

PSICOLOGIA NA ERA DIGITAL: IMPLEMENTAÇÃO DA PSICOTERAPIA ONLINE NA ATUALIDADE

Data de aceite: 01/12/2023

Roniele Oliveira Pacífico

Acadêmica de psicologia da Christus
Faculdade do Piauí-CHRISFAPI

Susana Mayra Barroso Silva

Acadêmica de psicologia da Christus
Faculdade do Piauí-CHRISFAPI

Ana Juliêta Oliveira Sousa

Acadêmica de psicologia da Christus
Faculdade do Piauí-CHRISFAPI

Maria Laura Araújo Ferreira

Acadêmica de psicologia da Christus
Faculdade do Piauí-CHRISFAPI

Maria Cludiane Lima de Sousa;

Acadêmica de psicologia da Christus
Faculdade do Piauí-CHRISFAPI

Ágatha Aila Amábili de Meneses Gomes

Professora do curso de psicologia da
Christus Faculdade do Piauí-CHRISFAPI

Guilherme Antônio Lopes de Oliveira;

Professor do curso de psicologia da
Christus Faculdade do Piauí-CHRISFAPI

Maria dos Remédios Magalhães Santos.

Professora do curso de psicologia da
Christus Faculdade do Piauí-CHRISFAPI

RESUMO: Muito se tem falado em atendimento psicoterápico à distância por meio de plataformas digitais tecnológicas com vista a atender as demandas aumentadas de problemas em saúde mental veiculados notadamente pela situação em que o mundo se encontrou durante o pico da pandemia do vírus Sars cov 19. Sendo a prática da psicoterapia *online* no Brasil recente, regulamentada somente no ano de 2018, pela Resolução N°11/2018, seguida da nova portaria, a N° 4, do ano de 2020. Objetivando o conhecimento desta modalidade terapêutica, bem como, o aprofundamento na temática no decorrer do estudo, abordou-se três categorias que irão identificar os desafios na psicoterapia *online* na atualidade, descrever os benefícios desta modalidade terapêutica nos dias atuais e relacionar a construção do vínculo profissional entre psicólogo e cliente. Este estudo resultou-se de uma revisão literária em prol da construção de um entendimento da terapêutica *online* na psicoterapia, em que foram utilizadas as bases de dados da BVS, Scielo, *Google* acadêmico e Pepsic para a construção da presente pesquisa. Percebeu-se durante o estudo uma uniformidade entre os autores na literatura quanto aos desafios e benefícios

na modalidade *online*, evidenciando-se que dependendo da construção do vínculo que o profissional desenvolva com seu cliente, os benefícios a esta prática são acrescidos com o tempo, sendo esta forma de terapia contribuinte à população nos dias atuais.

PALAVRAS-CHAVE: Psicoterapia; Psicologia; Distanciamento Físico; Serviços Online e Tecnologia.

1 | INTRODUÇÃO

Considerando-se no âmbito particular dos dias contemporâneos, a modalidade padrão de psicoterapia é exclusivamente presencial, passando esta nos dias atuais por adaptação de técnicas e saberes para condições menos rígidas de tratamento, surgindo assim a modalidade *online* de psicoterapia vindo ao encontro das necessidades cruciais do meio social que esta cada vez mais tecnológico. (VIDAL; CARDOSO, 2020).

Sendo a prática da psicoterapia *online* no Brasil recente, estando em campo deste 2000, mas somente para auxílio em pesquisas, ocorrendo novas resoluções durante este período até os dias atuais. Somente em 2018 que o CFP (Conselho Federal de Psicologia) regulamentou a psicoterapia em sua modalidade *online* como uma prática permitida aos profissionais da psicologia registrados no conselho e cadastrados na plataforma e-Psi, ficando conhecida como a Resolução N°11/2018. (BEKES; DROORN, 2020).

Para o Conselho Federal de Psicologia (2020), a implementação de uma nova portaria, a N° 4/2020, passou a permitir a prestação dos serviços de modo à distância devido ao isolamento pela pandemia da covid-19. Ofertada de diferentes maneira a seu cliente, como *chats*, vídeos conferencias, chamadas de voz, podendo ser de forma individual ou grupal.

O trabalho objetiva o conhecimento desta modalidade terapêutica da psicoterapia online, bem como, o aprofundamento no decorrer do estudo da temática para identificar os desafios na psicoterapia *online* na atualidade, descrever os benefícios desta modalidade terapêutica nos dias atuais e relacionar a construção do vínculo profissional psicólogo e cliente.

2 | METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica, ao qual foi realizado através das bases de dados, *Google Acadêmico*, *scielo*, *BVS* e *pepsic*, entre os meses de Agosto à outubro, do ano de 2022, tomando como base os seguintes descritores: psicoterapia, psicologia, distanciamento físico, serviços online e tecnologia.

