



CENTRO UNIVERSITÁRIO DR. LEÃO SAMPAIO – UNILEÃO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

GIOVANNA CRISTINA PEREIRA TORRES

**OS ELEMENTOS E POSSIBILIDADES DO ATENDIMENTO PSICOTERAPÊUTICO
ON-LINE**

Juazeiro do Norte
2020

GIOVANNA CRISTINA PEREIRA TORRES

**OS ELEMENTOS E POSSIBILIDADES DO ATENDIMENTO PSICOTERAPÊUTICO
ON-LINE**

Trabalho de conclusão de curso apresentada à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, como requisito para a obtenção do grau de bacharelado em Psicologia.

Juazeiro do Norte
2020

GIOVANNA CRISTINA PEREIRA TORRES

**OS ELEMENTOS E POSSIBILIDADES DO ATENDIMENTO PSICOTERAPÊUTICO
ON-LINE**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à coordenação do curso de
Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão
Sampaio, como requisito para obtenção de
grau de Bacharelado em Psicologia.

Aprovado em: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

JOAQUIM IARLEY BRITO ROQUE
Orientador(a)

MARCUS CEZAR DE BORBA BELMINO
Avaliador(a)

JOEL LIMA JUNIOR
Avaliador(a)

OS ELEMENTOS E POSSIBILIDADES DO ATENDIMENTO PSICOTERAPÊUTICO ON-LINE

Giovanna Cristina Pereira Torres¹
Joaquim Iarley Brito Roque²

RESUMO

Com o objetivo de apresentar as diversas possibilidades do atendimento psicoterapêutico online, este artigo apresenta um breve histórico da psicologia no Brasil, perpassando sobre a colonização do país até pousar o olhar para as causas sociais e atentar-se da importância das ciências psicológicas em sua sociedade. Após isso, é investigado sobre o desenvolvimento e ascensão da internet e seus meios de comunicação, como forma de influenciar o ser humano em seu dia a dia e, em suma, compreendendo como esta ferramenta pode ser utilizada no fazer clínico da psicologia, ressaltando suas vantagens e desvantagens neste meio. Por fim, é discutido o que é a psicoterapia online, suas possibilidades e relevância diante da atualidade. Experimenta-se também, um olhar atento a relação terapêutica ali estabelecida e ao código de ética da psicóloga assim como para a resolução que autoriza a realização da psicoterapia através das tecnologias da informação. Este trabalho refere-se a uma pesquisa de natureza qualitativa, descritiva e exploratória. A descrição tem um caráter ensaístico desempenhado com base nos estudos realizados por meio do acervo literário existente sobre a temática proposta.

Palavras-chave: Psicoterapia. Online. Internet. Psicologia.

ABSTRACT

In order to present the various possibilities of online psychotherapeutic care, this article presents a brief history of psychology in Brazil, going through the colonization of the country until looking at social causes and paying attention to the importance of psychological sciences in their society. After that, it is investigated about the development and rise of the internet and its means of communication, as a way of influencing human beings in their daily lives and, in short, understanding how this tool can be used in the clinical practice of psychology, highlighting their advantages and disadvantages in this medium. Finally, what is discussed is online psychotherapy, its possibilities and relevance in the face of current events. It is also experienced, a close look at the therapeutic relationship established there and the code of ethics of the psychologist as well as the resolution that authorizes the realization of psychotherapy through information technologies. This work refers to a qualitative, descriptive and exploratory research. The description has an essayistic character based on studies carried out through the existing literary collection on the proposed theme.

Keywords: Psychotherapy. Online. Internet. Psychology.

¹ Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. E mail: g_annatorres@hotmail.com

² Docente do curso de psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio. Doutor em Educação (UFC). E mail: joaquimiarley@leaosampaio.edu.br

1 INTRODUÇÃO

Este artigo visa entender os elementos e possibilidades do fazer psicológico em um ambiente diferenciado. Compreendendo a relevância e dimensão que a tecnologia vem tomando na atualidade leva-se em consideração falar sobre a importância do desenvolvimento da ciência psicológica neste espaço. Sendo assim, notou-se que a busca por tal modalidade vem aumentando cada vez mais e, portanto, os estudos e pesquisas sobre a psicoterapia online crescem a cada dia.

Tem como objetivo geral investigar as possibilidades da psicoterapia online como ferramenta para o enfrentamento do sofrimento psíquico de uma pessoa que esteja impossibilitada de locomover-se ou simplesmente opte pelo atendimento online.

