

## Produção científica sobre mudança decorrente da psicoterapia no contexto brasileiro

Scientific production on change resulting from psychotherapy in the brazilian context

Guilherme Faria Ribeiro<sup>1</sup>  
Daniela Scheinkman Chatelard<sup>2</sup>

80

**Resumo:** Este estudo teve por objetivo investigar a produção científica brasileira acerca das mudanças ocorridas decorrentes da psicoterapia. Realizou-se uma revisão sistemática de literatura científica nacional nas bases LILACS, Scielo e Portal Nacional BVS Psi, de 2017 a 2021. Foram recuperados quinze estudos, sendo catorze qualitativos e um quantitativo. Os resultados trouxeram que mudanças ocorrem independente da abordagem teórica ou técnica empregada, porém não se tem uma definição unívoca sobre o conceito de mudança. Ademais, mostrou-se que há fatores comuns nas psicoterapias que geram mudança, sendo eles variáveis do psicoterapeuta, do paciente e da relação entre ambos. Limitações metodológicas foram identificadas.

**Palavras-chave:** Psicoterapia. Mudança (psicologia). Psicoterapeuta. Intervenção.

**Abstract:** This study aimed to investigate the Brazilian scientific production on the changes that have occurred as a result of psychotherapy. A systematic review of national scientific literature was carried out in the LILACS, Scielo and National Portal BVS Psi databases, from 2017 to 2021. Fifteen studies were retrieved, fourteen qualitative and one quantitative. The results showed that changes occur regardless of the theoretical or technical approach used, but there is no univocal definition of the concept of change. Furthermore, it was shown that there are common factors in psychotherapies that generate change, which are variables of the psychotherapist, patient and the relationship between them. Methodological limitations were identified.

<sup>1</sup> Psicólogo, mestre em Psicologia pela Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM) e doutorando em Psicologia Clínica e Cultura pela Universidade de Brasília (UnB). <https://orcid.org/0000-0001-7752-5065>. E-mail: guilhermefariaribeiro@hotmail.com

<sup>2</sup> Professora Titular do Programa de Pós Graduação em Psicologia Clínica e Cultura – Universidade de Brasília (UnB). Campus Universitário Asa Norte, Brasília/DF. <https://orcid.org/0000-0002-7925-573X>. E-mail: dchatelard@gmail.com

Recebido em 27/05/2024  
Aprovado em: 07/07/2024

Sistema de Avaliação: *Double Blind Review*



**Keywords:** Psychotherapy. Change (psychology). Psychotherapist. Intervention.

## 1 Introdução

De acordo com o Conselho Federal de Psicologia, a psicoterapia é compreendida como uma prática de intervenção sustentada por um campo de conhecimentos teóricos e técnicos fundamentados cientificamente, embasada por princípios éticos da profissão, que se desenvolve em contexto clínico e em um relacionamento interpessoal, junto a indivíduos, casais, famílias e demais grupos, decorrente de uma demanda psicológica com o objetivo de promover a saúde mental e propiciar condições para o enfrentamento de conflitos ou transtornos psíquicos (CFP, 2022).

Nas últimas décadas, as pesquisas sobre os processos psicoterápicos mostram que eles proporcionam mudanças, independentemente da orientação teórica e da modalidade empregada (individual, grupo, casal ou familiar) (DINIZ NETO; FÉRES-CARNEIRO, 2005; NUNES; LHULLIER, 2003; HONDA; YOSHIDA, 2013). Nesse sentido, os pesquisadores também têm direcionado esforços em compreender quais fatores comuns, existentes em quase todas as técnicas psicoterápicas, repercutem diretamente no tratamento e como os profissionais podem apreender essas mudanças de modo a obter evidências empíricas quanto à validade e a eficácia do processo psicoterápico (LHULLIER; NUNES; HORTA, 2006; HONDA; YOSHIDA, 2013; NUNES; LHULLIER, 2003; MONDARDO; PIOVESAN; MANTOVANI, 2009).

Sobre os fatores comuns às mudanças, sabe-se que eles são considerados como relativos às variáveis do paciente, do psicoterapeuta, da qualidade da relação entre ambos (LHULLIER; NUNES; HORTA, 2006) e do contexto (YOSHIDA, 1998). A título de exemplo, pode-se citar a aliança terapêutica positiva, que já foi constatada como facilitadora de mudança em psicoterapia, além de fatores como a capacidade do paciente em lidar com situações difíceis e se adaptar a elas; a capacidade do paciente em reconhecer suas dificuldades e qual sua motivação para mudança; a expectativa do paciente quanto ao auxílio que receberá na psicoterapia; a participação ativa do paciente no processo; as variáveis do terapeuta, suas intervenções e o contexto específico que elas estão sendo aplicadas; entre outros (HONDA; YOSHIDA, 2013; MONDARDO; PIOVESAN; MANTOVANI, 2009; YOSHIDA, 1998; HONDA et al., 2017; KHATER, et al., 2014).

Quando se observa as produções científicas sobre o tema, percebe-se que a compreensão dos aspectos envolvidos no processo terapêutico que contribuem para facilitar ou ensejar uma mudança são diversos, já que a experiência clínica e de pesquisa demonstram que se trata de um processo não homogêneo (KRAUSE et al., 2007; KHATER et al., 2014). Contudo, alguns instrumentos têm sido criados a fim de viabilizar a observação e avaliação do que acontece dentro e ao longo das sessões psicoterapêuticas (HONDA; YOSHIDA; KRAUSE; PARRA, 2017). Um deles é conhecido como Indicadores Genéricos de Mudança em Psicoterapia (IGM), que reúne uma hierarquia de indicadores genéricos que buscam sinalizar se alguma mudança está ocorrendo na psicoterapia (KRAUSE et al., 2006; HONDA et al., 2017).

