

O USO DA BRINCADEIRA NA ABORDAGEM TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

Bruna Lima Gonçalves¹
Cíntia Mendes de Assis²

cintiamendesassis@hotmail.com

ÁREA DO CONHECIMENTO: Ciências humanas

RESUMO

O presente trabalho trata-se sobre a importância do uso da brincadeira na psicoterapia, dessa forma, o objetivo é analisar a importância da terapia infantil com o brincar levando em consideração os seus efeitos positivos. Foi utilizado como metodologia neste trabalho a pesquisa qualitativa, usando como método pesquisa exploratória, os dados foram obtidos através de pesquisas nas plataformas Scielo, Pepsic, Google Acadêmico, esse artigo faz parte do estágio específico I, do curso de Psicologia de uma instituição de ensino privada, localizada em uma cidade do interior de Minas Gerais. Na terapia de crianças é utilizado o brincar para que deste modo consiga acessar informações sobre as formas de pensar, e diante disso é importante saber que o brincar não tem somente um valor de divertimento, mas é uma forma de entender a criança e trabalhar as cognições. Conclui-se que o papel do psicólogo deve ser voltado para uma postura de estimular e apoiar as crianças a descobrirem novas habilidades e competência para seu futuro, e assim trazer benefícios para o tratamento infantil, e pode-se constatar que quando se trabalha o brincar com a criança permite ajudar na construção de um ser humano integral e com boas relações permitindo o desenvolvimento da maturidade emocional sendo capaz de expressar sentimentos através da 'brincadeira'.

PALAVRAS-CHAVE: brincar; terapia com criança; TCC

INTRODUÇÃO

As atividades lúdicas são aplicadas em áreas como a educação, saúde, e arte, e são necessárias para que o indivíduo tenha estímulo para um melhor desenvolvimento corporal e principalmente um bom equilíbrio psicológico, e assim tenha capacidade de assimilação e interação social e relações humanas, e quando se fala no lúdico, o brincar é considerável quando se trata da evolução infantil (SANTOS, PONCIANO, SAMPAIO, 2020).

E de acordo com os mesmos autores Santos, Ponciano, Sampaio (2020) "a brincadeira é uma ação natural da existência infantil, e com ela são desenvolvidos

¹ Acadêmica do curso de Psicologia do Centro Universitário Vértice – Matipó – MG

² Especialista em Terapia Cognitiva Comportamental. Professora do Curso de Psicologia do Centro Universitário Vértice - Matipó - MG.

aspectos como, físico, motor, emocional, social e cognitivo, se constituindo um importante elemento no processo de desenvolvimento, socialização e aprendizagem”.

A ludoterapia representa então a terapia do brincar criada com intuito de atender criança, especialmente quando apresentam casos de situações traumáticas que não conseguem se expressar por meio da fala, mas conseguem através do brincar e revelam sentimentos e problemas. E a criança consegue criar vínculo com seu terapeuta a partir do momento que se tem empatia em ambos lados, e pelo fato de estarem “brincando” isso aconteceu de forma natural (MEDEIROS, 2010).

Desta forma o atendimento infantil sobre a abordagem da análise do comportamento tem um intuito de uma intervenção levada a avanço de problemas específicos. A terapia infantil fundamentada no brincar tem relação com desenvolvimento do repertório básico de comportamento (GUERRELHAS, SILVARES, 2000).

O objetivo é analisar a importância da terapia infantil com o brincar levando em consideração os seus efeitos positivos, e é importante entender também que não é somente uma forma de diversão para a criança, mas com isso ela consegue desenvolver a cognição, expressar suas emoções e comportamentos, referindo-se sobre os seus problemas.

Estudos como estes são importantes, pois são de grandes benefícios para o tratamento infantil, e pode-se constatar que quando se trabalha o brincar com a criança permite ajudar na construção de um ser humano integral e com boas relações. Dessa forma a criança desenvolve maior maturidade emocional e é capaz de expressar sentimentos através da ‘brincadeira’. E além disso a brincadeira é a linguagem da criança, e quando trabalhada na terapia infantil faz com que se crie uma boa aliança terapêutica.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Em 1960, nos Estados Unidos foi desenvolvida a terapia cognitivo-comportamental (TCC) criada pelo pioneiro chamado Aaron Beck no tratamento da depressão (NUNES, 2017). Esta abordagem da psicologia apresenta características com prazo limitado, a estruturação, o foco nas soluções de problemas e na mudança

de pensamentos e comportamentos disfuncionais, ajudando o paciente a compreender seus pensamentos para evolução de novas emoções e comportamentos de forma duradora (PAULA; MOGNON, 2017).