Desta forma, é essencial compreender as limitações que rodeiam este campo tanto quanto suas vantagens e benefícios para os envolvidos. É fundamental também o entendimento do histórico da psicologia no Brasil, em que época chegou ao país e como era vista e aceita pela sociedade, assim como o seu reconhecimento enquanto ciência e profissão, para mais adiante ser discutido a regulamentação da sua prática online, suas exigências e possibilidades neste âmbito.

Em meio ao aprofundamento sobre esta temática, tornou-se necessário também o conhecimento sobre o processo evolutivo da tecnologia, compreendendo sua influência sobre os sujeitos em suas relações cotidianas. Com isso foi indispensável debruçar-se mais uma vez sobre um período histórico a respeito da criação e popularização da internet, entendendo seu desenvolvimento veloz e as ricas possibilidades oferecidas por este meio.

Para tanto, é preciso compreender as duas modalidades que compõem a psicoterapia online, sendo elas síncronas e assíncronas. No que diz respeito a primeira, trata-se de uma abordagem no qual a psicóloga marcará um horário em tempo real no qual poderá se sujeitar a uma videoconferência por um tempo limitado, assim como é observado na clínica presencial. Por outro lado, na abordagem assíncrona, a terapeuta não precisará estar presente simultaneamente. Seu cliente pode manifestar-se de acordo com os acontecimentos no seu dia a dia, por meio de mensagens. (MAROT; FERREIRA, 2008)

De acordo com a resolução 11/2018 publicada pelo Conselho Federal de Psicologia, no Brasil é constitucionalmente legal a realização de psicoterapias online

na abordagem sincrônica e assíncrona.

Para alcançar o objetivo apresentado anteriormente, este artigo se realiza a partir de uma pesquisa bibliográfica de natureza qualitativa, descritiva e exploratória, baseando-se no acervo literário existente nas renomadas plataformas online, como Pepsic, Scielo e Redalyc e consultado os sites oficiais do CFP (Conselho Regional de Psicologia), código de ética da psicóloga e demais resoluções. Foram utilizados os descritores psicoterapia, online e resolução 11/2018 para a busca de literaturas que fossem compatíveis com a temática proposta.

De acordo com Gil (2017) a pesquisa bibliográfica consiste em uma leitura de um material já existente, ou seja, será baseada em artigos, livros, revistas, dissertações, anais e eventos científicos já publicados.

É substancial que a psicóloga do século XXI atualize-se diante das possibilidades de seu atendimento. Conheça os elementos e possibilidades deste campo, para que em casos essenciais ou opcionais sejam realizados atendimentos de forma ética e segura baseando-se em teorias e práticas já existentes e apresentadas pela literatura, conhecendo o percurso da psicologia no Brasil, bem como sua regulamentação no atendimento online.

2 BREVE HISTÓRICO DA PSICOLOGIA NO BRASIL

Foi no período colonial onde o Brasil pôde desenvolver sua economia, adentrando-se ao capitalismo ainda sob o domínio dos portugueses. Desta forma, o Brasil designou-se em uma colônia de exploração pelos seus colonizadores, com foco e objetivo na produção de riquezas pela mão de obra de escravos. Ao fim da escravidão, no início do século XIX, obteve-se grandes transformações na estrutura econômica do país, observando mudanças nos diversos aspectos impostos em seu auge (ANTUNES, 2012).

Com a chegada da família real e posteriormente com a implementação do regime imperial, muitas políticas de ação social foram instauradas e, a partir deste momento, começou-se a pensar sobre o desenvolvimento intelectual, abrindo portas para universidades, editoras e diversas instituições nos núcleos urbanos. Este foi um período de grande abundância para psicologia e as questões sociais tornaram-se o principal foco do momento (ANTUNES, 2012).

O primeiro laboratório experimental de psicologia foi inaugurado em 1879 na Alemanha por Wilhelm Wundt. O trabalho lá desenvolvido, proporcionou ampliação para a psicologia, tomando espaço nas universidades e intensificando os estudos neste campo. Por sua vez, a autonomização da psicologia ocorreu ainda no século XIX entre o começo da década de 30 e foi gradativamente ganhando espaço e reconhecimento como ciência (ANTUNES, 2014).

As primeiras contribuições para a psicologia no Brasil foram ressaltadas por médicos em seus estudos e teses, no qual aprofundaram-se em aspectos históricos, sociais, antropológicos e culturais. Seus interesses rodeavam as áreas de neuropsiquiatria, neurologia e psicofisiologia, relacionando a psicologia com estas áreas (SOARES, 2010).

