

## **A RELAÇÃO TERAPÊUTICA NAS ORIENTAÇÕES PSICOLÓGICAS ON LINE: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

BATISTA, Deusiane V. de A.<sup>1</sup>  
Orientadora: Ms. MACHADO, Beatriz<sup>2</sup>

### **RESUMO**

A demanda por serviços online cresce a cada dia, nas mais diversas áreas, inclusive na área da saúde. A solicitação de psicoterapia online tornou-se frequente com o aumento das possibilidades de utilização a tecnologia como ferramenta de atendimento, facilitando na acessibilidade, dentre outras vantagens. Porém, esse serviço só está disponível para a realização de pesquisas no Brasil. Dessa forma, o presente trabalho tem por objetivo mostrar as perspectivas do atendimento psicológico online, por meio de estudos feitos em âmbito nacional e internacional. Foram utilizadas revisões de literatura, pesquisas sobre o tema e resultados, sendo que estas foram realizadas na base de dados nacionais da última década. Faz-se necessário mais estudo sobre a efetividade da psicoterapia e orientação online, pois ainda existem poucos trabalhos realizados no Brasil, bem como realizar testes para avaliar a relação terapêutica com maior número de pessoas. De modo geral, os estudos observados no presente artigo demonstram que a demanda por esse serviço aumenta a cada dia, e que, com o acesso de mais pessoas à internet, essa modalidade será frequentemente solicitada.

**PALAVRAS-CHAVE:** Orientação Psicológica Online, Relação Terapêutica.

### **INTRODUÇÃO**

O uso da internet tem se tornado frequente no mundo todo, sendo um dos meios de comunicação mais utilizados pela humanidade. No Brasil, o número de pessoas é bastante expressivo a cada ano. Segundo dados do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) no ano de 2014, obteve-se 57,5% dos lares brasileiros utilizando a internet numa distribuição

---

<sup>1</sup> Psicóloga Clínica – CRP: 08/23986. Graduada em Psicologia pela Faculdade Integrada INESUL. Email: deusianeadb@gmail.com

<sup>2</sup> Psicóloga Clínica – CRP: 08/03024 no CEFEL. Graduada em Psicologia pela UEL – Universidade Estadual de Londrina. Especialista em Neuropsicopedagogia. Email: byam\_166@hotmail.com

de pessoas com 10 anos ou mais num período de 3 meses, o que equivale a mais da metade da população brasileira.

Além disso, o uso da internet pelo celular aumentou a facilidade do acesso às redes sociais e meios de comunicar-se virtualmente sem a necessidade do computador ou notebook. Numa pesquisa do Suplemento de Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD), o celular está em 92% dos lares do Brasil. Outra pesquisa de 2015, realizada pelo Comitê Gestor da Internet no Brasil (CGI.br) apontou que 81,5 milhões de brasileiros com mais de 10 anos de idade utilizam a internet pelo celular, o que representa 47% da parcela da população, através de entrevistas em 19,2 mil domicílios entre outubro de 2014 e março de 2015.

Com isso, o acesso à internet aumenta por ter um dispositivo de menor custo que computadores e que possui funções próprias que não apenas a conexão com a internet. Essas pesquisas levam a crer que mais pessoas utilizem serviços pela internet, pois se a simples conexão tem sido bastante presente nos dias atuais, possivelmente essas pessoas aproveitem a facilidade de serviços prestados virtualmente, o que torna eminente a demanda por psicoterapia online.

Outra facilidade com o uso da internet pelo celular é o envio de mensagens instantâneas por redes sociais ou aplicativos, que segundo as pesquisas do TIC, já é utilizada por 83% da população. Essa pode ser uma abertura a uma das modalidades de atendimento online, chamada de assíncrona, que também ocorre por mensagens. Assim, com mais pessoas habituadas a essa forma de comunicação, ocorre facilitação no uso de serviços feitos com a mesma modalidade.