A TCC teve grandes avanços gerando resultados positivos melhorando a qualidade de vida dos indivíduos, sendo reconhecido por especialistas, por fim, é uma abordagem com finalidade de desenvolvimentos de estratégias que alcança um grande público, como também com crianças (CAMINHA et al., 2011).

A terapia cognitivo-comportamental infantil, trabalhava com as crianças afim de ensina-las comportamentos específicos saudáveis, como aprendizagem e condicionamento operante. E que esse processo seria em conjunto com professores e pais, pois seria melhor o manejo para o desenvolvimento no comportamento da criança. (KNELL, 1995).

Desta forma, a TCC focada na criança tem papel fundamental na geração de sentimentos e comportamentos facilitando o processo, diferente dos aspectos em relação a terapia com adultos. As crianças são levadas a terapia pelos seus familiares, e muito das vezes não buscam por vontade própria, assim, chegam por algum motivo e com tratamento adequado percebem mudanças com pontos positivos no comportamento. Quando a criança apresenta sentimento de medo, ansiedade e resistência, é envolvido a brincadeira para que ela consiga se expressar e assim se tornar motivada para que não seja algo aversivo a ida no terapeuta. (FRIEDBERG & MCCLURE, 2004).

Nesse sentido, é essencial que a TCC atenda às necessidades da criança de acordo com a adaptação de técnicas. Tendo como foco a intervenção diferenciada, que leva em consideração funcionamento cognitivo infantil e, trabalhos manuais, materiais lúdicos, e entre outras maneiras que podem ser adaptadas para funcionamento de um bom tratamento na terapia infantil, (NUNES, 2017).

METODOLOGIA

Foi utilizado neste trabalho a pesquisa qualitativa, que “compreende um conjunto de diferentes técnicas interpretativas que visam a descrever e a decodificar os componentes de um sistema complexo de significados” (NEVES, 1996, p. 1).

A pesquisa exploratória tem como objetivo o conhecimento da variável de estudo na maneira com a qual se apresenta, seu significado e o contexto em que está inserido (PIOVESAN, *et al.*, 1995).

A pesquisa exploratória tem por finalidade o refinamento dos dados da pesquisa e o desenvolvimento e apuro das hipóteses, nesta nova concepção é realizada com a finalidade precípua de corrigir o viés do pesquisador e, assim, aumentar o grau de objetividade da própria pesquisa, tornando-a mais consentânea com a realidade (PIOVESAN, *et al.*, 1995, p.4).

Os dados foram obtidos através de pesquisas nas plataformas Scielo, Pepsic, Google Acadêmico. Para a seleção das fontes, foi utilizado como critério a inclusão de artigos e livros que abordassem o tema o uso da brincadeira na terapia cognitivo-comportamental. Esse artigo faz parte do estágio específico I, do curso de Psicologia de uma instituição de ensino privada, localizada em uma cidade do interior de Minas Gerais, onde foram realizadas 440 horas de supervisão, sendo ela 120 de supervisão com o professor orientador e 320 na clínica SPA (Serviço de Psicologia Aplicada), com ênfase em processo clínicos com atuação na TCC (Terapia Cognitivo-Comportamental) a prática ocorreu do mês de fevereiro ao mês de julho de 2023, sendo todas as quartas-feiras e sextas-feiras com o início às 08:00 às 17:00 horas com um intervalo de 12:00 às 13:00 horas para o almoço.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A TCC compõe-se em um sistema de psicoterapia que se baseia na teoria na qual o modo como o indivíduo estrutura as suas experiências determina o modo como ele se sente e se comporta. Segundo as teorias, os sentimentos não são determinados por situações, mas sim pela forma como as pessoas interpretam tais situações. Nesse sentido, os transtornos psicológicos decorrem de um modo distorcido ou disfuncional de perceber os acontecimentos, influenciando assim, os afetos e os comportamentos (REYES, FERMANN, 2017).

