



4º Congresso de Responsabilidade Socioambiental da FSG

<http://ojs.fsg.br/index.php/rpsic/index>



PSICOTERAPIA ONLINE: REFLEXÕES SOBRE O NOVO FAZER PSICOLÓGICO

Beatriz Rossato Nunes, Nátaly Palhano, Cassia Ferrazza Alves*

***Orientador (autor correspondente):**

*Cássia Ferrazza Alves, endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366.
Caxias do Sul – RS. CEP: 95020-472.
E-mail: cassia.alves@fsg.edu.br

Palavras-chave:

Psicoterapia Online. Atendimento online.
Internet.

INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA: No Brasil, a psicoterapia pela internet é uma prática recente, porém tem ganho novos adeptos devido ao cenário de Pandemia de Coronavírus. Este tipo de serviço vem sendo regulamentado no campo da Psicologia desde meados da década de 1990 e no contexto da COVID-19 houve necessidade de novos aportes. **MATERIAL E MÉTODOS:** O objetivo desse resumo, foi realizar uma revisão bibliográfica de estudos a respeito do processo terapêutico online. Este método de estudo, segundo Rother (2007), baseia-se na análise da literatura publicada em livros e artigos de revistas. Logo, o intuito desse material foi compreender as novas perspectivas dessa modalidade, uma vez que existem limitações e potencialidades a cerca dessa prática. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Tendo em vista o atendimento online, os motivos pelos quais os clientes vão em busca deste modelo são diversificados, podendo estar relacionados com temas como orientação, conflitos pessoais e transtornos. No entanto, é possível notar a preferência dos indivíduos pelo atendimento presencial, visto que os atendimentos realizados via internet são recentes e pouco difundidos tanto entre a população em geral que fará o uso, quanto pelos próprios psicólogos (Siegmund e Lisboa, 2015). Frente ao cenário atual de pandemia do COVID-19, profissionais passaram a aconselhar o isolamento social para controle da disseminação da doença, com isso, sintomas relacionados a ansiedade e/ou depressão começaram a surgir ou se agravarem, o que tornou adotar a modalidade online de terapia, o ideal (Pieta e Gomes, 2014; Garcia e Alfano, 2020). Durante atendimentos psicoterápicos online, foi constatado que os clientes tendem a se mostrar mais confiantes e espontâneos, além de apresentarem níveis maiores de atividade durante a terapia, quando comparados a modalidade presencial. Notou-se também outros pontos favoráveis à psicoterapia online, como a possibilidade de pacientes demonstrarem maior desinibição, sensação de

liberdade e menor sensação de constrangimento ao falarem de si para o psicoterapeuta, assim como uma maior honestidade e abertura para com esse. Outrossim, alguns pacientes relataram acreditar ser mais propícia a criação do vínculo terapêutico através dos atendimentos online, do que durante a modalidade presencial (Cook e Doyle, 2002; Pieta, 2014). O artigo denominado como “*Psicoterapia online: uma revisão de literatura*” realizado em 2020, visou discorrer sobre a prática de atendimento online como uma prática possível de exercício da psicologia. Entretanto, conforme abordado no artigo, mesmo com o Conselho Federal de Psicologia auxiliando no processo de cadastro para a viabilização desse atendimento, ainda se faz necessário refletir sobre o tema para a ampliação das possibilidades de atuação dos psicólogos. Nesse sentido, as relações foram remodeladas para um contexto online, onde grande parte da vida do indivíduo se mescla com o mundo virtual, criando, assim, a necessidade do terapeuta de se adequar as mudanças da contemporaneidade. Além disso, vale ressaltar que os efeitos alcançados no atendimento online foram muito similares à modalidade presencial, visto que existe a possibilidade de ser estabelecido um contrato e estruturação de setting, com base em uma escuta ética que assegure a eficácia do processo. Com base nisso, a pesquisa ressaltou que o sucesso de um processo terapêutico não está ligado ao aparelho tecnológico que media os atendimentos, mas, sim, à habilidade do psicólogo e à implicação e motivação do paciente no seu tratamento (Magalhães, Bazoni & Pereira, 2019). Dessa forma, faz-se necessário a constante atualização das normativas que regem a profissão e que validam a utilização das tecnologias de informação e comunicação. **CONCLUSÃO:** Antes do contexto atual de uma pandemia, poucos eram os profissionais da área de psicologia que ofereciam ou tinham conhecimento da possibilidade de uma modalidade de atendimento online. Somado a isso, considerando aqueles profissionais que já tinham como prática oferecer tal atendimento, os preconceitos em torno do processo psicoterápico via internet ainda se fazem presentes por se tratar de um método recente, e mesmo com o crescente aumento de cadastros efetuados para a realização do atendimento online, muito se tem à refletir sobre o tema. No entanto, esse novo modelo tem por intuito, facilitar o atendimento e tendo em vista a nova necessidade de distanciamento físico, ele se mostra eficaz, assim como uma grande possibilidade para a escuta do sofrimento psíquico, já que passou a ser necessário que os psicólogos acompanhassem as mudanças advindas da globalização e dos novos métodos de se comunicar em meio ao processo de distanciamento social. De mesmo modo, ainda é necessário que os clientes demonstrem desejar esse serviço para que essa pressão leve os profissionais a atentarem-se a esta demanda e assim, busquem oferecer um trabalho preparado e licenciado. Ademais, vale ressaltar a relativa escassez de trabalhos