Enfim, a internet vem conquistando mais espaço no mundo, tornando-se cada vez mais necessária à comunicação. Para Lévy (apud, RODRIGUES, 2014, p.12)

Ciberespaço é o novo meio de comunicação que surge da interconexão mundial dos computadores. O termo especifica não apenas a infraestrutura material da comunicação digital, mas também o universo oceânico de informações que ela abriga, assim como os seres humanos que navegam e alimentam esse universo.

Dessa maneira, várias áreas dos mais diversos seguimentos de serviços prestados precisam comunicar-se virtualmente, o que ocorre inclusive na área da saúde. Essa demanda tenderá a crescer ainda mais na psicologia, por meio de atendimento online. Para isso, várias pesquisas são realizadas a fim de preparar-se para esse objetivo.

Neste trabalho, apresentar-se-á o histórico dos atendimentos psicológicos online, seu conceito e regulamentação no Brasil. E ainda, numa revisão de literatura, as perspectivas da orientação online e da relação terapêutica nos atendimentos psicoterápicos em terapia breve.

## **HISTÓRICO DOS ATENDIMENTOS PSICOLÓGICOS ONLINE: CONCEITO E REGULAMENTAÇÕES NO BRASIL**

A tecnologia mostra-se imprescindível em nossa sociedade, nas mais variadas situações e contextos, sobretudo após o advento da internet. Muitos setores e serviços que antes eram exclusivamente prestados de forma presencial flexibilizaram-se ou, até mesmo, migraram para atendimento online ao cliente. Na psicologia, essa possibilidade de flexibilização é estudada e discutida por muitos profissionais devido às demandas sociais.

Segundo Rodrigues (2014, p. 17)

A internet traz consigo as salas de aula virtuais, os templos virtuais e os consultórios virtuais, que representam indiscutivelmente não apenas novas possibilidades, mas caminho reivindicado pelas pessoas para encurtar distâncias geográficas, desmaterializar ambientes antes limitados por paredes e criar novos ambientes, exigindo novas habilidades de comunicação, de trocas interpessoais no âmbito clínico, inclusive. Há um campo largo para aprendizagem e ignorar a invasão dessa nova realidade não é uma opção disponível.

O CFP (Conselho Federal de Psicologia) considera em sua resolução N° 011/2012, no capítulo 1, artigo

[...] 1º, § I, que a orientação psicológica ocorra até no máximo 20 encontros, de maneira pontual, para informar e orientar, de forma síncrona, em que ambos se comunicam conectados simultaneamente, ou assíncrona, em que a comunicação não ocorre por conexão simultânea. A psicoterapia online só pode ser realizada em caráter experimental, para contribuir com as pesquisas a respeito dos aspectos éticos e da funcionalidade deste atendimento (CFP, RESOLUÇÃO n° 011/2012, cap. II, art. 9º).

O site para realizar esse tipo de atendimento deverá ser avaliado e regulamentado pelo Conselho, tendo validade de 3 (três) anos a partir do cadastramento, podendo ser renovável pelo mesmo período. Os clientes devem ser devidamente esclarecidos em relação aos recursos tecnológicos utilizados para orientação psicológica ou da psicoterapia online, garantindo, sobretudo, o sigilo de suas informações. Os atendimentos feitos às crianças e adolescentes devem seguir os critérios do Estatuto da Criança e do Adolescente, o Código de Ética Profissional e dispositivos legais cabíveis.

No site, segundo o CFP não são permitidos outros links senão esses: Código de Ética Profissional da(o) psicóloga(o); a resolução N° 011/2012 que trata dos atendimentos online; o site do Conselho Regional de Psicologia em que a(o) psicóloga(o) está inscrita(o) e o site do Conselho Federal de Psicologia, onde se encontra o cadastro do site. Em resumo, estas são determinações a respeito do atendimento realizado via internet, para orientações psicológicas e psicoterapia online.

Portanto, para que exista o atendimento online, devem ser respeitados os critérios estabelecidos pelo CFP e o CRP da região na qual o psicólogo trabalha; além disso, para que se iniciem os trabalhos o site deve passar por aprovação do conselho e, após a aprovação, iniciam-se os trabalhos profissionais.

