muitas vezes afetou de algum modo seus comportamentos, foi utilizado ao longo das sessões métodos para auxiliar nesse processo e melhorar a qualidade de vida dos pacientes. A experiência no Estágio Supervisionado Específico II, Políticas de Saúde, foi de suma importância para ampliar os conhecimentos perante a clínica e suas abordagens. Ao longo de cada sessão, os atendimentos ocorreram com ética e empatia, criando um ambiente terapêutico seguro e acolhedor, onde os pacientes se sentissem à vontade para compartilhar e explorar suas emoções. Além disso, proporciona a oportunidade de lidar com diferentes demandas e públicos, ampliando a compreensão da complexidade dos processos psíquicos e sociais, também existe a oportunidade de aplicar técnicas de psicoeducação e de pensar, junto aos pacientes, estratégias para melhorar a qualidade de vida de cada paciente. Outro aspecto importante é o aprendizado do sigilo profissional, da postura ética e da responsabilidade envolvida no atendimento. As supervisões, por sua vez, funcionam como momentos de reflexão, análise de casos e troca de experiências, ajudando o estagiário a amadurecer profissionalmente. A clínica-escola representa um ambiente de prática protegida, no qual o estagiário pode experimentar, refletir e aprender com seus erros e acertos, sempre acompanhado pelo suporte da supervisão. Esses encontros se tornam momentos valiosos de análise, troca de percepções e construção coletiva de conhecimento, permitindo que o estudante compreenda melhor tanto os casos atendidos quanto sua própria postura diante do processo clínico. A vivência da responsabilidade profissional, o cuidado com o sigilo e a consciência do impacto da intervenção psicológica no outro favorecem a construção de uma identidade profissional sólida e comprometida. Assim, a experiência na clínica-escola vai além de uma etapa obrigatória da graduação: ela se configura como um espaço de transformação, no qual o estudante aprende a integrar teoria e prática, ao mesmo tempo em que se descobre no papel de futuro psicólogo.

**Palavras-Chave:** Estágio. Clínica-escola. Terapia Cognitivo-Comportamental

### **Referências**

BECK, J. S. **Terapia Cognitivo-Comportamental: Teoria e Prática**. Artmed, 2013.  
WRIGHT, Jesse H. **Aprendendo a terapia cognitivo comportamental**. Artmed, 2019.