Com isso a TCC, é desenvolvida para intervir inicialmente no tratamento de transtornos adultos (BECK, 1976), mas com tempo ganhou espaço para o atendimento psicológico para crianças pelo fato de que existem muitos problemas relacionados a saúde mental de crianças em que os pais e também a escola tem

dificuldade de lidar e precisam de ajuda profissional para melhora e tratamento. (HADLER, PERGHER, 2011)

E quando se trata na terapia de crianças é utilizado o brinquedo para que deste modo consiga acessar informações sobre as formas de pensar, e diante disso é importante saber que o brinquedo não tem somente um valor de divertimento, mas é uma forma de entender a criança e trabalhar as cognições, emoções e comportamentos diante da situação em relação ao problema, e assim conseguindo se expressar (HADLER, PERGHER, 2011).

Os jogos utilizados na terapia têm função de exercitar a habilidade mental e a imaginação da criança por tanto traz concentração e entusiasmo para o momento com maior índice de aprendizagem e eficiência por estar sendo trabalhando ao mesmo tempo vários estímulos, pode acontecer a partir de um jogo pelo fato de sua carga de informação ser grande e isso faz com que a atenção e o interesse sejam redobrados (SANTOS, et al, 2016).

O terapeuta deve ter disponível vários tipos de jogos e brinquedos para que favoreça a intervenção no momento da terapia facilitando a expressão de experiência, preocupação e problemas. E deve-se utilizar as técnicas de acordo com o objetivo que pretende alcançar no tratamento. Deve-se atentar aos cuidados básicos da sala para o atendimento infantil, como a presença de um banheiro, brinquedos de diferentes tipos para expressão e identificação, além de jogos estruturados (OLIVERIA, SOARES, 2012).

É importante lembrar que para iniciar o tratamento infantil é fundamental a primeira sessão iniciar com os pais da criança para que assim os pais possam descrever o motivo de buscar o psicoterapeuta, e a partir da primeira sessão, deve-se avaliar a demanda e o diagnóstico e buscar o melhor caminho para aplicar as intervenções cognitivas e comportamentais (PUREZA, et al, 2014).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com este trabalho foi possível perceber a importância e a eficácia do uso da brincadeira no tratamento infantil na TCC, e que nesse contexto existem muitas possibilidades e estratégias para ser trabalhado na terapia infantil. A construção de um lugar onde a criança se sinta acolhida é fundamental para que se sinta à vontade

e consiga falar dos seus problemas ou até mesmo expressá-los por meio de brinquedos, com isso, são incentivadas pelo terapeuta a buscar alternativas e avaliar os resultados alcançados, possibilitando compreender seus comportamentos e sentimentos.

É importante lembrar também, para que exista uma boa eficiência no tratamento infantil, ambos devem estar conectados, ou seja, deve existir a construção da aliança terapêutica, dessa forma irá existir uma boa interação.

Constatou-se também que o papel do psicólogo deve ser voltado para uma postura de estimular e apoiar as crianças a descobrirem novas habilidades e competência para seu futuro.

REFERÊNCIAS

AULA, Cleonilda de. MONGON, Jocemara Ferreira. Aplicabilidade da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) no tratamento do Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) na infância: uma revisão integrativa. TCC e TDAH: Revisão Integrativa. **Cad. da Esc. de Saúde**, Curitiba, v.17, n.1, 2017.

Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F. & Emery, G. (1997). **Terapia cognitiva da depressão**. Porto Alegre: Artes Médicas. [[Links](#)]

CAMINHA, M.G., FONTENELLE, I. D. S. SOARES, T. O modelo cognitivo aplicado à infância. In: Range B. **Terapia Cognitivo-comportamental: um diálogo com a psiquiatria**. Porto Alegre, RS: Artmed. 2011.

DA SILVA SANTOS, Silvana Mikaela; PONCIANO, Nadila Carmo; SAMPAIO, Miliana Augusta Pereira. **A terapia do brincar: um mapeamento de literatura no estado do tocantins**. 2020.

DE FEIJOO, Ana Maria Lopez Calvo. **Aspectos teórico-práticos na Ludoterapia**. Fenômeno Psi, 1997.

DOS SANTOS, Weyffson Henrique Luso *et al.* A ideia do lúdico como opção metodológica no ensino de ciências e biologia: o que dizem os tcc dos egressos do curso de ciências biológicas licenciatura da universidade federal do rio grande do sul?. **Pesquisa em foco**, v. 21, n. 2, 2016.

GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 6ª ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GUERRELHAS, Fabiana; BUENO, Mariana; SILVARES, Edwiges Ferreira de Mattos. Grupo de ludoterapia comportamental¹ X Grupo de espera recreativo

infantil. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, v. 2, n. 2, p. 157-169, 2000.