## **A ORIENTAÇÃO PSICOLÓGICA ONLINE: PERSPECTIVAS**

A demanda pelo atendimento via internet cresce em vários setores, inclusive da saúde, e a psicologia vê cada vez mais a necessidade de utilizar a internet em seus serviços. Segundo Cartreine (apud PIETA et al 2015,p.129), “a psicoterapia pela Internet vem se mostrando uma prática atraente de atendimento à saúde mental, por sua disponibilidade, conveniência, acessibilidade, baixo custo, anonimato, privacidade e redução de estigma”.

É um recurso que tem condições de aumentar a sua utilização e com bons resultados. Pruitt, Luxton, & Shore (apud PIETA;GOMES, 2014) confirmam que o ambiente virtual faria com que os serviços de saúde mental fossem de maior acesso, flexibilidade e menor custo, além de promover a revelação e desinibição pessoal.

Em outros países já são realizadas terapias online, tendo estudos internacionais que demonstram os resultados positivos de vários tipos de intervenção online segundo Siegmund (2015) são: Hedman, Ljótsson, & Lindefors (2012), Newman, Szkodny, Llera, & Przeworski, (2011). Ainda conforme o autor, alguns países como Estados Unidos, Canadá, Inglaterra, Austrália e Alemanha pesquisaram, por aproximadamente 50 anos, a efetividade e eficiência da tecnologia aliada aos tratamentos.

Segundo Da Luz et al (2015), os autores Gibson e Cartwright (2014) observaram vantagens no atendimento de adolescentes utilizando o *smartphone*, estudo feito na Nova Zelândia, que teve como alguns aspectos positivos a privacidade, anonimato, fácil acesso, autonomia, entre outros. Além dessas vantagens, de acordo com Finfgeld (apud RODRIGUES, 2014, p.25), “proporciona maior senso de responsabilidade e autoconhecimento e interpretação dos próprios problemas a partir de sua ótica”.

Existem outras vantagens apontadas pelos autores Lovejoy, Travis I. , Demireva, P., Grayson, J. L. e Mcnamara, O. R.,

[...] auxiliar a psicoterapia presencial, atender pessoas de localidades de difícil acesso ou sem meio de transporte, pessoas com necessidades especiais, idosos, pessoas com pouca disponibilidade de horário ou que viajam frequentemente, para terapia familiar em que os membros moram distantes uns dos outros, baixo custo e tempo para atender presidiários com problemas de saúde mental que necessitem de cuidados constantes (apud RODRIGUES, 2014, p.25).

Conforme a citação acima, o alcance do atendimento psicológico seria maior, ainda mais em locais que tenham dificuldade de acesso e, nos casos de atendimentos para pessoas que estão impossibilitadas de sair de sua casa ou instituição onde residem ou recebem cuidados.

No Brasil, a grande evolução foi no sentido do aumento do limite de sessões para 20 encontros, através da Resolução CFP N° 011/2012, que também ampliou a orientação psicológica online para orientação profissional, afetivo-sexual, ergonômica, e também por trazer o manual de procedimentos em relação ao site e as páginas profissionais (CFP apud SIEGMUND et al, 2015).

Essas são algumas vantagens que as pesquisas e experiências com a psicoterapia e orientação online proporcionam, fazendo com que cada vez mais profissionais e clientes busquem por esse meio de atendimento. Porém, alguns aspectos inerentes à psicoterapia online necessitam de estudos para serem comparados a outras terapias convencionais.

## **A RELAÇÃO TERAPÊUTICA E OS ATENDIMENTOS PSICOTERÁPICOS EM TERAPIAS BREVES**

Nos atendimentos em psicoterapia, um dos aspectos mais relevantes de ser avaliado é a relação terapêutica. Um estudo de revisão de literatura de 1976 e 1994 feito por Luborsky (apud RODRIGUES, 2014, p.19) citou a aliança terapêutica como “a fonte mais popular como observação de medida para prever resultados em terapias, e Clara E. Hill e Sarah Knox (Hill, 2009) a colocam como um mecanismo de mudança essencial para pacientes”.