Observa-se portanto, que no âmbito internacional, desde a década de 50 os estudos têm buscado compreender o que realmente acontece na psicoterapia que pode significar êxito, ou seja, quais são os processos psicológicos por meio dos quais se dá essa modificação e quais são os fatores que promovem essas mudanças (YOSHIDA, 1998). Na esfera brasileira, há várias produções que também visam à resposta da mesma pergunta e que utilizam metodologias diferentes para esse fim. Levando-se em consideração a importância de se avaliar os indicadores de eficácia e bons resultados da psicoterapia, a fim de se possível compreender as limitações, indicações e possibilidades de manejo da mesma sobre os mecanismos de mudança, este estudo teve por objetivo investigar a produção científica brasileira acerca da mudança decorrente da psicoterapia.

## 2 Método

### Tipo de estudo

Trata-se de uma revisão sistemática de literatura que objetiva contribuir na delimitação da produção existente no contexto nacional sobre trabalhos que abordam o tema da mudança a partir da participação em processos psicoterápicos, permitindo a identificação de lacunas, limites e possibilidades de investigação que abranjam a temática de modo mais completo e aprofundado.

### Bases Indexadoras e Unitermos Empregados

Como o objetivo da revisão foi recuperar trabalhos no contexto nacional, as seguintes bases de dados foram consultadas: LILACS, SciELO e Portal Nacional BVS Psi, por serem

consideradas bases importantes na propagação do conhecimento científico. Os unitermos de busca utilizados, consultados previamente na Terminologia em Psicologia da BVS-Psi e na DeCS (Descritores em Ciências da Saúde), foram: “psicoterapia” e “mudança”. O operador booleano “AND” foi utilizando em todas as bases de dados.

### **Critérios de inclusão e exclusão**

Foram adotados como critérios de inclusão: artigos disponíveis integralmente em português, em periódicos nacionais e indexados nas bases de dados referidas, publicados entre janeiro de 2017 a setembro de 2022, que tiveram a temática relacionada com o objetivo do estudo e possibilitaram responder a questão norteadora pré-definida. O recorte temporal buscou a inclusão de evidências mais recentes, de modo a compreender o status da produção contemporânea sobre o tema. Foram excluídas outras publicações (teses, dissertações, monografias, resenhas, cartas, editoriais, notícias, obituários, livros e capítulos), artigos fora do período de publicação estabelecido, incompletos e em outro idioma que não o português. Também foram excluídos aqueles que abordavam mudanças ocorridas a partir de intervenções não psicoterápicas, como a arteterapia, dançaterapia, práticas integrativas, terapias interdisciplinares, entre outras.

### **Procedimento**

A coleta de dados ocorreu no dia 16 de agosto de 2022. Os unitermos foram combinados da seguinte forma: “psicoterapia” and “mudança” em todas as bases de dados. Dos resultados encontrados (n= 615, sendo LILACS=480, SciELO=75, BVS Psi Brasil=60,) os títulos e os resumos foram lidos. Em um primeiro momento, foram excluídas publicações não veiculadas em formato de artigo, que não tinham o texto completo disponibilizado nas bases consultadas, que eram redigidas em outro idioma que não o português e que estavam fora do tema estipulado (n=492). Trinta e um artigos foram excluídos por estarem repetidos e setenta e quatro pela questão temporal. Após a leitura minuciosa dos resumos, 18 foram recuperados para leitura na íntegra. Ao fazer a leitura completa dos manuscritos, três artigos foram retirados da amostra, pois, apesar de citarem os temas que compõem os critérios de inclusão, não apresentaram essa temática como questão principal. Apenas os estudos relacionados ao tema e em consonância com os critérios estabelecidos foram selecionados, formando o *corpus* final (n=15). Esse procedimento foi realizado por dois juízes

independentes, ambos com formação em Psicologia e com treinamento e familiaridade com o tema. Não houve divergência entre os juízes, por isso não houve a necessidade de eleger um terceiro avaliador.

### **Análise de dados**

O *corpus* foi organizado em uma tabela a partir dos aspectos necessários para a identificação do perfil das publicações: título, autores, instituição de origem dos autores, ano de publicação, periódico, objetivo, método/tipo de estudo, amostra, instrumentos, principais resultados, principais conclusões, limites e potencialidades/contribuições para novos estudos. A partir desse delineamento do perfil de produções, os artigos foram analisados na íntegra para a construção de categorias, de modo a responder a questão norteadora e atender aos objetivos específicos da revisão.

