



TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL PARA ADOLESCENTE COM HISTÓRICO DE VIOLÊNCIA: UM ESTUDO DE CASO CLÍNICO

COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY FOR AN ADOLESCENT WITH A HISTORY OF VIOLENCE: A CLINICAL CASE STUDY

 Iuri Livramento Toniato, Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, São Paulo, Brasil.

 Sabrina Mazo D'Affonseca, Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, São Paulo, Brasil.

TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL PARA ADOLESCENTE COM HISTÓRICO DE VIOLÊNCIA: UM ESTUDO DE CASO CLÍNICO

COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY FOR AN ADOLESCENT WITH A HISTORY OF VIOLENCE: A CLINICAL CASE STUDY

Iuri Livramento Toniato¹
Sabrina Mazo D'Afonseca²

Resumo: Objetivo: Relatar a aplicação de técnicas de TCC adaptadas para uma adolescente com histórico de violência sexual, negligência e exposição à violência, focando em regulação emocional e reconstrução de autoestima. Método: Estudo de caso único (16 sessões) com paciente do sexo feminino, 18 anos. Utilizou-se psicoeducação, reestruturação cognitiva, treino de habilidades de enfrentamento, e exposição narrativa. A avaliação consistiu em acompanhamento clínico. Resultados: Redução da ansiedade e estresse, diminuição de comportamentos autolesivos e maior capacidade de questionar crenças nucleares. Entretanto, apresentou dificuldades residuais em problemas de memória e adesão a atividades de lazer. Conclusão: A TCC mostrou-se promissora no manejo da adolescente em contextos de trauma, mas requer adaptações para pacientes com histórico de invalidação prolongada.

Palavras-chave: Terapia Cognitivo-Comportamental; Violência Sexual; Experiências Adversas na Infância (EAI); Regulação Emocional; Estudo de Caso Clínico.

Abstract: Objective: To report the application of adapted cognitive-behavioral therapy (CBT) techniques in the treatment of an adolescent with a history of sexual abuse, neglect, and exposure to interpersonal violence, focusing on emotional regulation and the reconstruction of self-esteem. Method: Single case study involving a female patient, 18 years old, over the course of 16 sessions. Interventions included psychoeducation, cognitive restructuring, coping skills training, and narrative exposure. Clinical monitoring was used as the primary evaluation method. Results: The intervention led to reductions in anxiety and stress symptoms, decreased self-injurious behaviors, and increased ability to question core beliefs. However, residual challenges included persistent memory difficulties and adherence to pleasurable activities. Conclusion: While CBT proved effective in mitigating trauma-related symptoms in this adolescent case, clinical adaptations are recommended when addressing the complex needs of individuals with histories of prolonged emotional invalidation.

Keywords: Cognitive Behavioral Therapy; Sexual Violence; Adverse Childhood Experiences (ACEs); Emotional Regulation; Clinical Case Study.

¹ Graduando em psicologia pela Universidade Federal de São Carlos. E-mail: iuritoniat@gmail.com

² Professora adjunta da UFSCar, coordenadora do Laboratório de Análise e Prevenção da Violência (Laprev). E-mail: samazo@ufscar.br

INTRODUÇÃO

A violência é uma problemática global persistente, mesmo diante dos avanços no desenvolvimento humano e social. Quando direcionada a crianças, especialmente nos primeiros anos de vida, configura uma grave violação de direitos fundamentais, como a dignidade, a liberdade, o respeito e o acesso a um desenvolvimento saudável (Pesce, 2009). Segundo a Organização das Nações Unidas (ONU), cerca de 1 bilhão de crianças em todo o mundo sofrem algum tipo de violência, como maus-tratos, bullying, castigos físicos e abusos físicos ou emocionais. Nesse contexto, a exposição contínua a ambientes negativos e inseguros pode ser compreendida como uma experiência adversa na infância (EAI), definida como situações de negligência, omissão ou violência que impactam negativamente o desenvolvimento físico, emocional e social da criança (Felitti *et al.*, 1998).

Como demonstrado por Felitti e Anda (2010), experiências adversas na infância impactam múltiplos domínios da vida adulta, incluindo aspectos emocionais, cognitivos e sociais, corroborando a hipótese de que o trauma infantil pode gerar efeitos sistêmicos e duradouros. A literatura também aponta que a ocorrência de múltiplas formas de violência na infância, fenômeno conhecido como polivitimização, está associada a consequências mais graves e duradouras ao longo da vida (Geffner *et al.*, 2022). Ou seja, as EAI podem gerar um impacto amplo e duradouro ao longo da vida, manifestando-se em diversas áreas como saúde mental e física, comportamento e bem-estar emocional, por meio de alterações neurobiológicas e psicossociais interconectadas (Anda *et al.*, 2006; Petruccelli *et al.*, 2019; Lippard *et al.*, 2020).