A escolha para seleção das publicações foi estabelecida com embasamento nos critérios de inclusão previamente adotados pelo desenvolvimento do estudo, os quais seguiram alguns parâmetros, tais como: textos que abordaram a temática com as características proposta pela pesquisa, textos escritos em língua portuguesa e estrangeira,

artigos apresentados na íntegra, e com período de publicação a partir do ano de 2017 e trabalho que estivessem completos. Quanto aos critérios de exclusão, foram eliminados todos os parâmetros contrapostos aos citados acima como critérios de inclusão para a pesquisa.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

Condensando os aspectos estabelecidos na metodologia, observou-se nas bases de dados da BVS e Scielo, ao serem associados os descritores psicoterapia AND, Psicologia AND, distanciamento físico AND, serviços online AND, tecnologia, um total de 43 artigos inclusos, já nas plataformas *Google* acadêmico e Pepsic, foram totalizados 10.900 artigos com a contemplação de todos os descritores mencionados no estudo.

Do total foram 18 artigos selecionados para a construção da referida pesquisa, dos quais foram utilizados 14 que constituem a amostra deste trabalho. Excluídos 04, sendo, 02 estudos por não se enquadrarem na proposta da data desta pesquisa, 01 por não evidenciar as características inclusivas necessárias e 01 por apresentar apenas o resumo. Para a contemplação dos objetivos propostos nesta pesquisa foram estabelecidas três categorias bem definidas.

3.1 Desafios da Psicoterapia Online na Atualidade

Para Ulkovski (2017), existem algumas condições para que a psicoterapia *online* seja realizada de forma adequada. Uma delas seria a de que o paciente e terapeuta estejam familiarizados com a ferramenta a ser utilizada, sob a pena de que o atendimento se torne um processo viável em seu propósito, tornando-se um desafio, pois nos dias atuais ainda existem muitas pessoas que não dominam o uso das ferramentas tecnológicas.

A entrevista ou o atendimento *online* propriamente dito, segundo Silva, Costa e Barbosa (2022), podem levar mais tempo que o atendimento presencial, pois depende tanto do conhecimento das pessoas com as redes, como do bom funcionamento da conexão da internet.

Por sua vez, é evidente, no modelo *online*, as dificuldades em rastrear pistas não verbais, a entonação da voz, perceber os silêncios, as pausas, além de dificuldades estruturais. (VIDAL; CASTRO, 2020).

A segurança de dados também é citada como uma preocupação e uma desvantagem no uso dessa modalidade, como por exemplo, vazar informações pessoais via digital, e também a questão ética da privacidade e do anonimato, o paciente pode sentir-se desconfortável com outras pessoas, familiares que possam ouvir questões confidenciais, por exemplo. (SILVA; MORI, 2022).

3.2 Fatores que Contribuem para a Psicoterapia Online nos Dias Atuais

A terapia online facilita uma interação, de forma que mesmo distantes somos possibilitados a este recurso. Assim como pessoas sem meios de locomoção ou pessoas impossibilitadas de atendimento presencial, este atendimento se torna mais facilitado via *online*. (MUNHOZ; ALVES; COSTA, 2019).

Ao estar face a face com alguém, permite-se avaliar esta pessoa como um todo, porém a modalidade online para muitos pacientes se torna mais aconchegante, e estes se sentem mais à vontade para relatar tais fatos. (SILVA; COSTA; BARBOSA, 2022).

Outro benefício citado por Magalhães, Bazone e Pereira (2019), é a flexibilidade de horários. Com a correria dos dias atuais, muitas pessoas deixam de se cuidar por não terem tempo, e com isso a terapia *online* veio para somar na praticidade ao cuidado.

Torres (2020) resalta que, o baixo custo, e o aumento das opções profissionais com a modalidade *online* se tornou um ponto positivo, pois não é preciso gastar com deslocamento e certos profissionais trabalham com tabelas de preços mais baixa para a modalidade online, e por meio deste modelo, pode-se escolher um profissional de qualquer lugar do mundo.

Com a ampliação da terapia de forma online, aumentou as oportunidades de emprego, fazendo com que a área da psicologia expandir-se. (CRUZ; LABIAK, 2021).

3.3 Aspectos Descritivos entre Vínculo Profissional e Cliente na Psicoterapia Online

Segundo o Conselho Federal de Psicologia (2018), o processo psicoterápico é a relação terapêutica onde deve existir confiança, segurança, cumplicidade e sobretudo respeito amparado na ética, entre profissional e cliente.

Dessa forma, para que uma relação terapêutica seja satisfatória, o profissional deve aceitar as individualidades de cada paciente. Ressaltando-se a importância de tais atendimentos seguirem à risca o código de ética, e que sejam realizados com os cuidados possíveis de ambientação e qualidade técnica dos instrumentos utilizados. (FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ, 2020).

A forma de atendimento *online*, possibilita o acolhimento e a compressão, mas envolve, também, quebra de paradigmas com grandes aprendizados, reformulações de crenças e posturas, isso por que além da escuta ativa, faz-se necessária atenção especial à comunicação não verbal. Porém, mostra-se possível, mesmo diante dos desafios do modelo *online* a construção do vínculo entre terapeuta e cliente. (OLIARI, 2020).