Porém, uma das principais questões levantadas é a possibilidade de ocorrência da relação terapêutica em terapias breves, sobretudo se for realizada via internet. Segundo Litrell et al (apud VIRGOLINO, 2008), “o termo ‘terapia breve’ pode ser lido de variadas formas, encerrando um conjunto eclético e heterogêneo de intervenções passíveis de diferenciação em termos da duração ou das características essenciais do tratamento.” Dessa forma, há algumas diferenciações em relação à psicoterapia breve em cada abordagem, porém algo que é comum

entre elas é a importância dada à aliança terapêutica<sup>3</sup>, a qual garante o vínculo entre cliente e terapeuta.

O termo psicoterapia breve nasceu da busca de diminuir o tempo do tratamento psicanalítico, e foi criada em 1924 por Ferenczi e Rank (apud CORDIOLI et al 2008), sendo definida por Curwen, Palmer e Ruddell “como uma intervenção terapêutica com tempo e objetivos limitados, visando a diminuição de custos relacionados à intervenção” (apud MORENO; CARVALHO, 2014).

As abordagens que mais utilizam a psicoterapia breve em relação à psicoterapia online são: a psicodinâmica, abordagem psicanalítica (PBP) e a cognitivo comportamental (PBC/C). De acordo com Leichsenring; Rabung; Leibing (apud CORDIOLI et al 2008, p.173)

Estudos sobre a PBP observaram como características mais marcantes o foco no conflito específico definido no começo da terapia, sendo mantido até o final e delimitados os objetivos; dirige a atenção às experiências e sintomas atuais do paciente, bem como a transferência no momento presente, não relacionando ao passado.

Já a PBC/C tem como característica “o estabelecimento de objetivos através da compreensão do diagnóstico do cliente, que se utiliza de determinadas estratégias clínicas que contemplem o alcance desses objetivos através da delimitação de um espaço de tempo que pode ser pré-estabelecido ou não, tendo como alicerces, portanto, o foco, as estratégias e os objetivos.” (FALEIROS; SÁ, apud MORENO; CARVALHO, 2014).

Dessa maneira, cada abordagem delimita os atendimentos conforme a demanda do paciente/cliente, e a quantidade de tempo para conseguir atingir os objetivos traçados. A psicoterapia online no Brasil atualmente possui a possibilidade de 20 sessões, fazendo com que os pesquisadores busquem compreender como se dá a relação terapêutica na terapia breve.

Segundo Virgolino (2008, p. 3)

O foco na brevidade do processo terapêutico recebeu um marcado contributo com os trabalhos pioneiros de Weakland, Fisch, Watzlawick, e Bodin (1974), mas tem-se acentuado perante as necessidades crescentes da actual sociedade de consumo em relação a uma psicoterapia mais imediata e eficiente (Clouthier, Fennema, Johnston, Veenendaal, & Viksne, 1996; O’Hanlon & Weiner-Davis, 1989; Slive, MacLaurin, Oakander, & Amundson, 1995), que conduziram teóricos e clínicos a desenvolverem modelos, estratégias e técnicas que permitissem acelerar a mudança (Littrell, Malia, & Vanderwood, 1995).

---

<sup>3</sup> Aliança terapêutica “(AT) designa a capacidade do paciente de estabelecer uma relação de trabalho com o terapeuta, em oposição às reações transferenciais regressivas e à resistência” (ELZIRIK; LIBERMANN; COSTA apud CORDIOLI, 1998, p.73).

Observa-se, portanto, a objetividade nos atendimentos em psicoterapia breve e, a fim de que os resultados sejam favoráveis, a partir desses estudos, foram criadas algumas técnicas e estratégias para que o cliente seja atendido em suas demandas e a psicoterapia tenha efetividade. Estudos de Horvath e Symonds (apud PRADO, 2002) apontam que a duração do tratamento não prediz os resultados da aliança terapêutica, e sim, o comportamento do terapeuta, o qual influencia diretamente na formação do vínculo com o paciente.

