

Baralho de Histórias



Instrumento para
conceitualização e intervenção
cognitiva

Miriam Rodrigues
Carmem Beatriz Neufeld

**SINOPSY**
editora

COMPOSIÇÃO DO BARALHO

Aspectos positivos – 1 carta

Emoções – 1 carta

Locais – 24 cartas

Mágicas – 4 cartas

Objetos – 22 cartas

Pensamentos – 1 carta

Personagens – 32 cartas

Problemas – 1 carta

Soluções/habilidades – 8 cartas

Tríade cognitiva – 4 cartas

Vida – 1 carta

Baralho de Histórias

Instrumento para conceitualização e intervenção cognitiva

Miriam Rodrigues
Carmem Beatriz Neufeld



2016

© Sinopsys Editora e Sistemas Ltda., 2016
*Baralho de histórias: instrumento para
conceitualização e intervenção cognitiva*
Miriam Rodrigues e Carmem Beatriz Neufeld

Capa/Ilustrações: *Mauro César Freitas*

Supervisão editorial: *Mônica Ballejo Canto*

Editoração: *Formato Artes Gráficas*

C183b Rodrigues, Miriam
Baralho de histórias: instrumento para conceitualização
e intervenção cognitiva / Miriam Rodrigues e Carmem
Beatriz Neufeld. – Novo Hamburgo : Sinopsys, 2016.
44p.

ISBN 978-85-64468-94-8

1. Psicologia. I. Neufeld, Carmem Beatriz. II. Título.

CDU 159.922

Catálogo na publicação: Mônica Ballejo Canto – CRB 10/1023

Todos direitos reservados à
Sinopsys Editora
Fone: (51) 3066-3690
E-mail: atendimento@sinopsyseditora.com.br
Site: www.sinopsyseditora.com.br

Autoras

Miriam Rodrigues. Especialista em Psicologia Clínica. Pós-graduada em Medicina Comportamental pela UNIFESP. Professora do curso Aprendizagem Emocional do Instituto Sedes Sapientiae. Autora do Programa Psicoeducacional Educação Emocional Positiva. Psicoterapeuta de Crianças, Adolescentes e Adultos com 15 anos de experiência. Autora de livros de psicologia positiva e educação emocional. miriam@miriamrodrigues.psc.br

Carmem Beatriz Neufeld. Pós-Doutora em Psicologia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro. Doutora e Mestre em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Professora e Orientadora do Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Departamento de Psicologia da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. Coordenadora do Laboratório de Pesquisa e Intervenção Cognitivo-Comportamental (LaPICC-USP). Vice-Presidente da Associação Latino-Americana de Psicoterapias Cognitivas (gestão 2015-2018). Bolsista produtividade do CNPq. Terapeuta Cognitiva Certificada pela Federação Brasileira de Terapias Cognitivas com mais de 15 anos de experiência clínica. cbneufeld@usp.br

A todos nossos pacientes que nos presenteiam todos os dias com suas histórias e nos mostram o valor da brincadeira no processo psicoterapêutico.

Agradecimentos

A materialização desse instrumento preenche nossos corações de muita alegria e contentamento. É uma alegria que nasce da certeza que não fazemos nada sozinhos, precisamos um do outro para ser quem somos.

Agradecemos o apoio e o incentivo da equipe Sinopsys, Ricardo Gusmão, Mônica Ballejo Canto e Mauro César Freitas, que acredita em nossas ideias e propicia que as mesmas se tornem reais.

Muito obrigada Irismar Reis de Oliveira, Renato Caminha e Marina Gusmão Caminha por terem nos presenteado com suas palavras e apoios.

À estimada psicóloga Daniela Didio pelo apoio nesse projeto

E por fim, nossos maridos, pela cumplicidade e apoio incondicional, fazendo com que nossa jornada seja uma belíssima história.

Sumário

Prefácio	8
<i>Irismar Reis de Oliveira</i>	
Apresentação	10
<i>Renato M. Caminha e Marina G. Caminha</i>	
Introdução	12
Composição do baralho	15
Parte 1 – Do jogo	
Modo conceitualização colaborativa	26
Parte 2 – Do jogo	
Modo intervenção	30
Utilização integrada com outros recursos	31
Protocolo de registro	33
Referências	35
Exemplos de casos utilizando o <i>Baralho de histórias</i>	36

Prefácio

É com prazer que prefacio o *Baralho de histórias*, o mais recente livro de Miriam Rodrigues e Carmem Beatriz Neufeld, ambas reconhecidas terapeutas de infância e adolescência no Brasil. Após terem trazido a público os indispensáveis *Coleção Habilidades para a Vida* e *Baralho das Forças Pessoais*, ambos publicados pela Sinopsys, elas juntam forças para complementá-los, brindando-nos com este *Baralho*.

