

## **AVENTURA NA TERRA DAS EMOÇÕES: DESBRAVANDO A PSICOTERAPIA INFANTIL**

### **MARIA GLORIA DOS SANTOS SILVEIRA**

Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: gloria\_silveira@outlook.com

### **SARA HELENA DE FREITAS DAMASCENO**

Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: sarafdamasceno@gmail.com

### **SOFIA MEDEIRO DA CRUZ**

Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: sofimedcruz@gmail.com

### **MILENA DE HOLANDA OLIVEIRA BEZERRA**

Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: milenaholiveira@unicatolicaquixada.edu.br

## **RESUMO**

A psicoterapia infantil é um tipo de tratamento psicológico especialmente adaptado para atender às necessidades únicas das crianças. Seu objetivo principal é criar um ambiente seguro e acolhedor no qual as crianças possam expressar suas emoções, explorar suas preocupações e desenvolver habilidades essenciais para enfrentar os desafios da vida. A infância é um período crucial para o desenvolvimento emocional e cognitivo das pessoas. Durante essa fase, questões como ansiedade, medo, problemas de relacionamento comportamentais e traumas podem surgir e ter um impacto duradouro na vida adulta. No contexto da psicoterapia infantil, os terapeutas enfrentam desafios particulares devido às características próprias das crianças. Algumas dessas dificuldades incluem a limitação na expressão verbal das emoções, a construção do vínculo terapêutico e a baixa participação da família no processo. Para superar essas dificuldades, é fundamental que os profissionais desenvolvam habilidades específicas e continuem se atualizando com conhecimentos na área da terapia infantil. Este trabalho acadêmico tem como propósito examinar e discutir as características específicas desse tipo de tratamento, destacando tanto as dificuldades como as possibilidades oferecidas, com um enfoque especial nas intervenções baseadas na abordagem da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), trata-se de um relato de experiência junto ao Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), localizado no município de Quixadá-CE, no período de fevereiro a junho de 2023. Durante as atividades realizadas, destaca-se a orientação sobre o diagnóstico, atendimento individualizado a famílias ou a um membro familiar, psicoeducação para promoção e aceitação da condição do paciente e entre outras atividades. A psicoterapia infantil oferece um leque de possibilidades, percebeu-se que o tratamento tinha maior eficácia quando o familiar ou responsável participava ativamente no processo da criança com práticas educativas e envolvimento na rotina, estabelecendo regras consistentes. Durante o processo terapêutico, as crianças têm a oportunidade de aprender habilidades emocionais essenciais, como a identificação e a expressão adequada de suas emoções. Essas habilidades são fundamentais para um desenvolvimento saudável e um bem-estar emocional duradouro, capacitando-as a enfrentar os desafios que surgirão ao longo da vida. Além disso, a terapia infantil pode promover um impacto significativo no desenvolvimento global da criança. Por meio do tratamento, as crianças adquirem habilidades de enfrentamento saudáveis, desenvolvem uma maior autoestima e autoconhecimento. Essas ferramentas são valiosas, pois acompanham as crianças ao longo de sua jornada, capacitando-as a lidar com os desafios futuros e a estabelecer relacionamentos mais saudáveis e satisfatórios. Em resumo, a psicoterapia infantil desempenha um papel fundamental na promoção do bem-estar emocional e do desenvolvimento saudável das crianças, a família é a interface no processo. Ao criar um ambiente seguro e adequado às suas necessidades, as crianças expressam suas emoções, desenvolvem habilidades de enfrentamento e fortalecem sua resiliência emocional. Essa abordagem terapêutica é essencial para apoiar as crianças em sua jornada de crescimento e proporcionar-lhes as bases sólidas para uma vida adulta mais equilibrada e positiva.

**Palavras-chave:** Psicoterapia infantil. Habilidades emocionais. Terapia cognitiva comportamental.