O crescimento da publicação em Psicologia, e sua adoção nos cursos e no ensino, todavia, somente ocorrerá a partir de meados dos anos 80. Diversos fatores desencadearam esse processo: a pós-graduação que, iniciada em 1964, na UnB, e logo abortada, se firma a partir de 1967 com o curso da PUC-Rio, o crescente número de cursos de graduação, a psicologização da sociedade brasileira a partir dos anos 70, como já foi analisado por diversos autores (ver, por exemplo, Figueira, 1981; Duarte, 1986; Russo, 1993), que leva a um interesse cada vez maior pela Psicologia. Começa, então, um processo de reflexão sobre a necessidade de maior conhecimento da realidade brasileira e, em consequência, de produções e de ensino de Psicologia baseados nessa realidade (VILELA, 2012, p. 40).

A regulamentação da psicologia no Brasil, enquanto ciência e profissão, ocorreu na década de 50, onde surgiram diversos pesquisadores e estudiosos com seus projetos e trabalhos acerca deste campo. E, somente após um longo período de muitas conquistas e dificuldades, estudos e projetos apresentados, emendas e reformulações sobre sua prática, a psicologia foi legalmente apresentada e aprovada no Brasil através da lei nº4119/62 (BAPTISTA, 2010).

3 ASCENÇÃO DOS MEIOS DE COMUNICAÇÃO ON-LINE

A internet, que também pode ser nomeada de rede, é um sistema de computadores que estão mundialmente conectados. Os aparelhos roteadores dispõem de informações que se conectam a provedores de acesso regional, assim estabelecendo outra conexão nacional e, por fim, mundial. Ela surgiu em meados da década de 60, num período pós segunda guerra mundial e no auge da guerra fria (COMER, 2016).

Com a necessidade de trocar informações de forma segura e sigilosa foi criado a ARPANET, uma rede de telecomunicação facilitando o compartilhamento destes dados. Na década de 70, com a diminuição de ataques provindos da guerra fria, a ARPANET, mostrando-se extremamente eficaz, teve seu acesso liberado para fins acadêmicos e instituições governamentais. Observando a popularização da ARPANET, entre os anos 80 e 90, foi necessário dividi-la entre duas redes, sendo a MILNET utilizada para fins militares com a mesma finalidade da qual foi criada, e a ARPANET destinada ao uso pessoal (CASTELLS, 2003).

Na década de 90 a internet chega ao Brasil de forma discada, ou seja, necessitando de uma linha telefônica para ser acessada. Este tipo de acesso apesar de ser o único para o período, deixava muito a desejar com suas falhas e limitações, e assim, com o avanço tecnológico, foram desenvolvidos novos tipos de rede, como as adquiridas por moldems, via rádio, cabo, por fibra óptica, entre outros. Ao longo dos anos o acesso à rede também passou por muitas evoluções, facilitando a democratização do acesso e melhorando a qualidade do sinal, velocidade e transferência de dados, sucedendo em algo semelhante a uma inteligência artificial (CARVALHO, 2006).

A experiência na atualidade dada pela inserção da internet no meio social, mostra-se rica em funções que variam desde entretenimento até como ferramenta de trabalho. Para tanto, torna-se possível a realização de compras e vendas, pagamentos, acessos bancários e sigilosos, aplicativos de comunicação e interação social, participação em conferência e aulas virtuais, competições, jogos diversos, plataformas de streams com acesso a séries e filmes, redes sociais, entre outras infindáveis opções. O acesso à internet é percebido desde pessoas muitos jovens, ou mesmo crianças, até os idosos, mesmo apresentando qualquer dificuldade. (MOREIRA, 2010).

Esta ferramenta concedeu ao ser humano uma experiência de contato para além da esfera geográfica, onde duas ou mais pessoas em lugares diferentes pudessem manter contato e trocar informações, além de oferecer uma gama de conteúdos no qual muitas vezes não são encontrados em lugares fisicamente próximos (FILHO, 2014).

Desta forma, com a modernização e ampliação do mundo tecnológico nas relações sociais, pessoais, trabalhistas, governamentais, entre outras, como já

discutidas nos parágrafos acima, a psicologia adentrou-se timidamente às plataformas digitais, atualizando o exercício de suas práticas em âmbitos diversos, tendo como objetivo proporcionar a saúde mental das pessoas que necessitam de tal modalidade nas condições propostas (ASSI, THIEME, 2019).