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) tem se mostrado eficaz no tratamento de pessoas expostas à violência e ao trauma (Ennis *et al.*, 2021), especialmente quando há padrões de desregulação emocional e crenças disfuncionais consolidadas. Essa abordagem baseia-se na identificação e modificação de pensamentos automáticos negativos, bem como no desenvolvimento de estratégias de enfrentamento e de habilidades de regulação emocional (Beck, 2020). Em casos de jovens que vivenciaram negligência, abandono ou abuso, a TCC pode ser uma ferramenta para a promoção de um senso de identidade mais estável, o fortalecimento da autoestima e a ressignificação de vínculos afetivos. Estudos de caso, nesse contexto, são ferramentas relevantes para ilustrar a aplicação clínica dessas estratégias em situações reais e complexas.

O presente estudo de caso descreve o acompanhamento clínico de Brigitte, uma jovem de 18 anos com histórico de exposição a violência parental, abuso sexual na adolescência e negligência física e psicológica durante a infância. Atendida em um serviço-escola de Psicologia, a jovem apresentou sintomas compatíveis com transtorno de personalidade borderline de acordo com o DSM-5, incluindo instabilidade emocional, raiva intensa e descontrolada, medo de abandono, impulsividade, comportamentos auto-mutilante e autoimagem negativa (American Psychiatric Association [APA], 2023, p. 754-759). O objetivo deste trabalho é relatar sua trajetória psicoterapêutica sob o referencial da TCC, destacando as estratégias utilizadas e os resultados observados no processo de regulação emocional, ressignificação de crenças e fortalecimento da identidade.

MÉTODO

Brigitte (nome fictício) era uma jovem de 18 anos, residente no interior do estado de São Paulo, atendida em um serviço-escola de Psicologia. Sua história foi marcada por múltiplas experiências adversas, incluindo negligência parental, perda da avó — sua principal figura de afeto, e um relacionamento abusivo na adolescência, com episódios de violência física, sexual e aborto forçado. Após se mudar para o interior do estado com a família, passou a apresentar queixas de baixa autoestima, instabilidade emocional, medo de abandono, pensamentos autodepreciativos e sintomas compatíveis com Transtorno de Personalidade Borderline.

O processo terapêutico ocorreu ao longo de dezesseis sessões semanais, conduzidas por estagiários sob supervisão, com uso dos instrumentos Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21) e Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-QI) na avaliação inicial. As intervenções foram fundamentadas na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), com foco em psicoeducação emocional, reestruturação cognitiva, desfusão de pensamentos, técnicas de tolerância à crise (TIP), treino de habilidades sociais e uso da técnica PARE. Para favorecer o vínculo, foi criado um grupo de WhatsApp entre terapeuta e cliente, que funcionou como espaço acolhedor e de continuidade das intervenções. Ao final do processo, foi entregue à cliente um “e-book” com os principais conteúdos terapêuticos trabalhados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao longo do processo psicoterapêutico, foram observadas mudanças significativas no funcionamento emocional e cognitivo e nas relações sociais de Brigitte. Inicialmente marcada por sentimentos intensos de autodepreciação – como a afirmação “*me odeio de todas as formas possíveis*” –, a cliente passou a demonstrar maior autocompreensão e capacidade de olhar para si com mais autocompaixão. Houve redução de comportamentos impulsivos e de autolesão, além do desenvolvimento de estratégias mais adaptativas de enfrentamento a situações desafiadoras, com o uso de cartões de enfrentamento e treino comportamental.

Brigitte apresentou melhora na autoestima, maior consciência emocional e capacidade de refletir antes de agir, o que favoreceu também o estabelecimento de limites em relações interpessoais. Observou-se, ainda, uma diminuição de comportamentos indicativos de dependência emocional e um avanço expressivo na perspectiva de futuro, saindo de uma posição de desesperança e ideação suicida para uma vivência mais esperançosa e engajada com seus objetivos.

O caso de Brigitte ilustra como múltiplas camadas de violência e negligência se articulam no desenvolvimento de padrões desadaptativos. Essa perspectiva é percebida por abordagens que destacam os efeitos cumulativos e sobrepostos da violência ao longo da vida (Geffner *et al.*, 2022). Desde a infância, a cliente esteve exposta a um ambiente hostil, sem figuras cuidadoras consistentes, internalizando crenças de desamor, insuficiência e insegurança. O processo terapêutico com base na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) buscou intervir nesses esquemas, promovendo maior autorregulação emocional, reestruturação de pensamentos disfuncionais e fortalecimento da autoestima e da autocompaixão.

Cumprе destacar que o suporte contínuo via grupo de WhatsApp com os estagiários foi uma estratégia que favoreceu o vínculo terapêutico e o engajamento da cliente. Esses elementos ressaltam a importância de uma atuação clínica sensível às condições reais de vida das pessoas atendidas. A experiência com Brigitte reforça o potencial da TCC, quando adaptada de forma criativa e acolhedora, como ferramenta eficaz para o cuidado de jovens em situação de vulnerabilidade psíquica e social. A escuta empática, o reforço positivo e a

construção de um espaço terapêutico seguro mostraram-se fundamentais para o avanço do processo, indicando caminhos para futuras intervenções em contextos semelhantes.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders**. 5-TR ed. Washington: American Psychiatric Association, 2023.

ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA. **DSM-5-TR: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. 5 Ed. Rev. Porto Alegre: Artmed, 2022.

ANDA, R. F. et al. The enduring effects of abuse and related adverse experiences in childhood. **European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience**, v. 256, n. 3, p. 174–186, 2006.

BECK, J. S. **Terapia cognitivo-comportamental**. 3. ed. [s.l.] Artmed Editora, 2021.

ENNIS, N.; SIJERCIC, I.; MONSON, C. M. Trauma-focused cognitive-behavioral therapies for posttraumatic stress disorder under ongoing threat: A systematic review. **Clinical Psychology Review**, v. 88, n. 1, p. 102049, maio 2021.

FELITTI, V. J. et al. Relationship of Childhood Abuse and Household Dysfunction to Many of the Leading Causes of Death in Adults. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 14, n. 4, p. 245–258, maio 1998.

FELITTI, V. J.; ANDA, R. F. The relationship of adverse childhood experiences to adult medical disease, psychiatric disorders and sexual behavior: implications for healthcare. In: LANIUS, R. A.; VERMETTEN, E.; PAIN, C. (Ed.). The impact of early trauma on health and disease: the hidden epidemic. Cambridge: **Cambridge University Press**, 2010. p. 77-87.

GABRIEL-VACHER, N.; CAPELLA, C. Experiências Adversas na Infância e seus Efeitos na Parentalidade: uma Revisão de Escopo. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 16, n. 1, p. 60, 4 dez. 2024.

GIANO, Z.; WHEELER, D. L.; HUBACH, R. D. The frequencies and disparities of adverse childhood experiences in the U.S. **BMC Public Health**, v. 20, n. 1, 10 set. 2020.

HABIGZANG, Luisa Fernanda; PETERSEN, Mariana Gomes Ferreira; MACIEL, Luisa Zamagna. Terapia Cognitivo-Comportamental para mulheres que sofreram violência por seus parceiros íntimos: Estudos de casos múltiplos. **Ciências Psicológicas**, v. 13, n. 2, p. 249-264, 2019.

LIPPARD, E.; NEMEROFF, C. The Devastating Clinical Consequences of Child Abuse and Neglect: Increased Disease Vulnerability and Poor Treatment Response in Mood Disorders. **American Journal of Psychiatry**, v. 177, n. 1, p. 20–36, 20 set. 2020.

LUCENA, K. D. T. DE *et al.* Analysis of the cycle of domestic violence against women. **Journal of Human Growth and Development**, v. 26, n. 2, p. 139–146, 29 ago. 2016.

MERRICK, Melissa T.; PORTS, Katie A.; FORD, Derek C.; *et al.* Unpacking the impact of adverse childhood experiences on adult mental health. **Child Abuse & Neglect**, v. 69, n. 1, p. 10–19, 2017.

NIOLON, Phyllis Holditch *et al.* The evolution of interpersonal violence research and prevention across the lifespan in the United States: the past, present, and future. In: **Handbook of Interpersonal Violence and Abuse Across the Lifespan: A project of the National Partnership to End Interpersonal Violence Across the Lifespan (NPEIV)**. Cham: Springer International Publishing, 2021. p. 01-27.

OMS: 1 bilhão de crianças sofrem violência e menos de 10% recebem ajuda. Disponível em: <https://news.un.org/pt/story/2024/11/1840356>.

PEREIRA, Flávia Garcia ; VIANA, Maria Carmen. Adaptação transcultural do Adverse Childhood Experiences International Questionnaire. **Revista de Saúde Pública**, v. 55, p. 79, 2021.

PESCE, Renata. **Violência familiar e comportamento agressivo e transgressor na infância: uma revisão da literatura**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 14, p. 507-518, 2009.

PETERSEN, Mariana Gomes Ferreira; ZAMORA, Júlia Carvalho; FERMANN, Ilana Luiz; *et al.* Psicoterapia cognitivo-comportamental para mulheres em situação de violência doméstica: revisão sistemática. **Psicologia Clínica**, v. 31, n. 1, p. 145–165, 2019.

PETRUCCELLI, K.; DAVIS, J.; BERMAN, T. Adverse childhood experiences and associated health outcomes: A systematic review and meta-analysis. **Child Abuse & Neglect**, v. 97, n. 97, p. 104127, nov. 2019.

SANTOS, S. S. DOS; DELL'AGLIO, D. D. Compreendendo as mães de crianças vítimas de abuso sexual: ciclos de violência. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 25, n. 4, p. 595–606, dez. 2008.

VIGNOLA, Rose Claudia Batistelli. **Escala de depressão, ansiedade e estresse (DASS): adaptação e validação para o português do Brasil**. 2013. 80 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) - Universidade Federal de São Paulo, Instituto de Saúde e Sociedade, Santos, 2013.