Outros autores em suas revisões de literatura mostram que a relação terapêutica acontece nas primeiras três ou quatro sessões segundo Prado e Meyer (2006), GARFIELD (1995), HORVATH (1994), LUBORSKY, (1994). Contudo, há que se considerar certas restrições ou fatores que dificultariam o atendimento de pacientes em terapia breve.

Sifneos (apud RODRIGUES, 2014, p.33) aponta algumas dessas restrições: pacientes com histórico de tentativas de suicídio, pacientes com dificuldade em lidar com a realidade, seja por fatores biológicos, genéticos ou de ambiente, pois necessitam de atendimento prolongado aliado a medicações e, em algumas situações, de hospitalização psiquiátrica.

Dessa maneira, há que se atentar ao fato de que os pacientes atendidos tenham demandas de resolução mais breve; e a psicoterapia deve ser focada em um tema específico, sendo que as demais demandas que surgirem deverão ser encaminhadas, posteriormente, a outro profissional da área.

## **A RELAÇÃO TERAPÊUTICA NAS ORIENTAÇÕES PSICOLÓGICAS ONLINE: REVISÃO DE LITERATURA**

Até o momento presente, a maior quantidade de estudos, pesquisas e instrumentos de avaliação são internacionais. Há o estudo de Sander (apud PRADO; MEYER, 2006) com um grupo de clientes em fase terminal que realizou três sessões por computador de forma assíncrona, demonstrando que essa comunicação possui vantagens em evitar o fragmento do diálogo e a flexibilidade de horários para conexão.

A pesquisa de Barak e Wander-Schwartz (apud PRADO; MEYER, 2006) levantou a possibilidade de utilizar o grupo de *chat* para terapia, onde não foram observadas diferenças entre a terapia por *chat* e a terapia-padrão em relação a autoestima, relações sociais de bem-estar e processos grupais.

Ainda sobre os estudos internacionais, os mesmos autores acima citam as pesquisas de Day e Schneider (2002) que encontraram poucas diferenças comparando terapia presencial, por

videoconferência e por voz, e pesquisas de Cook (2001) sobre relação terapêutica e terapia por Internet pelas várias formas de comunicação. Concluiu, dessa forma, que a relação terapêutica foi estabelecida e recebida positivamente pelos clientes.

Conforme Pieta;Gomes (2014) existem mais de 100 estudos específicos sobre Terapia Cognitivo Comportamental baseada na Internet (TCCBI) que demonstram equivalência de efetividade com a presencial. Além disso, têm sido encontrados bons resultados no tratamento de adições, Gainsbury & Blaszczynski (2011), transtornos alimentares, Loucas et al., (2014).

No Brasil, temos estudos dos autores citados acima, segundo Siegmund (apud PRADO; MEYER, 2006), os quais utilizaram ambiente online assíncrono e concluíram de forma cautelosa que é possível que ocorra a relação terapêutica junto a um clima produtivo dos terapeutas e clientes. Outras pesquisas também foram feitas sobre a intervenção de orientação profissional on-line (SPACCAQUERCHE, 2005) e um serviço de orientação psicológica via e-mail (FORTIM & COSENTINO, apud SIEGMUND, 2015).

Pieta (2014) realizou sua tese de doutorado sobre relação terapêutica, comparou uma intervenção presencial com a online, com abordagem psicanalítica, onde os resultados foram de melhora dos clientes em ambas as terapias; e também com resultados positivos o trabalho de Donnamaria e Terzis (2011) com psicoterapia online em grupo utilizando também a psicanálise Siegmund et al (2015).

Outro estudo de Pieta et al (2015) realizou intervenções em dois grupos, um com abordagem cognitivo-comportamental para transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) e outro psicanalítico; e ambos apresentaram bons resultados e forte aliança terapêutica. Pieta e Gomes (2014) perceberam em seus estudos que as pontuações das escalas de medida da relação terapêutica não possuem grande diferença na terapia tradicional e na online.

Dessa forma, percebe-se na maior parte das pesquisas realizadas, que a efetividade da psicoterapia online tem lançado bases para outros estudos, os quais aumentarão a possibilidade de tornar-se uma terapia permitida no Brasil, a qual trará muitos benefícios aos profissionais da área e clientes.