De acordo com Crestana (2015) a psicoterapia online prova-se tão eficaz quanto a psicoterapia presencial. Porém, a flexibilização deste procedimento exige habilidades diferentes das comumente utilizadas no atendimento face a face. Neste caso, a profissional de psicologia pode passar por treinamentos voltados para melhor lidar com situações que fogem do seu controle, como o rompimento da conexão por falha da internet e outros imprevistos. Tais manejos também são assegurados pela regulamentação e do CFP ao atendimento online adiante discutidos.

4 CONHECENDO A PSICOTERAPIA ONLINE

A psicoterapia online é um tipo de atendimento realizado através das tecnologias da informação, proporcionando a oportunidade de um acompanhamento com a psicóloga em condições não presenciais, face a face, mas mediadas por plataformas com acesso gratuito ou pago disponíveis tanto para celulares quanto para computadores, sendo assim então uma forma ampla favorecendo o contato entre os interessados. Para que seja possível iniciar a sessão psicoterapêutica é necessário que a psicóloga e seu consulente possuam boa conexão com a internet (RODRIGUES; TAVARES, 2016).

Compreende-se a internet como a principal forma de comunicação na atualidade, tendo em vista o rápido desenvolvimento tecnológico e a facilidade ao acesso com estes dispositivos na sociedade contemporânea, sejam eles através de celulares, tablets, notebooks, ipads entre outros, assim como a sua necessidade para realização de trabalho, comunicação ou até mesmo divertimento. Por meio disso, tornou-se preciso pensar em um lugar para o espaço clínico dentro dessas ferramentas, ampliando a dimensão do contato e adentrando-se a tecnologia em um ambiente configurado como “cyberespaço” por Lévy (1999).

De fato, nos dias atuais, há um grande número de pessoas que cresceram usando computadores e utilizando a internet. Jovens com menos de trinta anos de idade já manuseavam computadores com eficiência antes mesmo de serem alfabetizados. Comunicar-se pela web é para essas pessoas algo tão natural quanto o é para pessoas de meia-idade conversar sentadas no

sofá da sala (RODRIGUES, 2014, p. 10).

O ambiente psicoterapêutico online tornou-se uma prática legal e regulamentada no Brasil pelo CFP na resolução 11/2018 sendo realizadas modificações necessárias em um cenário de pandemia pela mutação do vírus COVID-19 que se estabeleceu em março de 2020.

Sendo a telepsicoterapia uma extensão da telessaúde, ou seja, uma prática mediada pelas tecnologias da informação, é preciso refletir sobre seus benefícios e desvantagens. Assim sendo, além desta modalidade ofertar comodidade e conveniência na atualidade, mostra-se como uma opção extremamente eficaz e importante visto a condição física ou de mobilidade de cada pessoa, pensando também nestas que viajam frequentemente, que tem uma agenda superlotada ou que seja portador de alguma condição física ou psicológica que a impeça de locomover-se (ROMANO, SANTOS, ALVES, 2019).

Por outro lado, Romano, Santos, Alves (2019) ainda pontua que a telepsicoterapia não é em sua totalidade positiva. Percebe-se aqui, a perda do contato olho a olho, diminuição da espontaneidade nas respostas da pessoa, o elitismo, uma vez que parte da população não tem acesso a internet e, também, a maior probabilidade na quebra de sigilo. Ocorre ainda a chance que o sujeito não apresente sua real identidade, encobertas pela falta de segurança estabelecida pela internet. Ademais há a dificuldade na manifestação e identificação de sentimentos e pontuações precisas e, além disso, o psicólogo poderá deparar-se com diferentes culturas.

4.1 A PRÁTICA E A ÉTICA NO EXERCÍCIO DA PSICOTERAPIA ONLINE

Ao ser discutido uma prática recente, como a telepsicologia, torna-se necessário discutir a conduta ética que precisa estar atrelado a tal manejo. Sendo assim, é preciso rememorar seu conceito para aprofundar a discussão a seguir. A ética trata-se de princípios transculturais que guiam a conduta do sujeito, como este deve se portar em sociedade e ter consciência de seus próprios comportamentos, sendo livre e responsável por eles (ARISTÓTELES, 2010).