HADLER, Alice; PERGHER, Giovanni Kuckartz. O uso da brincadeira na terapia cognitiva comportamental. In: WAINER, R. et al. **Novas Temáticas em Terapia Cognitiva**. São paulo: Sinopsys Editor e Sistemas Ltda, p. 415-428, 2011.

Knapp, P., Beck, A.T. (). Fundamentos, modelos conceituais, aplicações e pesquisa na terapia cognitiva. **Revista Brasileira de Psiquiatria**. v.30, n.2,54-64. 2008.

Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: *DSM-IV*. 4º edição. Porto Alegre, RS: Artes Médicas; 1995.

MEDEIROS, Solemar Elvira Ontória Pacheco. **Arteterapia de crianças e psicoterapia infantil (ludoterapia), semelhanças e divergências**. 2010. 42f. Monografia (Monografia para Especialização em Arteterapia) - Especialista em Arteterapia, Universidade de São Marco. São Paulo. Disponível em: http://www.alquimiyart.com.br/monografias/1/2010_sp_medeiros_solemar_elvira_ontoria_pacheco.pdf. Acesso em: 03 abr. 2023.

NEVES, J. L. Pesquisa Qualitativa – Características, usos e possibilidades. **Caderno de Pesquisas em Administração**, v.1, nº 3. São Paulo, 1996. Disponível em: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/54648986/PESQUISA_QUALITATIVA_CARACTERISTICAS_USO.pdf?1507379912=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DPESQUISA_QUALITATIVA_CARACTERISTICA_S_USO.pdf&Expires=1619191077&Signature=gu9q0EPbLBxNdLKYZtpFUG2ZbXZkvmP1c8wcrwscPfWp1nRgmGfDrg8YcZ9HvXR1mfpLBQpAuCxUV0N-NH8PQ-yypnWhOmgG2LJWSR5l3a7VMKJuN-KleDOWNXpewqarxY7M8j~DwbnZxGUUvtPK50MWcgBtHVIK40crxBpbi4wPiAn2iY93BdE5EgWi3s9EquYHroeL3JmOA3WkCfYXkW58QE4Tvzw8aOWi032jhgKdei1atglWreTUCnS7aZ8V2H68~odYtz75p5QVxyBOY2gEZk7bbQrU9M~ZcJP9v1n1NcXR8ui3xluBnMgFOWHxzOuiGf3IIQiEmngZJUW8NvQ__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA. Acesso em: 23 de abril 2021.

NUNES, Gabriela Silveira. **TCC no Tratamento da Ansiedade Generalizada e suas técnicas. Trabalho de Conclusão de Curso**. Centro de Estudos em Terapia Cognitivo-Comportamental. São Paulo, 2017. Disponível em: <<https://www.cetcc.com.br/wp-content/uploads/2017/11/2017-20-Gabriela-Nunes.pdf>> Acesso em: 22 de fev 2023.

OLIVEIRA RG, SOARES SC. Terapia cognitivo-comportamental para crianças. In: OLIVEIRA MS, ANDRETTA I. [org]. **Manual prático de terapia cognitivo-comportamental**. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2012. p. 467-80.

PIOVESAN, A.; TEMPORINI, E. R. Pesquisa exploratória: procedimento metodológico para o estudo de fatores humanos no campo da saúde pública. **Rev.**

Saúde Pública, v.29, n.4: 318-25. São Paulo, SP, 1995. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rsp/v29n4/10>. Acesso em: 23 de abril 2021.

revisão técnica: Paulo Knapp, Elisabeth Meyer. – 2. ed. – Porto Alegre: Artmed, 2014.

PUREZA, Juliana et al. Fundamentos e aplicações terapia cognitivo comportamental com crianças e adolescentes. **Revista brasileira de psicoterapia**, 2014.

Organização Mundial de Saúde. **Classificação internacional de doenças e problemas relacionados à saúde: CID 10**. 1996-1997, 3º ed. EDUSP: São Paulo.

REYES, Amanda Neumann; FERMANN, Ilana Luiz. Eficácia da terapia cognitivo-comportamental no transtorno de ansiedade generalizada. **Revista brasileira de terapias cognitivas**, v. 13, n. 1, p. 49-54, 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872017000100008. Acesso em: 22 de março 2023.

REYES, Amanda Neumann; FERMANN, Ilana Luiz. Eficácia da terapia cognitivo-comportamental no transtorno de ansiedade generalizada. **Revista brasileira de terapias cognitivas**, v. 13, n. 1, p. 49-54, 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872017000100008. Acesso em: 22 de março 2023.