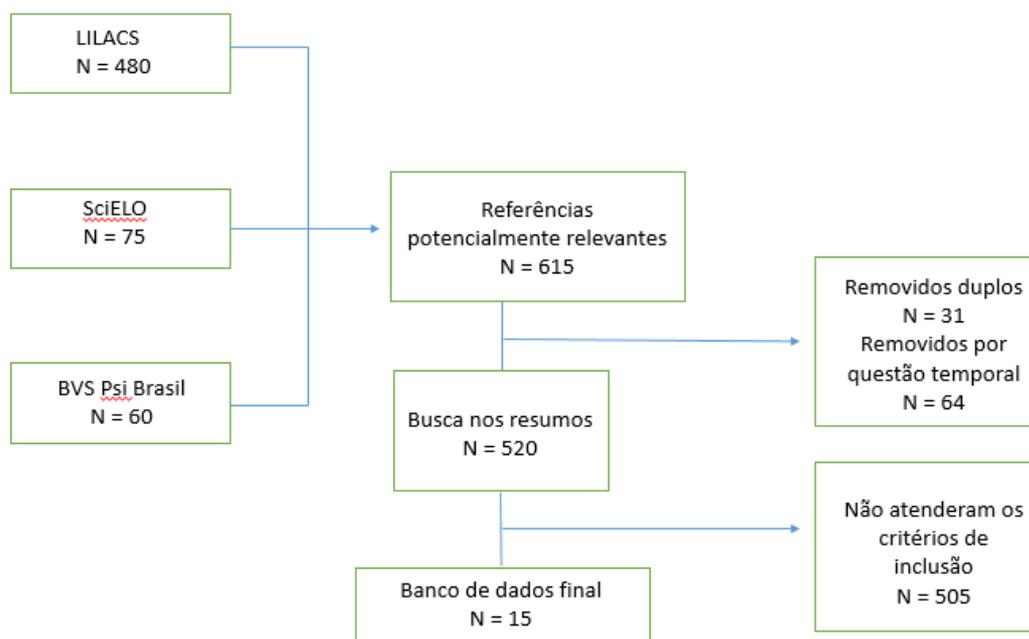
Visando à sistematização dos dados, o material passou por análises verticais e horizontais, a fim de serem comparados e agrupados por similaridade de conteúdo, o que resultou em duas categorias empíricas.

### **3 Resultados**

O fluxograma (Figura 1) a seguir permite visualizar os passos do procedimento de seleção dos artigos e sua recuperação na íntegra, a partir das palavras-chave utilizadas em cada base indexadora. Apresenta-se o número de artigos encontrados, selecionados e recuperados para análise. A partir da aplicação dos critérios de inclusão/exclusão e da retirada dos estudos repetidos, foram recuperados 15 artigos.

#### **Figura 1**

*Etapas de procedimento de seleção de artigos na íntegra e quantidade de estudos em cada fase de seleção*



Fonte: Ribeiro; Chatelard (2022).

A Tabela 1 permite identificar a amostra de artigos recuperados em termos de títulos, autores, ano, periódico e tipo de estudo. Conforme mostra a Tabela 1, dez artigos são estudos de caso, um estudo teórico, um quantitativo transversal e correlacional, uma pesquisa exploratória, um estudo descritivo, uma revisão sistemática e uma revisão integrativa.

Do ponto de vista dos participantes investigados, os estudos de caso incluíram: pacientes que estavam em psicoterapia (SIMONI; BENETTI; BITTENCOURT, 2018; SCHMDT; GASTAUD; RAMIRES, 2018; BRUM; GOMES; PICCININI, 2018; MOLLER et al., 2018; SCAPINI; LUNA, 2019; CARVALHO; ROVINSKI; FIORINI; RAMIRES, 2020; CASTRO; STRASSBURGER; SERRALTA, 2020; GUIMARAES; NERY, 2021 e FRANÇA, 2021). No que se refere ao ano de publicação o ano de 2018 concentrou o maior número (cinco). Os demais artigos foram publicados em 2017, 2019, 2020 e 2021.

Três foram publicados no periódico Revista Brasileira de Psicodrama, três foram na Revista Brasileira de Psicoterapia, dois foram publicados na revista Temas em Psicologia. Os demais foram publicados nas revistas: Estudos e Pesquisas em Psicologia, Estudos de Psicologia, Escola Anna Nery, Psico, Psico-USF, Bragança Paulista, Estudos Interdisciplinares em Psicologia, Journal of Human Growth and Development, Psicologia Clínica e Revista Brasileira de Psicanálise.

**Tabela 1**

Identificação dos artigos recuperados segundo o periódico em que foram publicados e tipo de estudo

<b>Título</b>	<b>Autores</b>	<b>Ano</b>	<b>Periódico</b>	<b>Tipo de estudo</b>
Intervenção psicodramática em ato: ampliando as possibilidades	Iunes & Conceição	2017	Revista Brasileira de Psicodrama	Estudo teórico
Aliança terapêutica, vinculação parental e sintomatologia de pacientes adultos que iniciam psicoterapia	Lima & Serralta	2017	Estudos e Pesquisas em Psicologia	Estudo quantitativo, transversal e correlacional
Eficácia adaptativa e indicadores genéricos de mudança em psicoterapia: um estudo exploratório	Honda, Yoshida, Krause, & Parra	2017	Estudos de Psicologia	Pesquisa exploratória
Oficinas Terapêuticas e as mudanças sociais em pacientes com transtornos mentais	Ibiapina, Monteiro, Alencar, Fernandes & Filho	2017	Escola Anna Nery	Estudo Descritivo
Intervenções do terapeuta psicanalítico no processo psicoterapêutico de uma paciente com transtorno de personalidade borderline	Simoni, Benetti & Bittencourt	2018	Temas em Psicologia	Estudo de caso sistemático com delineamento quantitativo
Estruturas de Interação na psicoterapia psicodinâmica de uma menina com transtorno de adaptação	Schmidt, Gastaud & Ramires	2018	Temas em Psicologia	Estudo descritivo, longitudinal, baseado em Estudo de Caso sistemático.
Psicoterapia de grupo de inspiração fenomenológico-existencial em pacientes esquizofrênicos	Santos, Moreira & Lopes	2018	Revista Brasileira de Psicoterapia	Revisão de literatura e Relato de experiência
Proposta para análise da psicoterapia pais-bebê: evidências de dois casos	Brum, Gomes & Piccinini	2018	Psico	Estudo de caso
Manifestações contratransferenciais no processo terapêutico de uma paciente com personalidade borderline	Moller, Serralta, Bittencourt & Benetti.	2018	Psico-USF, Bragança Paulista	Estudo de caso sistemático
Mudanças na comunicação ao longo da terapia de abordagem sistêmica: um estudo de caso	Scapini & Luna	2019	Estudos Interdisciplinares em Psicologia	Estudo de caso clínico
Dinâmica de uso de psicofármacos e a relação com a psicoterapia psicanalítica na interface da saúde mental: uma revisão integrativa	Damasceno, Bezerra, Nazaré, Mendes, & Abreu	2019	Journal of Human Growth and Development	Revisão Integrativa
Caracterização dos estudos sobre ambivalência em Psicoterapia: uma revisão de literatura	Santosa, Jucá, Melo, & Sartes	2019	Revista Brasileira de Psicoterapia	Revisão sistemática