Por sua vez, o código de ética da psicóloga é regido por leis e resoluções que guiam a prática. Concebe também a importância do papel social deste profissional em

meio a situações delicadas atreladas a dilemas éticos. Por conseguinte, o código de ética da psicologia foi desenvolvido com a participação de múltiplos psicólogos onde investigavam os melhores manejos de forma responsável e mantendo o compromisso em prol da cidadania. Neste instrumento é possível notar mais uma resposta reflexiva do que somente uma conjuntura de regras e diretrizes a serem cumpridas por seus profissionais, não descartando a necessidade e obrigatoriedade de sua execução de forma correta como se é estabelecida pelo próprio documento (ROMARO, 2013).

Com isso, é importante conhecer os aspectos éticos e essenciais que garantem a segurança deste serviço. Para tanto, é imprescindível o psicólogo basear-se em teorias científicas, assim como é feito na clínica presencial, além de manter seu exercício respaldado nos princípios do código de ética e legislações correlatadas da profissional psicóloga e psicólogo. Nesta resolução, também é situada a adesão deste serviço em situações de urgência e emergência, situações de emergência e desastre e o atendimento às pessoas que encontram em situação de direitos violados. A regulamentação do atendimento psicoterápico online, seja de forma sincrônica ou assíncrona, é legal no exercício de toda abordagem científica psicológica, para diferentes tipos de consultas ou processos de seleção pessoal (CFP Nº 11/2018).

A realização de psicoterapia mediada pelas tecnologias da informação e comunicação também podem ser realizadas de formas grupais, individuais, como consulta ou atendimento psicológico, com a finalidade de avaliação, orientação, supervisão e intervenção. Contudo, a psicóloga necessita estar habilitada para prestação deste serviço, ou seja, para a realização de qualquer modalidade citada acima, é necessário que a profissional esteja devidamente condicionada registrada a um cadastro prévio junto ao site do conselho federal de psicologia. Obtendo a aprovação deste, o cliente ou qualquer outra pessoa, poderá consultá-lo na mesma plataforma para ter ciência de sua prática legal. A psicóloga deverá manter seu cadastro de autorização para psicoterapia online sempre atualizado, podendo ter sua permissão suspensa no ato de não seguir este protocolo. Caso a psicóloga mantenha atendimentos sem este devido cadastro e posteriormente obtendo sua aprovação, estará cometendo uma falta disciplinar (CFP Nº 11/2018).

A avaliação psicológica é uma prática válida nos atendimentos online, de forma que os testes psicológicos utilizados sejam autorizados pelo SATEPSI (Sistema de Avaliação de Testes Psicológicos), a serem executados de forma online. Vale

ressaltar que nem todos os testes existentes podem ser ministrados através de uma plataforma digital, desta forma fica na obrigatoriedade e responsabilidade do psicólogo pesquisar o acervo existente, localizado no site, para este tipo de atendimento. No entanto, compreende-se a limitação desse procedimento de forma online. É substancial pensar nas características da pessoa que se submeterá ao teste online, tais como sua idade, seu grau de instrução, condições físicas e psíquicas, conhecimento e habilidade com as ferramentas tecnológica e aspectos culturais. Ademais, deve ser pensado também nas dificuldades e interferências que possam surgir com a mediação da tecnologia, tal como rompimento da conexão, dificuldade de manuseio em alguns testes e a falta de conforto auditivo e visual (MARASCA, et al. 2020).

Tem-se a análise psicodinâmica do trabalho como outra alternativa para o atendimento online na clínica do trabalho. Tratando de aspectos que envolvem a organização do trabalho, o sofrimento e as estratégias defensivas de cada sujeito. Esta modalidade tornou-se possível como opção para o trabalhador em estado de sofrimento psíquico que não pode dirigir-se a um espaço presencial. Por se tratar de um atendimento online, este está sujeito as demais interrupções já comentadas outrora, e, portanto, causando o sentimento de angústia e dificultando o processo. No entanto, embora ocorram tais imprevistos, a prática obteve resultados extremamente satisfatórios de acordo com a pesquisa de Galvão (2019).

A telepsicoterapia é um exercício realizado há muitos anos em países como os Estados Unidos, Austrália, Alemanha e Inglaterra e, sendo regulamentada pelo Brasil apenas em maio de 2018 pelo CFP (Conselho federal de psicologia), na resolução Nº 11/2018 que revoga a resolução de Nº 11/2012, no qual não era legalmente autorizado esta prática, apenas em circunstâncias acadêmicas e experimentais. Apesar disso, nota-se que esta área é pouco estudada e constam um número mínimo de pesquisas sobre o assunto (BARBEIRO; REIS, 2018).

