



FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TERAPIAS COGNITIVAS - FBTC

ANAIS DO XIV CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIAS COGNITIVAS

Wilson Vieira Melo

Presidente do XIV CBTC

Marcele Regine de Carvalho

Coordenadora Científica do XIV CBTC

Porto Alegre

2022

Experiência de Estágio em Terapia do Esquema Emocional para Estudantes Universitários: Prática Grupal na Modalidade On-line

Autores Jéferson Pereira Batista ¹, Anna Paola de Oliveira ¹, Lidiane Araújo dos Santos ¹, Vanda Silva de Araújo ¹, Maria José Nunes Gadelha ¹

Instituição ¹ UFRN - Universidade Federal do Rio Grande do Norte (Campus universitário; Lagoa Nova; CEP: 59078-970; Natal/RN)

Resumo

introdução

O advento da pandemia da COVID-19 impactou o formato das atividades realizadas no âmbito da prática clínica em Psicologia. Neste sentido, uma alternativa para a realização do estágio obrigatório em Psicologia foi a adaptação dos serviços por meio dos recursos tecnológicos disponíveis.

Objetivos

Objetiva-se relatar a experiência de estágio obrigatório na condução de um grupo psicoterapêutico voltado para o público universitário da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, utilizando a plataforma on-line *Google Meet*.

Métodos

O protocolo das sessões baseou-se na Terapia do Esquema Emocional (TEE), modelo teórico ancorado na Terapia Cognitivo-comportamental (TCC). O recrutamento dos participantes ocorreu por meio do preenchimento de formulário on-line da plataforma *Google Forms*. O grupo teve início com sete pessoas e finalizou com quatro. Todas as participantes eram do sexo feminino, sendo estudantes dos cursos de Psicologia, Enfermagem, Nutrição e Fisioterapia, com média de idade de 22,28 anos. Realizaram-se oito sessões, entre julho e agosto de 2021 e todos os encontros ocorreram no formato on-line síncrono, com os *links* das videoconferências gerados a partir de *e-mail* institucional. Foram garantidas todas as condições de sigilo e ambiente adequado à realização dos encontros. As temáticas envolveram: 1) Orientações gerais sobre o funcionamento do grupo; 2) Apresentação dos membros do grupo e contrato terapêutico; 3) Psicoeducação do modelo cognitivo das emoções; 4) Validação emocional; 5) Mitos emocionais; 6) Estratégias desadaptativas; 7) Estratégias adaptativas; 8) Fechamento e *feedback* grupal.

Resultados

Ao final do processo psicoterapêutico, as participantes relataram maior manejo na identificação e aceitação das próprias emoções. Além disso, foram apontadas mudanças positivas nas relações interpessoais, maior controle da ansiedade e adoção de estratégias adaptativas de regulação emocional, como técnicas de relaxamento e experienciamento das emoções no cotidiano.

Discussão

A partir dos *feedbacks* apresentados, verificou-se que os impactos positivos encontrados estão de acordo com o que é apresentado pela literatura da TCC grupal, que vem evidenciando efetividade na aplicação de diferentes protocolos no público universitário. As melhorias apresentadas podem ser atribuídas também aos fatores terapêuticos identificados no decorrer do processo grupal como a universalidade, aprendizagem interpessoal e altruísmo. Neste sentido, apesar das dificuldades encontradas, como a evasão dos membros do grupo e falhas de conexão da internet, sugere-se que a aplicação da TEE em grupo pode ser adequada para a modalidade on-line, possibilitando efeito mobilizador, auxiliando no desenvolvimento da empatia e da autovalidação e suscitando comportamentos de autocuidado.

Palavras-chaves: COVID-19, estudantes universitários, on-line, TCC