## **AS ORIENTAÇÕES PSICOLÓGICAS ONLINE: PERSPECTIVAS E A RELAÇÃO TERAPÊUTICA**

As pesquisas a respeito da relação terapêutica na psicoterapia online no Brasil ainda são poucas, porém a demanda por esse formato de atendimento tem-se mostrado cada vez mais necessária e eminente. O Instrumento mais utilizado para avaliar a relação terapêutica nessa modalidade é o questionário WAI de Horvath & Greenberg (1989) por abordar o vínculo entre terapeuta e cliente e os objetivos e tarefas, e não as sessões (apud PRADO & MEYER, 2006).

Uma sugestão dada, pelos autores acima, é a utilização de métodos qualitativos, os quais poderiam melhorar a avaliação e auxiliar na observação de como se dá individualmente a relação terapêutica. No entanto, faz-se necessário aprimorar as formas de avaliação, bem como criar novas ferramentas para observar a relação terapêutica na psicoterapia online.

De acordo com Budney et al., Carroll et al., Lind et al. (apud SIEGMUND, NONOHAY e GAUER, 2016, p. 273)

As intervenções online podem ser aliadas a psicoterapia presencial, reforçando seus efeitos e auxiliando na realização de tarefas de casa. Titov et al. (2010) sugeriram que no início do tratamento fossem realizadas intervenções realizadas pelo próprio cliente, em seguida o acompanhamento técnico a distância, e por fim, presencialmente. Para isso, é necessário avaliar a efetividade dessa experiência, e se haveria adesão por parte dos clientes.

Como sugestão, Rodrigues (2014), com base no estudo de Cook e Doyle (2002), compara a psicoterapia online e a presencial com os mesmos protocolos e instrumentos de avaliação, sobretudo com alguém avaliando externamente as intervenções, podendo assistir a sessões gravadas e analisá-las de forma neutra.

Diante das situações que envolvem o trabalho psicológico online, nota-se a importância de treinar psicólogos para orientar e realizar terapia online para o uso correto da tecnologia e dos recursos midiáticos, além de técnicas para responder e-mail, confidencialidade e sigilo (SULER apud PIETA; GOMES, 2014).

Isto se deve, ao levantamento numa pesquisa feita nos Estados Unidos, 94% de 93 *e-counsellors* participantes do levantamento não foram treinados para atender online e 56% não receberão supervisão (FINN & BARAK apud PIETA; GOMES, 2014). Segundo Rodrigues (2014, p. 89), “as demandas por serviços pela internet aumentam a cada dia mais, fazendo com que aumente a necessidade de prevenir problemas futuros com a capacitação de profissionais para realizar esses tipos de serviços”.

Dessa forma, seria interessante “incluir na grade dos cursos de graduação estudos com evidências da prática do aconselhamento ou psicoterapia online, bem como cursos de capacitação e especialização, a fim de preparar os futuros psicólogos para que aprimorem cada

vez mais as pesquisas e práticas dessa área recente da psicologia” (ANDERSSON apud PIETA;GOMES, 2014).

Rodrigues (2014) cita uma instituição de treinamento e cursos na Califórnia (EUA), que ensinam o uso do Skype na telessaúde, na e-terapia e no e-aconselhamento, feito para psicólogos, assistentes sociais e especialistas na área da saúde, é o ZUR Institute - Innovative Resources and Online Continuing Education. Assim, de acordo com Pieta; Gomes (2014), poder-se-ia utilizar o formato online para instrução de profissionais da saúde para familiarizá-los nos recursos da internet, visto que a aprendizagem online tem efeito tão alto quanto a presencial.

De acordo com Cordeiro, Oliveira, Melzer, Ribeiro, & Rigonatti (apud SIEGMUND, NONOHAY e GAUER, 2016, p.273)

Outra forma de utilizar os benefícios do uso da internet são as intervenções psicoeducacionais na rede pública, como foi realizado na Inglaterra (Powell et al., 2013), que faz com que aumente o conhecimento público a respeito de psicopatologia, saúde mental e formas de tratamento e auxilia na prevenção e identificação precoce de psicopatologias.

