

## PSICOTERAPIA BREVE: EXPERIÊNCIA EM UMA CLÍNICA-ESCOLA<sup>1</sup>

Viviane Aparecida Moreira Rocha<sup>2</sup>; Fabiana Teixeira<sup>3</sup>; Gláucia Mara de Souza Arruda Neves<sup>4</sup>; Janice Cristina Rosa Miranda<sup>5</sup>; Natália Martins Lopes<sup>6</sup>

**Resumo:** *A Psicoterapia Breve (PB) é uma modalidade psicoterapêutica que tem entre suas principais características a delimitação de um foco a ser trabalhado e a delimitação do número de atendimentos. Atualmente, essa modalidade pode ser vivenciada pelos alunos de Psicologia da Univiçosa/Esuv, em Viçosa, MG, por meio do estágio de extensão oferecido pelo Curso. Os objetivos deste trabalho foram elucidar os conceitos básicos utilizados nessa modalidade e apresentar um estudo teórico fundamentado no processo de PB, no primeiro semestre de 2013 nessa Faculdade. Para isso, inicialmente foi feito um levantamento bibliográfico e em seguida a teoria foi articulada com a prática. No primeiro semestre de 2013, foram iniciados sete atendimentos, que se encontram na seguinte situação: um concluído, três em andamento e três desistentes.*

**Palavras-chave:** *abordagens clínicas, estágio clínico, modalidades clínicas, psicoterapia de tempo limitado*

### Introdução

A Psicoterapia Breve Psicodinâmica (PB) refere-se aos atendimentos de tempo limitado embasados na Psicanálise. Tal modalidade psicoterápica segue alguns critérios, como delimitação de foco, planejamento de estratégias, disposição face a face e relação terapeuta/paciente ativos (SANTEIRO, 2008; GILLIÉRON apud KAHTUNI, 2003).

Ainda não há entre os estudiosos da área um consenso em relação a algumas características dessa abordagem no que diz respeito, por exemplo, ao número de sessões a serem estabelecidas e aos critérios para delimitação do foco a ser trabalhado.

---

<sup>1</sup>Projeto de Pesquisa e Extensão em Psicoterapia Breve

<sup>2456</sup>Graduandas do Curso de Psicologia – UNIVIÇOSA – Viçosa, MG; email: vivianerocha\_1907@yahoo.com.br

<sup>3</sup>Professora do Curso de Psicologia – UNIVIÇOSA – Viçosa, MG; email: [fabianateixeira@hotmail.com](mailto:fabianateixeira@hotmail.com)

Assim, este trabalho teve as finalidades de elucidar os conceitos básicos utilizados nessa modalidade, apresentar um estudo teórico com base na vivência do estágio extracurricular em Psicoterapia Breve e relatar a experiência dos atendimentos nessa modalidade psicoterápica, oferecidos pela clínica-escola da Univiçosa/Esuv, em Viçosa, MG, realizados no primeiro semestre de 2013.

### **Material e métodos**

Este trabalho caracterizou-se como um estudo descritivo, que visou delinear o funcionamento do estágio em Psicoterapia Breve, com base psicanalítica, oferecido como projeto de extensão do Curso de Psicologia da Univiçosa/Esuv, em Viçosa, MG.

Para alcançar os objetivos propostos, inicialmente foi feito um levantamento bibliográfico a respeito do tema, buscando melhor compreender a teoria que dá embasamento à prática.

Serão descritas, em linhas gerais, como se desenvolveram os atendimentos dentro da modalidade Psicoterapia Breve, no primeiro semestre de 2013, e, por fim, tecidas as considerações finais.

### **Resultados e discussão**

A principal característica da Psicoterapia Breve é seu binômio crise-foco. A crise é uma “ruptura temporária de um estado de equilíbrio”, que se coloca como um obstáculo à vida saudável do paciente e provoca sofrimento psíquico; e o foco implica em estabelecer um “assunto emergente e desencadeador da crise a ser trabalhado no processo psicoterápico” KAHTUNI, 2003, p. 16).