4.2 A RELAÇÃO TERAPÊUTICA NO AMBIENTE DIGITAL

Neste tópico, será discutido a importância da relação terapêutica estabelecida em uma sessão de psicoterapia, sabendo da sua relevância na clínica presencial e compreendendo como esta acontece em um ambiente online. Assim sendo, torna-se

necessário relembrar este conceito. Sabe-se que a psicologia é formada por várias correntes e escolas, sejam elas humanistas, behaviorista, psicanalista, ou outras, possuindo métodos científicos e modelos de abordagens elaborados por diferentes teóricos. Apesar disso, a relação terapêutica se constitui em cada uma das abordagens existentes, mesmo que manifestadas e analisadas de diferentes formas (COIMBRA; GUERRA; VASCO, 2017).

Sabe-se que a relação terapêutica foi uma contribuição relevante psicanalista trazida primeiramente por Freud em seus estudos, onde constituiu o conceito de transferência positiva, que diz respeito aos sentimentos afetuosos e de apreço, e a transferência negativa, no qual o sujeito poderia manifestar sentimentos hostis direcionados ao terapeuta. Tal conceito foi subsequentemente estudado e elaborado por outros teóricos em outras escolas da psicologia. A relação terapêutica contribui para que o processo entre a psicóloga e seu consulente mantenham uma sincronia afetiva direcionada através de um sentimento em comum, de interesse em ajudar e ser ajudado, assim como o estabelecimento de confiança para que este seja um espaço de fala, sem preceitos ou julgamentos, onde o sujeito possa expressar abertamente de sua dor e sofrimento psíquico e qualquer outra questão que ache necessária para este momento (PIETA; GOMES, 2017).

Ao procurar a psicoterapia, Petterson, Eisenberg (1988) esclarece que o cliente pode se demonstrar, em suma, com altos níveis de ansiedade, sentimentos no qual não conseguem controlar, como a tensão, entre outras variantes. Há também quem chegue hesitante e desconfiado ao atendimento com a psicóloga, e o primeiro contato torna-se fundamental para a evolução do processo terapêutico e desenvolvimento dos principais elementos da aliança terapêutica, como a confiança, a conexão e a empatia. Assim sendo este autor ainda sinala que:

Construir relações é o primeiro passo essencial do processo de aconselhamento. [...] deve-se dedicar tempo e energia para se desenvolver uma relação que possa ser caracterizada por confiança mútua, franqueza, bem-estar e otimismo quanto à importância de sessões contínuas de aconselhamento. Essas condições de apoio fornecem a base necessária para o processo evoluir numa experiência mais profunda [...] (PETTERSON, EISENBERG, 1988, p. 37).

Baseando-se na relação psicoterapêutica online, Pieta (2014) realizou uma pesquisa comparativa entre a modalidade presencial e online. Com isso, foi possível perceber que os resultados atrelados a relação terapêutica são quase tão satisfatórios quanto aos percebidos na psicoterapia face a face. Por ser online, percebeu-se um

certo incômodo e tensão, devido às possibilidades da quebra de sigilo diante as circunstâncias, além das interrupções causadas por falhas da conexão. No entanto, as dúvidas foram esclarecidas e assim foi possível desenvolver a confiança entre cliente e psicóloga, estabelecendo um contrato terapêutico e informando sobre todo o procedimento, a necessidade de privacidade e o sigilo em ambas as partes.

Ao adentrar-se sobre o público que busca a psicoterapia online, percebe-se que não há uma demanda ou perfil específico. Notou-se ainda que, a imagem tradicional do psicólogo é estabelecida através de um atendimento clínico exclusivamente presencial, ocorrendo a surpresa com a descoberta de uma nova possibilidade online, em maior parte vinda dos clientes. E, no ato de experienciar a telepsicoterapia, com a possibilidade de uma menor inibição proporcionada pela distância e computadores, a relação terapêutica pode ser estabelecida com uma maior facilidade a depender da espontaneidade e segurança estabelecida pelo cliente e psicóloga. Desta forma, constata a eficiência da aliança terapêutica, mesmo em um ambiente online incompleto e falho (SIEGMUND; LISBOA, 2015).

5 CONCLUSÃO

Com base no estudo acima, foi possível constatar as possibilidades do atendimento online, bem como suas vantagens e suas desvantagens por ser utilizado as tecnologias da informação como mediação, um recurso consideravelmente novo, com desenvolvimento grandioso, possibilitando a total dependência à sociedade contemporânea.