4 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo tratou-se, essencialmente, de estabelecer a relação entre os desafios,

benefícios e vínculo profissional na Psicoterapia *Online*. Diante disso, observou-se que o aumento da prática da Psicoterapia *Online* se deu durante a pandemia da COVID-19, e também pelo aumento da tecnologia. No Brasil, a psicoterapia *online* é algo recente e só em 2018 o CFP (Conselho Federal de Psicologia) regulamentou essa prática.

Os desafios da psicoterapia *online* são observáveis, como os problemas de conexão, a falta de privacidade, etc. Porém, em contrapartida, os fatores contribuintes dessa modalidade facilitam com que o cliente possa ter acesso ao atendimento, mesmo distante, além de ser uma forma mais confortável para alguns pacientes. Concluiu-se que a confiança, segurança, cumplicidade e respeito, são os pilares para o aumento do vínculo profissional e cliente. Portanto, espera-se que a presente pesquisa desperte a atenção dos estudiosos da área, e que contribua para futuros trabalhos.

REFERÊNCIAS

BÉKÉS, V; DOORN, K. Atitudes dos psicoterapeutas em relação à terapia online durante a pandemia de COVID-19. **Journal of Psychotherapy Integration**, 30 (2), 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/int0000214>

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução CFP n 4/2020**. Dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do COVID-19. 2020. Disponível em: in.gov.br/en/web/dou/-/resolucao-n-4-de-26-de-marco-de-2020-250189333

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução N° 011**. Regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meios de tecnologias da informação e da comunicação e revoga a Resolução CFP N.º 11/2012. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. 2018 Disponível em: <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2018/05/RESOLUÇÃO-Nº--11-DE-11-DE-MAIO-DE-2018>.

CRUZ, R, M; LABIAK, F, P. Implicações éticas na psicoterapia on-line em tempos de Covid-19. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 13, n. 3, p. 203-216, 2021. APA Disponível em :<https://www.redalyc.org/journal/6098/609869746016/609869746016.pdf>

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. **Saúde mental e Atenção Psicossocial na Pan-demia COVID-19: Recomendações aos psicólogos para o atendimento online**. Rio de Janeiro: Fiocruz/CEPEDES. 2020.

MAGALHÃES, L. T., BAZONI, A. C; PEREIRA, F. N. Impressões de psicólogos clínicos acerca da orientação psicológica online. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, 21(1), 53-69. 2019. Disponível em : https://rbp.celg.org.br/detalhe_artigo.asp?id=296

MUNHOZ, J. L; ALVES, A. D; COSTA, A. C. "Atendimento Psicológico Online: Um Novo Conceito em Psicoterapia." **Anais da Jornada Científica dos Campos Gerais** 17 (2019). Disponível em: <https://iessa.edu.br/revista/index.php/jornada/article/download/1444/444>.

OLIARI, A. L. T. (2020). **Aconselhamento: Construindo relacionamentos significativos** (2a ed.). Curitiba, PR: Eden.

SILVA, J, F, M; COSTA, R C; BARBOSA, J, F, d, A. Psicologia na era digital: **desafios e estratégias de comunicação em atendimentos psicoterápicos online**. 2022. Disponível em: <http://tcc.fps.edu.br:80/jspui/handle/fpsrepo/1303>

SILVA, D; MORI, V. Os Processos Subjetivos de um Psicoterapeuta na Psicoterapia Online: Desafios e Possibilidades. **Investigação Qualitativa em Saúde: Avanços e Desafios**. Vol. 13. ISSN:2184-7770. 2022 Disponível em <<https://publi.ludomedia.org/index.php/ntqr/article/view/683/733>> Acesso em 06-10-2022.

TORRES, G,T,P. **os elementos e possibilidades de atendimento psicoterapêutico on-line**. 2020. Disponível em <https://sis.unileao.edu.br/uploads/3/PSICOLOGIA/P1303.pdf>

ULKOVSKI, P. E. Atendimento Psicológico Online: perspectivas e desafios atuais da Psicoterapia. **Revista de Iniciação Científica da Universidade Vale do Rio Verde**, Três Corações, v. 7, n. 1, 2017, p. 59-68. Disponível em <<http://periodicos.unincor.br/index.php/iniciacaocientifica/article/view/4029>> Acesso em 06-10-2022.

VIDAL, G. P; CASTRO, A. O Psicodrama clínico on-line: uma conexão possível. **Revista Brasileira de Psicodrama**, 28(1), 54-64. 2020. Disponível em: <https://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/408>

VIDAL, G. P., CARDOSO, A. S. Dramatização on-line: Psicoterapia da relação e psicodrama interno no psicodrama contemporâneo. **Revista Brasileira de Psicodrama**, 28(2), 131-141. 2020. Disponível em : http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-53932020000200004