As crises, pelas quais todos estão sujeitos, podem ser de desenvolvimento ou circunstanciais. As primeiras são relacionadas às etapas previstas de desenvolvimento da personalidade, como: adolescência, gravidez, casamento, nascimento de filhos, entre outros (ERICKSON, 1965 apud KAHTUNI, 2003). Já as circunstanciais emergem em razão de situações inesperadas e imprevisíveis: a morte de alguém próximo, doenças ou situações de mudança repentina (CAPLAN, 1980 apud KAHTUNI, 2003).

Sabe-se que uma crise emocional bem solucionada contribui para o crescimento e maturidade pessoal; entretanto, quando não, colabora para o

surgimento de distúrbios adaptativos crescentes (SIMON & YAMAMOTO, 2008). Assim, partindo-se do pressuposto que a pessoa está passando por uma situação de crise, e não encontra recursos psíquicos para amenizá-la, ocorre um desequilíbrio.

O propósito da PB é compreender, a partir do discurso do sujeito, qual seria o foco, ou seja, a questão central, para ajudá-lo a retomar seu equilíbrio psíquico. Segundo Kahtuni (2003) e Gilliéron (2004), o foco é estabelecido por meio de um recorte no conteúdo trazido pelo paciente, percebido logo nas primeiras entrevistas, estabelecendo preferencialmente um assunto. A fim de eliminar sintomas, Kahtuni (2003) estabeleceu três etapas para delimitar o foco na PB, que são: entender psicodinamicamente a situação atual do paciente; atender o ponto de emergência, quer seja a queixa manifesta ou a latente; e delimitar a área de conflito a ser trabalhada.

Em relação à temporalidade, Chilelli e Enéas (2000) apontaram que a PB consiste em um processo que tem começo, meio e fim. Dessa forma, tal técnica permite o tratamento de ordem emocional de forma mais rápida, isto é, com tempo definido. Para que isso ocorra, é necessário que o terapeuta e o paciente sejam ativos, uma vez que, ao primeiro, cabe demarcar o material consciente e inconsciente a ser trabalhado; e, ao segundo, se engajar em seu tratamento.

Em razão dessas características próprias, segundo Hegenberg (2010), a indicação da PB deve ser realizada de forma cautelosa, uma vez que, nesse caso, deve se focalizar em torno de uma problemática central e reconhecer os limites do tempo de acordo com os objetivos propostos. Ressalta-se que ao terapeuta cabe acreditar na capacidade de elaboração do paciente, mesmo após o término da terapia. Chilelli e Enéas (2000) defenderam que deve ser realizada uma avaliação do tipo de personalidade e condições egoicas do indivíduo antes da indicação para tal modalidade psicoterápica.

Apesar das divergências em relação à técnica utilizada para delimitação do foco, a perspectiva focal com objetivos delimitados é uma das características da PB. O número de sessões necessárias para atender aos objetivos propostos é outro ponto de diferentes opiniões, e a literatura não apresenta consenso quanto à duração mais adequada para a PB.

Santeiro (2008) defendeu que a duração da PB em clínicas-escola deve se situar entre nove e 10 sessões, obedecendo ao calendário letivo da universidade. Já para Simon e Yamamoto (2008), essa pode ser feita em duas

etapas. A primeira consiste na fase diagnóstica, em que por meio de entrevistas objetivam-se obter dados desde a infância do paciente, além de realizar o planejamento e determinar o número de sessões necessárias de acordo com o caso. Posteriormente, efetuam-se até 12 sessões semanais, sendo caracterizadas pela fase terapêutica.

De acordo com Franchetti (2007), o processo da PB tem duração de três meses a um ano, sendo uma sessão por semana, intervalo necessário para que o paciente possa elaborar melhor o que foi trabalhado.