A utilização dos atendimentos de psicologia via internet, seja no sistema de saúde ou educacional, gera resultados na disseminação do trabalho psicológico e auxilia no atendimento, todavia carece de cuidados ao ser aplicado. Segundo (PIETA; GOMES, 2014, p.28), “intervenções simples em psicoterapia, com custo baixo, seriam uma boa forma de ajudar uma quantidade maior de pacientes, diminuiria o número de filas de espera para atendimento em psicoterapia e aumentaria o conhecimento da população em saúde mental”.

Dessa maneira, ao utilizar o atendimento online, existe a vantagem de abarcar um número maior de pessoas a custo baixo. Porém, é preciso cautela em considerar tal situação, pois, na atualidade, o contexto da saúde no país está desmantelado e, qualquer erro, levaria a um caos maior em um sistema já fragilizado. É necessário ter em mente que a tecnologia é um recurso viável para atender o maior número de pessoas possível, entretanto, a forma de atuação deve ser cuidadosamente estudada pelos profissionais da área, conselho federal de psicologia e pesquisadores.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Considera-se que este campo da psicologia é bastante promissor devido ao aumento significativo de pessoas que utilizam a internet e se beneficiariam desse serviço. Grupos de pessoas com demandas parecidas poderiam ser atendidos online, aumentando o número de clientes e os dados para avaliação da efetividade do atendimento.

Com as possibilidades que a psicoterapia online fornece, o aprimoramento de pesquisas, estudos e práticas nessa área torna-se algo almejado por profissionais devido aos inúmeros benefícios aos envolvidos e, igualmente, para o grande número de pacientes necessitados dessa forma de atendimento.

Assim, quanto mais estudos têm por base as pesquisas iniciais, inclusive de outros países, mais comprovações serão oferecidas, nas quais envolvam a terapia online comparada as demais formas de terapia.

É necessário que mais profissionais busquem conhecer as pesquisas, sendo que, nas instituições de ensino, estas sejam discutidas e divulgadas para que os futuros profissionais, com todo avanço tecnológico ao qual a geração deles tem acesso, possam seguir adiante nas experiências em psicoterapia online, até que, por fim, a permissão para a atuação nessa área do Brasil seja conquistada.

Por fim, a utilização desses recursos tecnológicos, ao serem utilizados no sistema público, deve ter como base a melhoria na qualidade dos atendimentos ofertados pelos profissionais, porém, considerando-se a realidade atual do sistema de saúde e educacional, é importante que ocorra um amplo debate articulado entre a sociedade, Estado, universidades e organizações, que utilizem o profissional da psicologia.

## REFERÊNCIAS

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução CFP N° 011/ 2012**. Disponível em [http://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/07/Resoluxo\\_CFP\\_nx\\_011-12.pdf](http://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/07/Resoluxo_CFP_nx_011-12.pdf). Acesso: 20 Novembro 2016.

DONNAMARIA, Carla Pontes; TERZIS, Antonio. Experimentando o dispositivo terapêutico de grupo via internet: primeiras considerações de manejo e desafios éticos. **Revista da Sociedade de Psicoterapias Analíticas Grupais do Estado de São Paulo**, Vol. 12, n. 2, 17-26, Jul.-Dez. São Paulo-SP, 2011. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-29702011000200003](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702011000200003)>. Acesso em: 19 março 2017.

ELZIRIK, Cláudio L.; LIBERMANN, Zelig; COSTA, Flávia. A Relação Terapêutica: transferência, contratransferência e aliança terapêutica. CORDIOLI, Aristides et al. **Psicoterapias: abordagens atuais**. 2ª ed. Porto Alegre: Artmed, 1998.

LEMGRUBER, Vera Braga. Terapia focal: psicoterapia breve psicodinâmica. CORDIOLI, Aristides Volpato. **Psicoterapias: abordagens atuais**. 3ª ed. Porto Alegre, Artmed, 2008.