Mudanças na capacidade de mentalização na psicoterapia psicodinâmica de crianças	Carvalho, Rovinski, Fiorini & Ramires	2020	Psic. Clin.	Estudo descritivo e longitudinal de 3 casos clínicos
O uso de métodos empíricos para formulação de caso: a contribuição do CCRT na avaliação de uma paciente borderline	Castro, Strassburger & Serralta	2020	Rev. Bras. Psicoterapia	Estudo de caso clínico
Psicodrama, bulimia nervosa na adolescência e afetividade	Guimaraes & Nery	2021	Revista Brasileira de Psicodrama	Estudo de caso clínico
Quando olhaste bem nos olhos meus, e o teu olhar era de adeus	França	2021	Revista Brasileira de Psicanálise	Estudo de caso clínico

### Objetivos dos Estudos

Em relação aos objetivos dos estudos recuperados, Iunes e Conceição (2017) visa descrever como se dá um ato terapêutico, como ele pode beneficiar segmentos sociais de uma população promovendo a criatividade e a espontaneidade nos grupos, ativando redes sociais e o encontro. Lima e Serralta (2017) analisa a relação entre aliança terapêutica, vinculação parental e sintomatologia. Já o artigo de Honda, Yoshida, Krause e Parra (2017) avalia a relação entre evolução dos indicadores genéricos de mudança e qualidade da eficácia adaptativa de uma paciente adulta atendida em psicoterapia psicodinâmica breve.

A pesquisa de Ibiapina, Monteiro, Alencar, Fernandes e Filho (2017) analisa o impacto das oficinas terapêuticas e as mudanças sociais em pessoas com transtornos mentais sob a ótica da vivência dos trabalhadores de um Centro de Atenção Psicossocial. O estudo de Simoni, Benetti & Bittencourt (2018) objetiva identificar os tipos de intervenções de um terapeuta psicanalítico na psicoterapia de um paciente com transtorno de personalidade borderline (TPB), em um recorte do tratamento anterior a uma internação psiquiátrica.

O artigo de Schmdt, Gastaud e Ramires (2018), foi analisar as estruturas de interação na psicoterapia psicodinâmica de uma criança com transtorno de adaptação. Já o estudo de Santos, Moreira e Lopes (2018), foi discutir a aplicabilidade da psicoterapia de grupo de inspiração fenomenológico-existencial na esquizofrenia. O estudo de Brum, Gomes e Piccinini (2018), teve como objetivo apresentar uma proposta de avaliação de um processo com PPB (psicoterapia Pais-bebê) com destaque para os mecanismos de mudança ao longo da psicoterapia.

A pesquisa de Moller, Serralta, Bittencourt e Benetti (2018), visa descrever as manifestações contratransferências no processo terapêutico do primeiro ano de uma psicoterapia psicanalítica de uma paciente com transtorno de personalidade borderline (TPB).

Explorar a mudança na comunicação do paciente e suas repercussões no ambiente familiar e individual foi o objetivo do estudo de Scapini e Luna (2019). O artigo de Damasceno, Bezerra, Nazaré, Mendes e Abreu (2019), visa analisar o uso de psicofármacos e sua relação com a psicoterapia psicanalítica na interface da saúde mental.

O estudo de Santos, Jucá, Melo e Sartes (2019) objetiva-se apresentar uma revisão de literatura englobando artigos que definam a ambivalência, apresentando sua relação com o sucesso terapêutico, avaliam instrumentos e abordam teorias que embasam o fenômeno.

Já o artigo de Carvalho, Rovinski, Fiorini e Ramires (2020) analisa possíveis mudanças no funcionamento psíquico global e na capacidade de mentalização na psicoterapia psicodinâmica de crianças, de acordo com o Método de Rorschach (Sistema Exner). A pesquisa de Castro, Strassburger e Serralta (2020) apresenta o instrumento Core Conflictual Relationship Theme (Tema Central de Conflitos nos Relacionamentos; CCRT) CCRT e ilustra-se a sua aplicabilidade para sistematizar a formulação psicodinâmica de caso.

Apresentar os resultados da psicoterapia psicodramática, principalmente do trabalho terapêutico da criança interna ferida e de lógicas afetivas de conduta que favoreceram a melhoria de seu transtorno alimentar foi o objetivo do estudo de Guimaraes e Nery (2021). Para finalizar, o artigo de França (2021) descreve as particularidades do atendimento *online* de um paciente melancólico em risco de suicídio.