sobre a temática, sendo importante o incentivo à produção destes (Pieta, 2014; Rodrigues e Tavares, 2016; Bittencourt, et al., 2020).

REFERÊNCIAS

BITTENCOURT, H. B., RODRIGUES, C. C., SANTOS, G. L., SILVA, J. B., QUADROS, L. G., MALLMANN, L. S., BRATKOWSKI, P. S., FEDRIZZI, R. I. Psicoterapia on-line: uma revisão de literatura. **Diaphora**, v. 9, n. 1, 2020. <https://doi.org/10.29327/217869.9.2-6>.

COOK, J. E.; DOYLE, C. Working Alliance in Online Therapy as Compared to Face-to-Face Therapy: preliminary results. **Cyberpsychology & Behavior**, [s.l.], v. 5, n. 2, p. 95-105, abr. 2002. Mary Ann Liebert Inc. <http://dx.doi.org/10.1089/109493102753770480>.

GARCIA, R.; ALFANO, B. **Ansiedade e depressão duplicaram em um mês de quarentena no Brasil, sugere pesquisa**. 2020. Jornal O Globo. Disponível em: <<https://oglobo.globo.com/sociedade/coronavirus/ansiedade-depressao-duplicaram-em-um-mes-de-quarentena-no-brasil-sugere-pesquisa-24396239>>. Acesso em: 18 out. 2020.

MAGALHÃES, L. T.; BAZONI, A. C.; PEREIRA, F. N. Impressões de psicólogos clínicos acerca da orientação psicológica online. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, v. 21, n. 1, p. 53-69, 2019. doi: 10.5935/2318-0404.20190009

PIETA, M. A. M. **Psicoterapia pela internet: A relação terapêutica**. 2014. 157 f. Tese (Doutorado) - Curso de Psicologia, Departamento de Psicologia do Desenvolvimento, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2014.

PIETA, M. A. M.; GOMES, W. B. Psicoterapia pela Internet: viável ou inviável?. **Psicologia: Ciência e Profissão**, [s.l.], v. 34, n. 1, p. 18-31, mar. 2014. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1414-98932014000100003>.

RODRIGUES, C. G.; TAVARES, M. de A. PSICOTERAPIA ONLINE: demanda crescente e sugestões para regulamentação. **Psicologia em Estudo**, [s.l.], v. 21, n. 4, p. 735, 6 jan. 2017. Universidade Estadual de Maringá. <http://dx.doi.org/10.4025/psicoestud.v21i4.29658>.

ROTHER, E. T. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 20, n. 2, V – VI, 2007. doi.org/10.1590/S0103-21002007000200001

SIEGMUND, G.; LISBOA, C. Orientação Psicológica On-line: percepção dos profissionais sobre a relação com os clientes. **Psicologia: Ciência e Profissão**, [s.l.], v. 35, n. 1, p. 168-181, mar. 2015. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1982-3703001312012>.