Este livro distingue-se de outras obras semelhantes pela ludicidade na construção da conceituação cognitiva, enriquecendo a colaboração no processo terapêutico com a criança ou adolescente. Trata-se de material que pode ser usado a partir dos 5 anos e não tem limite superior. Além de sua flexibilidade na integração com outros instrumentos já existentes, é apresentado em dois modos: conceituação cognitiva e intervenção. No modo conceituação cognitiva, pode ser integrado aos *Baralho das Emoções*, *Baralho dos Pensamentos* e *Baralho dos Problemas*, complementando-os. No modo intervenção, integra-se com os *Baralho das Forças Pessoais*: a *psicologia positiva aplicada às crianças* e a coleção *Habilidades para a Vida*, tornando-os mais ricos. Com isto, o *Baralho de histórias* facilita para o paciente a compreensão de seu próprio funcionamento.

Miriam Rodrigues conta com mais de 10 anos de experiência como terapeuta infantil, tendo mostrado suas habilidades criativas produzindo materiais adaptados a esta faixa etária. Tais habilidades a levam a ser chamada para dar palestras sobre esses temas em todo o Brasil, e começa a apresentar seus instrumentos internacionalmente.

A professora Carmem Beatriz Neufeld dispensa apresentações, tendo sido eleita presidente da Federação Brasileira de Terapias Cognitivas por dois mandatos sucessivos, onde deixou sua marca permanente. Além de ser professora da Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, fundou e chefiou o conhecido Laboratório de Pesquisa e Intervenção Cognitivo-comportamental (LaPICC), produtivo em pesquisas em terapia cognitivo-comportamental e importante fonte de produção de conhecimentos nesta área, particularmente no que diz respeito à infância e à adolescência.

Assim, a união dessas duas forças acabou por produzir o *Baralho de histórias*, que ora prefacio e que, não tenho dúvidas, se configura em importante acréscimo à literatura cognitivo-comportamental de infância e adolescência.

Irismar Reis de Oliveira

Professor Titular de Psiquiatria da Universidade Federal da Bahia.

Membro fundador da Academy of Cognitive Therapy.

Criador da Terapia Cognitiva Processual.

Apresentação

Apresentar o trabalho destas duas colegas, Miriam Rodrigues e Carmem Beatriz Neufeld, para nós é uma grande honra. Pela segunda vez somos brindados com este convite. Em outra oportunidade apresentamos os trabalhos de Miriam e Carmem individualmente, agora as duas uniram seus talentos em mais uma grande ferramenta para trabalharmos com crianças.

Antes de abordarmos este maravilhoso instrumento criado por elas, cremos ser importante falarmos um pouco de nosso cenário atual.

Nos últimos cinco anos, a produção científica relacionada a artigos, livros e instrumentos abordando a terapia cognitiva com crianças é, sem exageros, incrível. Desafiamos o leitor a checar esta informação. Temos tido a oportunidade de conhecer terapeutas infantis do mundo todo e conhecer razoavelmente acerca de seus trabalhos, de suas temáticas e de seus instrumentos de acesso às crianças em situações clínicas e preventivas. Seria demasiado pretensioso, verificando as evidências literárias e a diversidade de criativos instrumentos que desenvolvemos no Brasil, dizer que estamos com uma prática clínica de ponta em nosso país? Desafiamos novamente o leitor a checar esta informação. Até onde nossas pesquisas alcançaram, fomos o primeiro país do mundo a ter um congresso específico na área de infância e adolescência, o CONCRIAD, do qual Miriam e Carmem são sempre presenças brilhantadas.

Esse promissor cenário que acabamos de descrever, assim se encontra pela participação efetiva de pessoas como Miriam e Carmem, mentes criati-

vas, empreendedoras e brilhantes em suas trajetórias. Miriam é uma das expoentes na área da psicologia positiva no Brasil, com seu programa de educação positiva tem levado bem-estar e promoção de saúde mental a inúmeras crianças e famílias brasileiras; Carmem, ou melhor, Bia, é responsável pelo LaPICC na renomada USP de Ribeirão Preto, até onde nosso conhecimento alcança o primeiro laboratório específico em universidade brasileira para pesquisas com crianças e adolescentes na área de terapias cognitivas. No LaPICC, Bia tem liderado equipes de pós-graduação preparando pessoas com a mais alta qualidade para transformar, com suas ações clínicas e preventivas, o mundo ao nosso redor. Resulta dessa ação um grande número de crianças, famílias, escolas e terapeutas beneficiados pelo LaPICC.

Oxalá tenhamos mais Mirians e Bias pelo Brasil afora, através das crianças a mudança efetiva ocorrerá em nosso país.

Neste trabalho, intitulado *Baralho de histórias: instrumento para conceitualização e intervenção cognitiva*, as autoras conseguem criar por meio de um material lúdico uma maneira de elaborar uma conceitualização cognitiva infantil de modo colaborativo, fazendo com que a criança se interesse pela ação do terapeuta e ainda contribua para as estratégias a serem empregadas em seu caso.

Excelente, pois nada melhor do que ter a criança implicada e interessada em todo seu processo. Diríamos que já partimos para o trabalho clínico com grande parte encaminhada e direcionada em suas metas.

