

XV CONGRESSO BRASILEIRO
**DE TERAPIAS
COGNITIVAS**
SALVADOR - BA
18 a 21 de abril de 2023



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

PSICOEDUCAÇÃO DA ANSIEDADE INFANTIL: DESENVOLVENDO INSTRUMENTOS TERAPÊUTICOS

Autores Regina Ligia Wanderlei de Azevedo ¹, Gisele Soares Leal ¹, Maria Renata Florêncio de Azevedo ²

Instituição ¹ UFCG - Universidade Federal de Campina Grande (Bodocongó, Campina Grande, PB.), ² UFPB - Universidade Federal da Paraíba (Castelo Branco João Pessoa, PB)

Resumo

Introdução

A ansiedade infantil, quando não identificada e/ou tratada, pode ocasionar em várias queixas no desenvolvimento, a exemplo de transtornos psíquicos na vida adulta. Assim sendo, os transtornos ansiosos podem ter início na infância, sendo percebidos em mudanças no desenvolvimento emocional que, conseqüentemente, tem influência direta nas diversas formas de manifestação de medos e preocupações - patológicas ou não. Logo, a utilização de mecanismos lúdicos facilita o trabalho do Psicólogo no acesso a conteúdos cognitivos, emocionais e comportamentais da criança e servem como diretrizes para profissionais no manejo de técnicas das estratégias de regulação emocional, resolução de problemas e habilidades sociais.

Objetivos

Construir um instrumento lúdico e de uso psicoterapêutico no manejo da ansiedade infantil.

Métodos

Trata-se de um estudo teórico e metodológico. Inicialmente foi realizada uma pesquisa da literatura acerca de ansiedade infantil e, em seguida elaborado um instrumento com base nesta pesquisa teórica, surgindo uma roleta. A roleta tem como base a teoria cognitiva-comportamental, contendo categorias existenciais envolvidas significativamente no mundo infantil e que são consideradas fortes gatilhos de ansiedade, sendo elas: família, a escola, o lazer, os amigos, a saúde e o coringa. Além da roleta, há as cartas representativas de situações geradoras de ansiedade, a exemplo de ir para a escola, ficar longe dos pais, apresentar trabalho, comparações com os amigos, os pensamentos automáticos, sentimentos e comportamentos utilizados pela criança como formas de enfrentamento.

Resultados

A roleta está em fase de teste e já foi utilizada (estudo piloto) no consultório com crianças entre 6 e 10 anos de idade, cuja demanda terapêutica era ansiedade generalizada. As crianças acompanhadas apresentaram aderência ao instrumento, além de identificarem o mesmo como uma forma de compreender seu estado cognitivo e emocional, bem como aprender a lidar com a ansiedade e melhorar sua qualidade de vida.

Discussão

A construção da roleta aponta a possibilidade em ampliar e disseminar entre os psicólogos de base cognitivo-comportamental, mais um instrumento que venha a facilitar a construção de vínculo com o paciente, a psicoeducação, regulação emocional e, conseqüentemente, a qualidade de vida bem como a saúde mental das crianças.

Palavras-chaves: psicoeducação, ansiedade infantil, instrumentos terapêuticos