

PRESENÇA TERAPÊUTICA NA PSICOTERAPIA ONLINE: DESAFIOS E AJUSTES TÉCNICOS DO SETTING DIGITAL

Ester dos Reis Oliveira¹, Maria Edduarda Santana da Silva²

¹ Graduada em Psicologia pelo Centro Universitário do Estado do Pará. E-mail: esterreis.psi@gmail.com

² Graduada em Psicologia pelo Centro Universitário do Estado do Pará. E-mail: mariaedduardasantana@gmail.com

Resumo: A expansão da psicoterapia online impôs transformações significativas ao setting clínico, especialmente na construção da presença terapêutica. Este trabalho analisa os desafios implicados na sustentação da presença na psicoterapia mediada por tecnologia e descreve os ajustes técnicos mobilizados para manter vínculo, escuta qualificada e continuidade do processo clínico no ambiente digital. Trata-se de um relato de experiência fundamentado na prática clínica online, realizado entre 2024 e 2025, com atendimento a menos de dez pacientes adultos jovens, na faixa etária de 18 a 30 anos, em contexto remoto. A reflexão articula a experiência profissional das autoras com produções recentes sobre clínica digital, enquadre terapêutico e presença na psicoterapia. Observou-se que a presença terapêutica no ambiente online não se reduz à copresença física, dependendo da qualidade do vínculo e da sustentação intencional do enquadre. Entre os desafios identificados estão a instabilidade de conexão, as interrupções externas, a fragmentação atencional decorrente do ambiente digital, a limitação da leitura corporal integral e a sobreposição entre espaço doméstico e espaço clínico. Quando não reconhecidos como constitutivos do setting virtual, esses elementos podem produzir dispersão, sensação de distanciamento e fragilização do campo relacional. Em contrapartida, foram identificados ajustes técnicos que favorecem a manutenção da presença terapêutica: manejo mais explícito do contrato e das condições do atendimento; ampliação da escuta vocal e das nuances da fala; intervenções metacomunicativas sobre a experiência de conexão; maior atenção ao ritmo, às pausas e ao silêncio; e construção compartilhada de um ambiente virtual que favoreça privacidade e concentração. Nesse contexto, a tecnologia integra o próprio campo da experiência clínica, exigindo postura ativa e intencional do terapeuta. Conclui-se que a psicoterapia online não implica necessariamente perda de profundidade ou enfraquecimento da presença terapêutica. Ao reconhecer as especificidades do ambiente digital e realizar ajustes técnicos conscientes, é possível sustentar vínculo, continuidade e densidade no processo clínico, compreendendo a presença como efeito relacional construído no encontro, independentemente da mediação tecnológica.

Palavras-chave: Psicoterapia Online; Presença Terapêutica; Setting Digital; Vínculo Terapêutico; Clínica Psicológica.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION; ASSOCIATION OF STATE AND PROVINCIAL PSYCHOLOGY BOARDS. Guidelines for the Practice of Telepsychology.

American Psychologist, Washington, v. 68, n. 9, p. 791-800, 2013. DOI: <https://doi.org/10.1037/a0035001>.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução CFP nº 11, de 11 de maio de 2018**. Regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meios de tecnologias da informação e da comunicação. Brasília: CFP, 2018.

TREMAIN, H.; McENERY, C.; FLETCHER, K.; MURRAY, G. The therapeutic alliance in digital mental health interventions for serious mental illnesses: narrative review.

JMIR Mental Health, Toronto, v. 7, n. 8, e17204, 2020. DOI: <https://doi.org/10.2196/17204>.

WIND, T. R.; RHEE, T. G.; VINKERS, C. H. The COVID-19 pandemic: the "black swan" for mental health care and a turning point for e-health. **Internet Interventions**, Amsterdam, v. 20, p. 100317, 2020. DOI:

<https://doi.org/10.1016/j.invent.2020.100317>.