### **Estratégias Metodológicas e instrumentos utilizados**

Na presente revisão de literatura predominaram estudos de caso, em um total de nove artigos (SIMONI; BENETTI; BITTENCOURT, 2018; SCHMDT; GASTAUD; RAMIRES, 2018; BRUM; GOMES; PICCININI, 2018; MOLLER et al., 2018; SCAPINI; LUNA, 2019; CARVALHO et al., 2020; CASTRO; STRASSBURGER; SERRALTA, 2020; GUIMARAES; NERY, 2021 e FRANÇA, 2021).

No estudo de caso de Guimarães e Nery (2021) utilizou-se metodologia psicodramática como estratégia de compreensão e intervenção. Foram realizadas 43 sessões de psicoterapia psicodramática bipessoal, com duração de 45 minutos cada. E também sessões de orientação aos pais, para melhoria da sua rede de apoio.

Durante as sessões, utilizou-se métodos psicodramáticos, com trabalho dos personagens e cenas da protagonista (paciente); jogos dramáticos, trabalho por meio lúdico e teatro espontâneo, buscando a criatividade, vivencialmente, nas situações-problema. Nesses

métodos usou-se as etapas da sessão: aquecimento, dramatização e compartilhamento, e as técnicas de ação: solilóquios, duplos, inversões de papéis, espelhos e concretizações, contextualizadas em cenas abertas ou vivências internas.

Utilizou-se do método quantitativo transversal e correlacional, o artigo de Lima e Serralta (2017) e investigou a relação entre aliança terapêutica (AT), vinculação parental e sintomatologia de pacientes em psicoterapia psicanalítica. Coletou dados de 57 pacientes adultos entre a 4ª e 5ª sessão com medidas de avaliação AT, da vinculação com os pais na infância e adolescência e de sintomas psicopatológicos.

Em linhas gerais, os artigos basearam-se em teorias já existentes, com predomínio da psicanálise (LIMA; SERRALTA, 2017; SIMONI; BENETTI; BITTENCOURT, 2018; SCHMDT; GASTAUD; RAMIRES, 2018; BRUM; GOMES; PICCININI, 2018; MOLLER et al., 2018; DAMASCENO et al., 2019; CARVALHO et al., 2020 e FRANÇA, 2021) E DO PSICODRAMA (IUNES; CONCEIÇÃO, 2017; GUIMARAES; NERY, 2021) aplicados ao contexto de psicoterapia.

Os estudos reportaram resultados de pesquisas brasileiras publicadas na área. Também foram realizados estudos sobre a aplicabilidade da psicoterapia de grupo com pacientes esquizofrênicos (SANTOS; MOREIRA; LOPES, 2018). Os artigos também recuperaram experiências psicoterápicas nas políticas públicas (IBIAPINA et al., 2017).

## 4 Discussão

### A heterogeneidade no conceito de mudança

De modo geral, os estudos recuperados trouxeram diferentes conceituações sobre como nomeiam os processos de mudança. Em relação à amostra recuperada, oito artigos (53%) apresentaram de forma clara as ideias sobre esses processos, que incluíram aspectos cognitivos e comportamentais. Em Honda, Yoshida, Krause, & Parra (2017), há um entendimento de que o que muda em uma psicoterapia é a teoria subjetiva e a narrativa interna, que se constrói progressivamente à medida que vão se reunindo novos significados que se fazem visíveis ao observador indicadores de mudança. Nos resultados deste artigo, por exemplo, houve constatação, a partir da aplicação de um instrumento, que a paciente apresentou modificações no abrandamento de alguns comportamentos diante da família e nas

crenças cognitivas sobre si, que corroboraram para flexibilizar certas ideias disfuncionais que lhe traziam sofrimento.

Nos demais artigos (N=7) não houve menção clara de resultados ou processos de mudança com pacientes, já que alguns trabalhos recuperados não tiveram como objetivo analisar alguma mudança observada, tal como estudo de Simoni, Benetti e Bittencourt (2018), que buscou identificar os tipos de intervenções de um terapeuta psicanalítico na psicoterapia.

De modo geral, todos os artigos compreendem os aspectos concernentes à mudança como sendo de ordem do comportamento, pensamento, ação, entre outros, buscando associar esse conceito à teoria de base utilizada. Em 66% da amostra (N=10) a Psicanálise foi a abordagem referenciada na discussão dos estudos. Brum, Gomes e Piccinini (2018), por exemplo, afirmam que mudanças específicas ou gerais, conscientes ou inconscientes, são aspectos da dinâmica psíquica e/ou comportamental do paciente, tal como afirmado por Zaslavsky e Brito (2005), que mencionaram a mudança psíquica como resultado de uma maior organização das funções mentais, a superação da repetição compulsiva e o surgimento de novas atitudes e posicionamentos, e maior adaptação à realidade externa.

Desse modo, percebe-se que os estudos tratam como tema central a mudança decorrente da psicoterapia. Entretanto, no que tange aos instrumentos e metodologias utilizadas, o foco maior das análises foram as intervenções e observações do psicoterapeuta e não relatos dos próprios pacientes sobre possíveis mudanças notadas, evidenciando que as produções brasileiras não evidenciam com frequência o uso de instrumentos que mensuram mudanças ocorridas pelo olhar do paciente.

### **Os fatores que levam à mudança na psicoterapia**

A psicoterapia tem papel fundamental na resolução de sofrimentos psicológicos, pois é efetiva para uma ampla variedade de condições clínicas. A busca pela psicoterapia se dá comumente quando um indivíduo está enfrentando alguma dificuldade, por um diagnóstico de transtorno mental, insatisfação com si próprio ou com os outros do seu ambiente, autoconhecimento e também o desejo de mudar algo de sua personalidade, tais pressupostos foram discutidos na maioria dos artigos recuperados (N=10).