Para compreender melhor o percurso da regulamentação da psicoterapia online no Brasil, foi necessário analisar o seu desenvolvimento por completo no país e no mundo, conhecendo o primeiro passo fundamentado na inauguração do laboratório de psicologia experimental na Alemanha, e conseguinte observando em qual momento a psicologia instaurou-se no Brasil, caminhando timidamente nas pesquisas acadêmicas até desdobrar-se nas causas sociais emergentes na época, ganhando o reconhecimento de uma ciência necessária que poderia ajudar nas problemáticas daquele período.

Com a ascensão dos meios de comunicação online e suas plataformas digitais expandindo o contato entre os sujeitos que se encontram fisicamente distantes,

percebeu-se a importância deste meio tomando espaço em todo o mundo e modificando hábitos comuns do dia a dia, tal qual é observado na atualidade. Para tanto, a psicologia ganhou lugar no ciberespaço, tornando-se necessária a implementação de mais estudos e pesquisas sobre os seus desdobramentos frente a realização da psicoterapia nas plataformas de comunicação online, como o Skype, Zoom, Google meet, Whatsapp entre outros.

Sendo a telepsicoterapia online, uma prática autorizada no Brasil, de forma síncrona ou assíncrona, precisou-se pensar em circunstâncias possíveis de acontecer seu manejo, seguindo a obrigatoriedade do código de ética da profissional de psicologia e suas normas estabelecidas pelo documento de sua regulamentação. Com isso, percebeu-se que o exercício da psicoterapia online é quase tão eficiente quanto o da psicoterapia presencial. Ressaltando como vantagens sua praticidade e comodidade entre as diversas possibilidades de seu atendimento, sejam eles grupais, de seleção, de avaliação psicológica ou da psicodinâmica do trabalho, levando em consideração a condição física e/ou psicológica do sujeito, sejam elas momentâneas ou permanente.

No entanto, por partir do uso da tecnologia, sendo esta imperfeita e passível de falhas, a psicoterapia pode ser interferida e prejudicada em seu processo. Ou seja, além das problemáticas existentes através da falta de contato do olho no olho, como o estabelecido na sessão presencial, este recurso proporciona a possibilidade da manifestação de uma falsa característica da pessoa, encoberta por uma tela e recurso tecnológico. Reforça-se também a ideia de uma prática elitista, voltada somente a uma parcela da população que se enquadre nos pré-requisitos estabelecidos para ter acesso a esta modalidade, compreendendo que, embora a internet seja em sua maioria acessível a todos as pessoas do país, não é um direito essencial para a sobrevivência dos mesmos e, portanto, nem todas as pessoas possuem conexão com a internet ou aparelho tecnológico que favoreçam seu manejo.

Além disso, torna-se necessário pensar em ações profissionais diante da interrupção da internet, assim como esclarecer para o cliente as possibilidades deste acontecimento a qualquer momento da sessão, retornando o processo assim que possível e garantindo seu acolhimento.

Por fim, concluiu-se que a relação terapêutica pela telepsicoterapia pode acontecer de forma similar à presencial, fundamentando-se nos principais elementos

de sua constituição.

Ao fim desta pesquisa, com a recente regulamentação da mediação tecnológica para a atribuição do contato terapêutico, foi possível observar os possíveis desdobramentos da psicoterapia online e, apesar do aumento na busca deste procedimento, ainda existem poucas pesquisas e estudos baseados em sua funcionalidade. Portanto, pensou-se em investigar sua eficácia bem como suas limitações como proposta de enriquecer e instigar a novos pesquisadores sobre esta temática, pensando em seu desenvolvimento e no aprimoramento de suas técnicas para realização de um fazer clínico mais ético, seguro e cientificamente eficaz.