Apesar das divergências entre os autores, em relação à duração do processo, Hegenberg (2010) defendeu que o número de sessões não define a PB, mas ressaltou que o fator tempo limitado interfere na relação terapeuta-paciente, quando comparado com a terapia em longo prazo. Assim, ambos precisam se comprometer com a delimitação do tempo.

Segundo Franchetti (2007), o fato de a PB ter um tempo delimitado, imagina-se que o período proposto não seja suficiente para atingir as condições satisfatórias para um bom atendimento. Entretanto, as terapias de longa duração não são garantias de progresso ou profundidade no tratamento. A diferença está então em oferecer qualidade no tratamento, independentemente do número de sessões.

O estágio em PB é oferecido como um projeto de extensão e visa proporcionar aos alunos a vivência de outra modalidade psicoterápica. Entre os objetivos propostos, destacam-se os atendimentos clínicos conforme essa orientação; a supervisão dos atendimentos; o aprofundamento do conhecimento teórico sobre o tema; e a elaboração de um artigo concernente às práticas do estágio. Os atendimentos realizados em PB na clínica-escola seguem o modelo psicanalítico; são feitas 12 sessões com cada paciente, sendo o foco estabelecido na quarta sessão.

No primeiro semestre de 2013, foram iniciados sete atendimentos, que se encontram na seguinte situação: um concluído, três em andamento e três desistentes.

Embora a maior parte dos atendimentos ainda esteja em curso, percebeu-se que mudanças significativas podem ocorrer em um período de tempo delimitado. Além disso, o número de desistências é baixo, se comparado proporcionalmente a outras modalidades oferecidas pela clínica-escola.

### Considerações finais

Apesar das discordâncias entre os estudiosos quanto ao emprego das técnicas típicas da PB, percebeu-se grande número de teóricos que validam o uso dessa modalidade psicoterápica, reconhecendo a eficácia terapêutica dessa.

As técnicas usadas em PB aumentaram a acessibilidade de muitas pessoas em sofrimento psicológico. No entanto, esse não é o seu objetivo principal. O intuito dessa modalidade psicoterápica é ampliar as potencialidades egoicas do indivíduo, a fim de capacitá-lo a conscientizar-se de seus conteúdos reprimidos e, conseqüentemente, restabelecer o equilíbrio, estabelecendo atitudes mais produtivas perante a vida.

### Referências bibliográficas

CHILELLI, K. B.; ENÉAS, M. L. E. **Desistência em psicoterapia breve: pesquisa documental e da opinião do paciente.** Boletim de Iniciação Científica em Psicologia, São Paulo, v. 1, n. 1, 2000. Disponível em: <<http://www.mackenzie.com.br/fileadmin/Graduacao/CCBS/Cursos/Psicologia/boletins/1/artigo5.pdf>>. Acesso em: 25/04/2013.

FRANCHETTI, S. H. A. **Psicoterapia breve: uma possibilidade de trabalho psicanalítico na instituição.** Anais da II Jornada de Psicanálise da Criança e do Adolescente do Núcleo de Psicanálise de Campinas e Região, 2007.

GILLIÉRON, E. **Introdução às psicoterapias breves.** 3.ed. São Paulo: Martins Fontes, 2004.

HEGENBERG, M. **Psicoterapia Breve - clínica psicanalítica.** 3ª ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010 .

KAHTUNI, H. C. **Psicoterapia Breve Psicanalítica: compreensão e cuidados da alma.** 3ª ed. São Paulo: Escuta, 2003

SANTEIRO, T. V. **Psicoterapia breve psicodinâmica preventiva: pesquisa exploratória de resultados e acompanhamento.** *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 13, n. 4, p. 761-770, 2008.

SIMON, R.; YAMAMOTO, K. **Psicoterapia Breve Operacionalizada em situação de crise adaptativa.** *Mudanças – Psicologia da Saúde*, v. 16, n. 2, p.144-151, 2008.