O *Baralho* de Miriam e Bia também se propõe a dar o acompanhamento, a sequência do trabalho clínico que virá pela frente.

Por meio de histórias que compõem o universo infantil, as crianças são instadas a se comunicar com o seu terapeuta de um modo suave sem que ele perca a objetividade e o direcionamento do trabalho clínico.

Nada melhor para nós, terapeutas, supervisores, professores na área de infância, do que a união destas duas experientes e criativas terapeutas em busca da ampliação e eficácia da prática clínica infantil. É exatamente desse tipo de iniciativa que necessitamos para atuar na infância, esta que é a fase mais sensível da vida e na qual intervenções bem-feitas promovem resiliência para a vida.

Desfrutem com carinho,

Renato M. Caminha

Marina G. Caminha

Criadores do programa TRI Clínico e Preventivo

Introdução

A literatura indica que questionamentos repetidos e o *status* do entrevistador tendem a comprometer a memória e a confiabilidade das respostas de crianças (Neufeld & Stein, 2003). Além disso, a experiência clínica também indica que as crianças tendem a se sentirem confrontadas e desconfortáveis na sessão quando o profissional faz perguntas diretas sobre seus problemas e sentimentos. Para diminuir esse desconforto e alcançar a criança, a brincadeira pode ser um recurso natural e eficaz. Parece correto dizer que a comunicação eficaz entre terapeuta e criança tende a ser potencializada por meio da brincadeira.

O *Baralho de histórias* é um material lúdico desenvolvido para auxiliar o profissional na conceitualização cognitiva infantil de forma colaborativa. Desenvolvido para ser utilizado a partir dos 5 anos, o mesmo pode ser usado sem limite de idade, visando acessar de maneira lúdica as dificuldades e os pensamentos, emoções e comportamentos associados as mesmas. O instrumento consiste de várias cartas com ilustrações do universo infantil e pode ser usado de duas maneiras: no modo conceitualização e posteriormente no modo intervenção. Apesar de ter sido desenvolvido para uso com crianças e adolescentes, cabe ao terapeuta avaliar sua aplicabilidade com pacientes adultos e até mesmo idosos, sendo que a linguagem deverá ser adaptada de acordo com o público que se deseja alcançar.

Processo fundamental na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), a conceitualização cognitiva colaborativa tem por objetivo aumen-

tar a autoconsciência dos pensamentos, emoções e comportamentos predominantes, bem como identificar as crenças e estratégias compensatórias (Neufeld & Cavenage, 2010). Nesse sentido, a conceitualização de caso é um processo pelo qual terapeutas e pacientes constroem um mapa do funcionamento do paciente. Inicialmente, o objetivo é descrever, porém, a explicação das dificuldades apresentadas pelo paciente é a meta a ser alcançada em uma conceitualização colaborativa. Essa explicação visa, em última instância facilitar o processo psicoterápico, proporcionando clareza para terapeutas e pacientes do percurso da psicoterapia, seja individualmente ou em grupo. Como um resultado adicional, a conceitualização colaborativa atua como uma ferramenta de motivação para tratamento, uma vez que o conhecimento sobre seu funcionamento tende a gerar um aumento na adesão para tratamento.

No âmbito da psicoterapia infantil, um dos desafios é como tornar aspectos tão abstratos, como crenças, pensamentos automáticos e emoções, em conteúdos mais concretos e compreensíveis. Além disso, um desafio adicional repousa sobre o fato de que os aspectos desenvolvimentais podem estar associados ao fato de que, dependendo da idade da criança, ela não tenha todo o sistema de crenças formado ou sedimentado (Assumpção, Teodoro, Maltoni, & Neufeld, 2016). O presente baralho visa auxiliar terapeutas e crianças a se aventurarem por esse processo colaborativo de construir um mapa de como o pensamento, as emoções e os comportamentos funcionam, e como esses podem estar interligados às dificuldades que são foco do processo de psicoterapia.

Na perspectiva da teoria dos modos, ou do processamento esquemático A. Beck (2005) afirma que as crenças centrais pressupõem, necessariamente, ambos os polos de uma interpretação sobre si, o mundo/os outros e o futuro (tríade cognitiva). Portanto, a partir desta revisão, não são mais as crenças centrais em si que são disfuncionais, e sim sua forma de ativação que se torna disfuncional em alguns casos, quando esta não está condizente com o contexto e com as evidências. Desta maneira, de acordo com a teoria dos modos, todos os indivíduos podem apresentar todas as crenças e estas não serem disfuncionais até o momento em que sua ativação se torne disfuncional, quando o contexto e as evidências não derem base para aquela ativação.

Neste sentido, o foco nos recursos de enfrentamento e nos contextos que determinados pensamentos ou crenças são ativados se torna fundamental. O presente instrumento visa transpor tais conceitos para a conceitualização cognitiva infantil, uma vez que busca investigar tanto a tríade cognitiva em diferentes contextos quanto os recursos de enfrentamento nos aspectos positivos e nas habilidades e soluções.