LUZ, Protásio L. da, e cols. Terapia Psicológica a Distância: Uma Nova Realidade. Instituto do Coração do HC. **Arq. Bras. Cardiol.** vol.104 no.6 São Paulo June 2015. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0066782X2015000600001&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0066782X2015000600001&script=sci_arttext&tlng=pt)>. Acesso em: 20 março 2017

MELLO, Daniel. **Pesquisa revela que 81,5 milhões de brasileiros acessam a internet pelo celular**. Pesquisa e Inovação. Disponível em: <<http://agenciabrasil.ebc.com.br/pesquisa-e-inovacao/noticia/2015-09/815-milhoes-de-brasileiros-acessam-internet-pelo-celular-aponta>>. Acesso: 20 abril 2017.

MORENO, André Luiz. CARVALHO, Rubem Gomes Neves de. Terapia cognitivo-comportamental breve para sintomas de ansiedade e depressão. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, 2014, 10(2), p.70-75. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-56872014000200002](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872014000200002)> Acesso em: 20 março 2017.

PIETA, Maria Adélia Minghelli, et al. Desenvolvimento de protocolos para acompanhamento de psicoterapia pela Internet. **Revista Contextos Clínicos**, vol. 8, n.2:128-140, julho-dezembro, Unisinos, 2015. Disponível em:< <http://revistas.unisinos.br/index.php/contextosclinicos/article/view/ctc.2015.82.02>> Acesso em: 23 março 2017.

\_\_\_\_\_; GOMES, William B. Psicoterapia Pela Internet: Viável ou Inviável? **Revista Psicologia: Ciência e profissão**, 2014, vol. 34, n. 1, 18-31. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98932014000100003](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932014000100003)>. Acesso em: 20 de fevereiro 2017.

PRADO, Oliver Zancul. **Terapia via internet e relação terapêutica**. (2002) Dissertação (Mestrado Psicologia Clínica) – Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo. Disponível em: <[www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47133/tde-29072003-113331/.../dissertacao.pdf](http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47133/tde-29072003-113331/.../dissertacao.pdf)>. Acesso em: 23 março 2017.

PRADO, Oliver Zancul; MEYER, Sonia Beatriz. Avaliação da relação terapêutica na terapia assíncrona via internet. **Revista Psicologia em Estudo**, v. 11, n. 2, 247-257, mai./ago. Maringá, 2006. Disponível em:< [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-73722006000200003](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722006000200003)>. Acesso em: 18 março 2017.

RODRIGUES, Carmelita G. **Aliança terapêutica na psicoterapia breve online**. (2014) Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) - Instituto de Psicologia da Universidade de Brasília, Universidade de Brasília, Brasília. Disponível em: <[http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/16596/1/2014\\_CarmelitaGomesRodrigues.pdf](http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/16596/1/2014_CarmelitaGomesRodrigues.pdf)>. Acesso em: 19 março 2017.

SIEGMUND, Gerson, et al. Aspectos éticos das intervenções psicológicas online no Brasil: situação atual e desafios. **Revista Psicologia em Estudos**, v. 20, n. 3, 437-447, jul./set, Maringá-Pr, 2015. Disponível em: < <http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/PsicolEstud/article/view/28478/> >. Acesso em: 15 fevereiro 2017.

\_\_\_\_\_. Ensaio de Usabilidade de uma Intervenção Psicoeducacional Computadorizada sobre Transtorno Obsessivo-Compulsivo. **Revista Temas em Psicologia**, Vol. 24, n. 1, 261-276, 2016. Disponível em: < [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-389X2016000100014](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2016000100014) >. Acesso em: 18 março 2017.

VIRGOLINO, Ana Patrícia Lopes. **Co-construindo Problemas e Soluções num Passo de Mágica?**: o processo de mudança em sessões únicas de terapia. (2008). Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Faculdade de Psicologia e Ciência da Educação, Universidade de Lisboa. Disponível em: < [http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/772/1/17172\\_TeseMIP\\_Ana\\_Patricia\\_Virgolino.pdf](http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/772/1/17172_TeseMIP_Ana_Patricia_Virgolino.pdf) >. Acesso em: 10 março 2017.