Nesse sentido, é possível afirmar que o processo psicoterápico tem como objetivo e função ajudar as pessoas a se adaptarem de forma mais eficaz diante de suas dificuldades e do ambiente obtendo alívio do seu sofrimento. E essa asserção se aplica a todos os tipos e

abordagens de psicoterapias. Por outro lado, é possível identificar fatores relevantes para o processo de mudança e que são comuns nos diferentes tipos, a título de exemplo, temos o fator psicoterapeuta, o paciente e a relação entre eles. Dos artigos recuperados, onze deles trataram do fator psicoterapeuta, (68%) da amostra, tais como quais intervenções e técnicas foram aplicadas, qual foi a postura do terapeuta, aspectos contratransferenciais, entre outros.

Podemos ver o fator psicoterapeuta nos estudos de Simoni, Benetti e Bittencourt (2018) como ilustração. Os autores identificaram os tipos de intervenções de um terapeuta psicanalítico na terapia de uma paciente com transtorno de personalidade Borderline (TPB). Foi realizado um estudo de caso com uma estudante universitária de 18 anos, foram transcritas e analisadas doze sessões, sendo as intervenções classificadas com base na Classificação Multidimensional de Intervenções Psicoterápicas Modificada (CMIP-M), que identifica tipos de intervenções em um material clínico. Como resultados, identificou-se a predominância das intervenções empáticas (27,3%) ao longo do processo, uma vez que essa postura terapêutica contribuiu para adaptação do paciente e estabelecimento de vínculo, principalmente se tratando de um caso de patologia grave.

Aspecto semelhante ocorreu nos estudos de Brum, Gomes e Piccinini (2018), no qual foram investigadas intervenções da terapeuta e os insights associados a elas em um processo de psicoterapia pais-bebês de base psicanalítica. No presente estudo, avaliou-se dois casos. Os resultados do presente estudo revelaram que as intervenções da terapeuta tais como as interpretações, os esclarecimentos e as encenações estiveram associadas às mudanças ocorridas com os participantes deste estudo. Nesse sentido, muitos autores têm enfatizado que é a qualidade da intervenção do terapeuta fator crucial de mudança.

Já o fator paciente esteve presente em três estudos recuperados, cerca de (18%) da amostra. Este fator é apresentado no estudo de Honda, Yoshida, Krause e Parra (2018) que objetivou avaliar a evolução de indicadores genéricos de mudança de uma paciente atendida em psicoterapia psicodinâmica breve utilizando o instrumento Indicadores Genéricos de Mudança (IGM) desenvolvida por Krause, et. al. (2006, 2007). Os resultados do estudo mostraram que a assunção de uma postura ativa da paciente, seu nível de consciência em relação ao problema e a sua motivação para trabalhar as próprias dificuldades foram fatores fundamentais para a mudança alcançada e observada ao longo do processo psicoterápico.

Tal fator também pode ser percebido no estudo de Scapini e Luna (2019) que explorou a mudança na comunicação de um jovem adulto e suas repercussões no contexto individual e

familiar no decorrer da psicoterapia de abordagem sistêmica. Os resultados foram discutidos com base no instrumento Modelo da Pragmática da Comunicação Humana desenvolvido por Watzlawick et al. (1967). Percebeu-se mudanças graduais e significativas no comportamento do jovem no decorrer da psicoterapia decorrente de seu envolvimento ativo, no interesse em estar neste processo e sua forma clara de expressão verbal, além da consciência do problema presente em suas relações familiares e sociais. Em seus relatos, o paciente disse que adquiriu a capacidade de compreender seus sentimentos e melhores comportamentos em várias situações sociais.

Por fim, o fator psicoterapeuta e paciente foi percebido em dois estudos, (12%) da amostra. Em muitos estudos esta relação é nomeada de aliança terapêutica.

É o que mostra o artigo de Lima e Serralta (2017) que avaliou a relação entre aliança terapêutica (AT), vinculação parental e sintomatologia de 57 pacientes adultos, a partir de 18 anos, sendo 42 mulheres e 15 homens com idade entre 18 e 62 anos de um ambulatório, atendidos pela abordagem psicanalítica psicodinâmica.

Os autores usaram o Inventário de Aliança Terapêutica (WAI - Working Alliance Inventory) desenvolvido por Horvath e Greenberg (1994) que tem como finalidade medir três aspectos da AT propostos por Bordin (1979): tarefa, objetivos e vínculo. É um inventário de auto resposta de 36 itens, do tipo Likert. Com relação aos escores apresentados, verificou-se que, de modo geral, os participantes construíram boas alianças terapêuticas obtendo índices acima do ponto médio da escala. Os resultados mostraram que uma boa AT parece ter sido preditora de diminuição de sintomas, o que conseqüentemente têm relação direta com os resultados da psicoterapia.

No que tange os aspectos metodológicos e instrumentos utilizados, constatou que onze artigos dos dezesseis recuperados usaram o estudo de caso, sendo (68%) da amostra apresentada. O estudo de caso enquanto método de pesquisa possui limitações, como a impossibilidade de generalizar os resultados obtidos e com conclusões específicas para o caso estudado, por isso não permite conclusões genéricas. Outra limitação deste tipo de método é que a visão do terapeuta pode ser o único parâmetro possível para os julgamentos e conclusões. E no que se refere a coleta de dados, é feita de forma assistemática considerando apenas os dados que o terapeuta apresenta como relevantes (SILVA; MERCÊS, 2018).

