



**FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TERAPIAS COGNITIVAS – FBTC**  
**ANAIS DO XV CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIAS COGNITIVAS**

**Wilson Vieira Melo**  
Presidente do XV CBTC

**Marcele Regine de Carvalho**  
Coordenadora Científica do XV CBTC

**Salvador**

**2023**

# **HABILIDADES TERAPÊUTICAS EM ESTAGIÁRIOS DO SERVIÇO DE PSICOLOGIA APLICADA.**

Autores Jacqueline Sabino <sup>1,2</sup>, Jessye Cantini <sup>3,1</sup>

Instituição <sup>1</sup> UCL - Centro Universitário Celso Lisboa (Rua Vinte e Quatro de Maio, 797, Engenho Novo, Rio de Janeiro/RJ), <sup>2</sup> PUC Rio - Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (Rua Marques de São Vicente, Gávea, Rio de Janeiro/RJ), <sup>3</sup> UFRJ - Universidade Federal do Rio de Janeiro (Avenida Venceslau, 71, Botafogo/RJ)

## **Resumo**

### Introdução

Habilidades terapêuticas são importantes para a congruência do futuro psicólogo. Elas são primordiais para o estabelecimento de relacionamentos interpessoais bem-sucedidos e para a construção de uma experiência terapêutica mais fluida entre terapeuta e cliente. Foram consideradas habilidades importantes para a congruência do terapeuta a assertividade, a empatia e a regulação emocional.

### Objetivos

O objetivo foi investigar tais habilidades terapêuticas de assertividade, empatia e regulação emocional em relação a gênero, período cursado e abordagem clínica em estudantes de um Centro Universitário da Zona Norte do Rio de Janeiro

### Métodos

A amostra consiste em 73 estagiários de ambos os sexos de diversas abordagens clínicas, distribuídos da seguinte forma: Terapia Cognitivo-Comportamental(TCC; 13), Psicanálise (20), Abordagem Centrada na Pessoa(ACP; 16), Gestalt Terapia (09) e Psicoterapia Fenomenológico-Existencial (FPE; 15), dos 8º, 9º e 10º períodos referentes aos estágios supervisionados I,II e III, respectivamente. Instrumentos: (a) questionário sociodemográfico, (b) Escala de Assertividade Rathus – RAS; (c) Escala Multidimensional de Reatividade Interpessoal– EMRI, para aferir a empatia e (d) Trait Meta-MoodScale ou TMMS – 24, para medir os elementos da regulação emocional. A análise da amostra deu-se a partir de estatística descritiva para maior compreensão dos dados sócio-demográficos. Para analisar os resultados das escalas, foi realizado o teste Kolmogorov-Smirnov Z para verificar a normalidade da amostra. Posteriormente, foi feita uma comparação entre pares a partir da ANOVA.

### Resultados

Foram encontradas diferenças significativas apenas em relação à abordagem clínica. Quanto à assertividade, a equipe de terapia cognitivo-comportamental se mostrou mais desinibida, enquanto a de psicanálise foi a mais inibida. Em relação à empatia, toda a amostra apresentou médias próximas, sugerindo bom nível dessa habilidade. Destacou-se a equipe da abordagem centrada na pessoa, que ficou com médias menores nos domínios angústia pessoal e fantasia. Quanto à regulação emocional, em geral os estagiários demonstraram médias adequadas em relações às dimensões avaliadas,

exceto a equipe de psicoterapia fenomenológico existencial que apresentou atenção demasiada e que precisa ser melhorada.

## Discussão

É interessante reparar que a equipe de TCC se mostrou mais desinibida. A literatura aponta que quanto mais desinibidos os sujeitos forem, maior a probabilidade de agirem assertivamente e esse estilo de comportamento pode proporcionar um melhor direcionamento das sessões, assim como permite ao estagiário maior compreensão dos seus objetivos pessoais e profissionais, além de uma visão mais ampla sobre como atuará para o alcance das metas do cliente. Houve diferença significativa entre os níveis de assertividade na equipe de TCC e a de psicanálise. Essa desinibição da equipe de TCC pode estar atrelada à proatividade, ao alto grau de atividade do terapeuta e ao empirismo colaborativo que baseiam a abordagem. Em relação à empatia, o desenvolvimento da compreensão empática é uma manifestação de maturidade emocional e uma consolidação da identidade pessoal. Era esperado que os alunos fossem capazes de experimentar sentimentos de compaixão e preocupação em relação aos outros, e os resultados apontaram para isso. No presente estudo, pode-se observar que terapeutas inexperientes de abordagens diferentes também podem ser parecidos entre si.

**Palavras-chaves:** Assertividade, Empatia, Regulação Emocional, Habilidades Terapêuticas