REFERÊNCIAS

- ANTUNES, M.A.M. A Psicologia no Brasil: um ensaio sobre suas contradições. **Psicologia: ciência e profissão**, Brasília, v.32, n.spe, p.44-65, 2012.
- ANTUNES, Mitsuko Aparecida Makino. **A psicologia no Brasil: leitura histórica sobre sua constituição**. 5ª edição. São Paulo, 2014.
- ARISTÓTELES. *Ética a nicômano*. São Paulo: Martin Claret, 2010. 241 p.
- ASSI, G; THIEME, A.L. Desafios na psicoterapia online: reflexões a partir de um relato de caso de uma paciente com ansiedade. **Perspectivas em Análise do Comportamento**, v.10, n.2, p.267-279, 2019.
- BAPTISTA, M.T.D.S A regulamentação da profissão Psicologia: documentos que explicitam o processo histórico. **Psicologia: ciência e profissão**, Brasília, v.30, n.spe, p.170-191, 2010.
- BARBEIRO, Felipe de Sousa; DOS REIS, Maria Elizabeth Barreto Tavares. Psicoterapia Online Novo Lugar Para A Clínica? In: **Congresso do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da UEL**. v.1, p. 36-40, 2018.
- CARVALHO, M.S.R.M. A trajetória da Internet no Brasil: do surgimento das redes de computadores à instituição dos mecanismos de governança. **Unpublished Estudos de Ciência e Tecnologia no Brasil**, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2006.
- CASTELLS, Manuel. **A galáxia da internet: reflexões sobre a internet, os negócios e a sociedade**. Ed., Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2003.
- COIMBRA, D.A; GUERRA, R; VASCO, A.B Mindfulness e Psychological Mindedness enquanto posturas terapêuticas: Relação com o processo de mudança em psicoterapia. **Análise Psicológica**, v. 35, n. 2, p.145-155, 2017.

COMER, Douglas E. **Redes de Computadores e Internet**. 6 Edição., Bookman Editora, 2016.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Resolução nº 11, de 11 de maio de 2018. Regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meios de tecnologias da informação e da comunicação e revoga a Resolução CFP Nº11/2012; [S. l.], 14 maio 2018.

CRESTANA, T. Novas abordagens terapêuticas-terapias on-line. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, v.17, n.2, p. 35-43, 2015.

GALVÃO, Murylo Galy Argôlo. **Atendimento online em clínica do trabalho: estudo exploratório**. Trabalho de conclusão de curso (Pós-graduação em psicologia social) - Universidade de Brasília, Brasília, 2019.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projeto de pesquisa**. 6º edição. Editora Atlas, 2018.

LÉVY, Pierre. **Cibercultura**. 2º edição. São Paulo: Editora 34, 2010.

MARASCA, A.R et al. Avaliação psicológica online: considerações a partir da pandemia do novo corona vírus (COVID-19) para a prática e o ensino no contexto a distância. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.

MARCONDES FILHO, Ciro. **Para entender a comunicação**. Pia Sociedade de São Paulo, Editora Paulus, 2014.

MAROT, R.S.V; FERREIRA, M.C. Atitudes sobre a aprovação da psicoterapia online na perspectiva da teoria da ação racional. **Interamerican Journal of Psychology**, v.42, n.2, p.317-324, 2008.

MOREIRA, Paula da Silva. **O impacto da internet nas relações humanas**. Rio de Janeiro, 2010. Acessado em 29/06/2020 Disponível em: http://www.avm.edu.br/docpdf/monografias_publicadas/t206277.pdf

PATTERSON, Eisenberg. **O processo de aconselhamento**. 1º Edição. Editora Martins Fontes, 1988.

PIETA, M.A.M; GOMES, W.B. Impacto da relação terapêutica na efetividade do tratamento: o que dizem as metanálises? **Contextos Clínicos**, v.10, n.1, p.130-143, 2017.

PIETA, Maria Adélia Minghelli. **Psicoterapia pela Internet: A relação terapêutica**. 2014. Tese para a obtenção do grau de Doutora em Psicologia - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2014.

RODRIGUES, Carmelita Gomes. Aliança terapêutica na psicoterapia breve online. 2014. 96 f., il. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica e Cultura) — Universidade de Brasília, Brasília, 2014.

RODRIGUES, C.G; TAVARES, M.A. Psicoterapia online: demanda crescente e

sugestões para regulamentação. **Psicologia em Estudo**, v.21, n.4, p.735-744, 2016.

ROMANO, J.H; DOS SANTOS, N.C; ALVES, V.A.F. **A psicoterapia on-line e seus desafios na pós-modernidade**. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium, São Paulo, 2019.

ROMARO, Rita Aparecida. **Ética na Psicologia**. 6 Edição., Editora Vozes, 2016.

SIEGMUND, G; LISBOA, C. Orientação psicológica on-line: percepção dos profissionais sobre a relação com os clientes. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v.35, n.1, p.168-181, 2015.

SOARES, A.R. A Psicologia no Brasil. **Psicologia: ciência e profissão**, Brasília, v.30, n.spe, p.8-41, 2010.

VILELA, A.M.J. História da Psicologia no Brasil: uma narrativa por meio de seu ensino. **Psicologia: ciência e profissão**, Brasília, v.32, n.spe, p.28-43, 2012.