## 5 Considerações finais

De modo geral foi observado que o conceito de mudança não possui um consenso entre os autores dos estudos, pois ele está vinculado à abordagem utilizada como base na análise dos resultados de cada manuscrito. Contudo, as pesquisas que abordam o tema da mudança convergem no entendimento de que há fatores comuns nas psicoterapias que levam a mudanças.

Nesse sentido, no contexto dos artigos recuperados, percebe-se que as pesquisas falam de mudança de comportamentos de pensamento, de adaptação, ou mudança no discurso, porém, outros não usam um termo específico. No que diz respeito aos fatores de mudança decorrentes da psicoterapia, os artigos recuperados dialogam com a literatura já existente mencionando o fator psicoterapeuta, o paciente e a relação entre os dois como pressupostos comuns das abordagens. Diante da amostra, a maioria dos estudos, cerca de (68%) mencionaram o fator psicoterapeuta fundamental para o processo de mudança e de bons resultados em psicoterapia. Os estudos mostraram que além da importância da técnica, e da abordagem teórica que a orienta, aspectos como a empatia, responsividade e a autorrevelação do psicoterapeuta também são essenciais. No que se refere o fator paciente (18%), os estudos mostraram que o desejo de mudança, seu envolvimento ativo na psicoterapia e a consciência do problema potencializam o processo de mudança.

No tocante a relação terapeuta-paciente, também conhecida como aliança terapêutica, que se referiu a (12%) da amostra recuperada, a qualidade desta aliança pôde ter sido preditora da diminuição de sintomas, o que conseqüentemente, afetou diretamente nos resultados da psicoterapia.

Limites metodológicos foram encontrados na amostra, a maioria dos artigos (68%) utilizaram o método de estudo de caso. De acordo com a literatura, este tipo de estudo tem desvantagens no que se refere a impossibilidade de generalizar os resultados obtidos e as conclusões. Ficando muito a cargo de julgamentos e conclusões unívocas do terapeuta e do que ele escolhe como dado relevante. Faz-se necessário novos estudos com uso de instrumentos rigorosos, com maiores amostras e com a capacidade de replicação. Ademais, faltam pesquisas que possam analisar a mudança de forma longitudinal e instrumentos que mensurem esse processo pelo olhar do paciente.

## REFERÊNCIAS

- BORDIN, E. S. (1979). The Generalizability of Psychoanalytic Concept of the Working Alliance. *Psychotherapy: Theory, Research, and Practice*, v.16, n.3. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/1980-23666-001> Acessado: 27 fev 2023
- BRUM, E. H. M., GOMES, A. G. & PICCININI, C. A. (2018). Proposta para análise da psicoterapia pais-bebê: evidências de dois casos. *Psico*, v.49, n.3. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.15448/1980-8623.2018.3.28329> Acessado: 27 fev 2023
- CARVALHO, C., ROVINSKI, S. L. R., FIORINI, G. P. & RAMIRES, V. R. R. (2020). Mudanças na capacidade de mentalização na psicoterapia psicodinâmica de crianças. *Psicologia Clínica*, v. 32, n.1. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33208/PC1980-5438v0032n01A02> Acessado: 27 fev 2023
- CASTRO, F. C. A., STRAUSSBURGER, B. C. & SERRALTA, F. B. (2020). O uso de métodos empíricos para formulação de caso: a contribuição do CCRT na avaliação de uma paciente borderline. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, v.22, n.3. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1349380> Acessado: 27 fev 2023
- DAMASCENO, M. R., BEZERRA, I. M. P., NAZARÉ, L. M., MENDES, A. A. & ABREU, L. C. (2019). Dinâmica de uso de psicofármacos e a relação com a psicoterapia psicanalítica na interface da saúde mental: uma revisão integrativa. *Journal of Human Growth and Development*, v. 29, n.2. Disponível em: <http://doi.org/10.7322/jhgd.v29.9432> Acessado: 27 fev 2023
- DINIZ NETO, O., & FÉRES-CARNEIRO, T. (2005). Eficácia Psicoterapêutica: terapia familiar e o efeito “dodô”. *Estudos de Psicologia (Natal)*, v.10, n.3. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/epsic/a/kdGWPPJmzbjrHFP8zDMcm3G/?lang=pt> Acessado: 27 fev 2023
- FRANÇA, C. P. (2021). Quando olhastes bem nos olhos meus, e o teu olhar era de adeus. *Revista Brasileira de Psicanálise*, v.55, n.2. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0486-641X2021000200012&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0486-641X2021000200012&lng=pt&tlng=pt). Acessado: 27 fev 2023
- GUIMARÃES, J. S. & NERY, M. P. (2021). Psicodrama, bulimia nervosa na adolescência e afetividade. *Revista Brasileira de Psicodrama*, v.29, n.1. Disponível em: <https://doi.org/10.15329/2318-0498.00441> Acessado: 27 fev 2023
- HONDA, G.C. & YOSHIDA, E. M. P. (2013). Mudança em psicoterapia: Indicadores genéricos e eficácia adaptativa. *Estudos de Psicologia*, v.18, n.4. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2013000400006> Acessado: 27 fev 2023
- HONDA, G.C., YOSHIDA, E. M. P., KRAUSE, M. & PARRA, G. (2017). Eficácia adaptativa e indicadores genéricos de mudança em psicoterapia: um estudo exploratório. *Estudos de Psicologia*, v.34, n.4. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-02752017000400007> Acessado: 27 fev 2023

HORVATH, A. O., & GREENBERG, L. S. (1994). *The Working Alliance: Theory, Research and Practice*. New York: John Wiley & Sons.

IUNES, A. L. S. & CONCEIÇÃO, M. I. G. (2017). Intervenção Psicodramática em Ato: Ampliando as possibilidades. *Revista Brasileira de Psicodrama*, v.25, n.2. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0104-53932017000200003&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0104-53932017000200003&script=sci_abstract&tlng=pt) Acessado: 27 fev 2023

KHATER, E., PEIXOTO, E. M., HONDA, G. C., ENÉAS, M. L. E., & YOSHIDA, E. M. P. (2014). Momentos-chave e natureza das intervenções do terapeuta em psicoterapia breve psicodinâmica. *Psico USF*, v.19, n.2. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-82712014019002010> Acessado: 27 fev 2023

KRAUSE, M., PARRA, G., ARÍSTEGUI, R., DAGNINO, P., TOMICIC, A., VALDÉS, N., ECHÁVARRI, O., STRASSER, K., REYES, L., ALTIMIR, C., RAMIREZ, I. VILCHES, O., & BEN-DOV, P. (2007). The evolution of therapeutic change studied through generic change indicators. *Psychotherapy Research*, v.17, n.6. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/10503300601158814> Acessado: 27 fev 2023

LHULLIER, A. C., NUNES, M. L. T., & HORTA, B. L. (2006). *Preditores de abandono de psicoterapia em pacientes de clínica-escola*. In E. F. M. Silveiras (Org.), *Atendimento Psicológico em Clínicas-Escola* (pp. 229-246). Campinas: Alínea.

LIMA, C. P. & SERRALTA, F. B. (2017). Aliança terapêutica, vinculação parental e sintomatologia de pacientes adultos que iniciam psicoterapia. *Estudos e Pesquisa em Psicologia*, v.17, n.3. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812017000300021&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812017000300021&lng=pt&tlng=pt). Acessado: 27 fev 2023

MOLLER, R. L., SERRALTA, F. B., BITTENCOURT, A. A. & BENETTI, S. P. C. (2018). Manifestações contratransferenciais no processo terapêutico de uma paciente com personalidade borderline. *Psico-USF, Bragança Paulista*, v.23, n.4. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1413-82712018230410> Acessado: 27 fev 2023

MONDRADO, A. H., PIOVESAN, L., & MANTOVANI, P. C. (2009). A percepção do paciente quanto ao processo de mudança psicoterápica *Aletheia*, n.30. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/aletheia/n30/n30a13.pdf> Acessado: 27 fev 2023

NUNES, M. L. T., & LHULLIER, A. C. (2003). Histórico da pesquisa empírica em psicoterapia. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, v.5, n.1. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=078948&pid=S1413-0394200900020001300016&lng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=078948&pid=S1413-0394200900020001300016&lng=pt) Acessado: 27 fev 2023

SANTOS, C. G. B., JUCÁ, T. A. C., MELO, A. L. C. & SARTES, L. M. A. (2019). Caracterização dos estudos sobre ambivalência em psicoterapia: uma revisão de literatura. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, v.21, n.3. Disponível em: [https://rbp.celg.org.br/detalhe\\_artigo.asp?id=310](https://rbp.celg.org.br/detalhe_artigo.asp?id=310) Acessado: 27 fev 2023

SANTOS, G. F., MOREIRA, A. M. & LOPES, R. G. (2018). Psicoterapia de grupo de inspiração fenomenológico-existencial em pacientes esquizofrênicos. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, v.20, n.1. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-906455> Acessado: 27 fev 2023

SCAPINI, A. I. N. & LUNA, I. J. (2019). Mudanças na comunicação ao longo da terapia de abordagem sistêmica: um estudo de caso. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, v.10, n.2. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2236-64072019000200013](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072019000200013) Acessado: 27 fev 2023

SHMIDT, F. M. D., GASTAUD, M. B. & RAMIRES, V. R. R. (2018). Estruturas de interação na psicoterapia psicodinâmica de uma menina com transtorno de adaptação. *Temas em Psicologia*, v.26, n.2. Disponível em: [http://old.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2358-18832018000200703](http://old.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2358-18832018000200703) Acessado: 27 fev 2023

SILVA, L. A. G. P. & MERCÊS, N. N. A. (2018). Estudo de casos múltiplos aplicado na pesquisa de enfermagem: relato de experiência. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v.71, n.3. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0066> Acessado: 27 fev 2023

SIMONI, L., BENETTI, S. P. C. & BITTENCOURT, A. A. (2018). Intervenções do terapeuta psicanalítico no processo psicoterapêutico de uma paciente com transtorno de personalidade borderline. *Temas em Psicologia*, v.26, n.3. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tpsy/a/QLz9FTNMwsQjFk7wGFJ5KRx/?lang=pt> Acessado: 27 fev 2023

WATZLAWICK, P., BEAVIN, J. H., & JACKSON, D. D. (1967). *Pragmática da comunicação humana: Um estudo dos padrões, patologias e paradoxos da interação*. São Paulo, SP: Editora Cultrix.

YOSHIDA, E. M. P. (1998). Avaliação de mudança em processos terapêuticos. *Psicologia Escolar e Educacional*, v.2, n.2. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S141385571998000200006&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141385571998000200006&lng=pt&tlng=pt). Recuperado em 23 de setembro de 2022