

GABRIELLA RAMOS DA SILVA



CATÓLICA

SEPARAÇÃO CONJUGAL COM O FATOR DE RISCO PARA DESENVOLVIMENTO
DE TRANSTORNOS MENTAIS NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA: DESAFIOS E
ENTRAVES DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES PARTICIPANTES DA
SEPARAÇÃO CONJUGAL

GABRIELLA RAMOS DA SILVA

SEPARAÇÃO CONJUGAL COM O FATOR DE RISCO PARA DESENVOLVIMENTO
DE TRANSTORNOS MENTAIS NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA: DESAFIOS E
ENTRAVES DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES PARTICIPANTES DA
SEPARAÇÃO CONJUGAL

Marília – SP
2022

SEPARAÇÃO CONJUGAL COMO FATOR DE RISCO PARA
DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS MENTAIS NA INFÂNCIA E
ADOLESCÊNCIA: DESAFIOS E ENTRAVES DE CRIANÇAS E
ADOLESCENTES PARTICIPANTES DA SEPARAÇÃO CONJUGAL

Gabriella Ramos da Silva
Faculdade Católica Paulista
Marília - SP

SEPARAÇÃO CONJUGAL COM O FATOR DE RISCO PARA DESENVOLVIMENTO
DE TRANSTORNOS MENTAIS NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA: DESAFIOS E
ENTRAVES DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES PARTICIPANTES DA
SEPARAÇÃO CONJUGAL

RESUMO: Este trabalho tem como objetivo investigar os impactos da separação conjugal na vida da criança e do adolescente, no contexto familiar e social. A família é o primeiro meio e o maior agente de socialização. As relações afetivas que determinam a qualidade das relações familiares durante o processo de separação podem trazer consequências para o desenvolvimento psicológico das crianças e adolescentes. A Teoria Cognitiva Comportamental (TCC) nos ajudamos a compreender os processos envolvidos nos transtornos mentais das crianças e adolescentes, sendo a depressão, a ansiedade e a síndrome de depressão durante as mudanças ambientais as principais consequências. A separação conjugal pode levar a um processo de luto, com sentimentos de abandono e diversas reações emocionais também para o adolescente. Portanto, o desenvolvimento psicológico do adolescente depende da sua forma de lidar com a separação conjugal. Este trabalho teve como objetivo apresentar os principais desafios e entraves enfrentados por crianças e adolescentes durante a separação conjugal, verificando os principais fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos mentais.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Psicologia da Faculdade Católica Paulista para a Disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso TCC II, sob Orientação do (a) Prof. MS. Matheus José Cuzato Mancuso

2288 Silva, Gabriella Ramos da
SEPARAÇÃO CONJUGAL COMO FATOR DE RISCO PARA
DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS MENTAIS NA INFÂNCIA
E ADOLESCÊNCIA: desafios e entraves de crianças e adolescentes
participantes da separação conjugal. Gabriella Ramos da Silva - 2022.
121
Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado à
Faculdade Católica Paulista, Marília, 2022.
Área de Concentração: Psicologia
Orientador: Prof. Ms. Matheus José Cuzato Mancuso
Coorientador: Prof. Ms. Renan Santiago Pereira
1. Separação conjugal, I. Transtornos, II. Desenvolvimento,
Mancuso, Matheus José Cuzato (orientador), II. Pereira, Renan
Santiago (coorientador), III. Título
CDD-130

98 - 11111111
11111111

S586 Silva, Gabriela Ramos da
 SEPARAÇÃO CONJUGAL COMO FATOR DE RISCO PARA
 DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS MENTAIS NA INFÂNCIA
 E ADOLESCÊNCIA: desafios e entraves de crianças e adolescentes
 participantes da separação conjugal / Gabriela Ramos da Silva. - 2022.
 15 f.
 Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) apresentado à
 Faculdade Católica Paulista, Marília, 2022.
 Área de Concentração: Psicologia.
 Orientador: Prof. Me. Mathheus José Cuzato Mancuso.
 Coorientador: Prof. Me. Renan Santiago Pereira.
 I. Separação conjugal. 2. Transtornos. 3. Desenvolvimento. I.
 Mancuso, Mathheus José Cuzato (orientador). II. Pereira, Renan
 Santiago (coorientador). III. Título.

CDD:150

CIP - Catalogação na Publicação

SEPARAÇÃO CONJUGAL

DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS MENTAIS NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA: DESAFIOS E
 SEPARAÇÃO CONJUGAL COM O FATOR DE RISCO PARA

GABRIELLA RAMOS DA SILVA

**SEPARAÇÃO CONJUGAL COMO FATOR DE RISCO PARA
DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS MENTAIS NA INFÂNCIA E
ADOLESCÊNCIA: DESAFIOS E ENTRAVES DE CRIANÇAS E
ADOLESCENTES PARTICIPANTES DA SEPARAÇÃO CONJUGAL**

Gabriella Ramos da Silva¹

Faculdade Católica Paulista

Orientador: Prof. MS. Matheus José Cuzato Mancuso²

Coorientador: Prof. Dr. Renan Santiago Pereira

RESUMO: Este trabalho buscou estudar o impacto que o divórcio ocasiona na vida da criança e do adolescente em seu desenvolvimento familiar, social e psicológico, visto que a família é o primeiro meio e o mais importante na vida destes. Nessa fase são criadas as relações afetivas que determinam o desenvolvimento psicológico e, dessa forma, o divórcio pode trazer consequências, como o transtorno de ansiedade da separação. A Teoria Cognitiva Comportamental (TCC) possibilita então diversos fatores que auxiliam nos cuidados de possíveis transtornos que afetam indiretamente a família, principalmente as crianças e adolescentes, sendo um fator de risco para o desencadeamento de quadros de depressão. Dessa forma, foi possível discutir os fatores psicológicos que ocorrem durante as mudanças ambientais na apresentação de mudanças emocionais e físicas que levam a um processo doloroso, carregado de sentimentos de ansiedade, medos excessivos, sensações de abandono e diversas reações físicas de difícil superação para uma criança e também para o adolescente. Portanto, a saúde mental tanto da criança, como do adolescente depende da sua forma de vida e do contexto ao qual estão inseridos, onde a família pode contribuir para a proteção durante o período de desenvolvimento. Este trabalho teve como objetivo apresentar pontos estudados em relação aos estudos da TCC, levando em consideração a família como um todo, tendo o divórcio como pauta, verificando os principais envolvidos com o ocorrido e a forma como afeta o seu cotidiano.

¹ Graduanda em Psicologia pela Faculdade Católica Paulista (UCA). E-mail:

² Docente da Faculdade Católica Paulista (UCA). E-mail: matheus.jose@uca.edu.br

1 INTRODUÇÃO

Em geral, o divórcio é concebido como o fim de um relacionamento a partir da dissolução do afeto conjugal. Entendido como a separação de corpo e bens, oficialmente, o divórcio prevê a condição para que as duas partes envolvidas contraíam um novo casamento de acordo com as leis aplicáveis em cada país.

Isso não era possível até a Emenda Constitucional No. 9 de 28 de junho de 1977 que possibilitou a dissolução do vínculo matrimonial que até então era indissolúvel.

No Brasil, o processo de separação pode ser realizado de duas formas: através do pedido diante do juiz (separação judicial) que pode ser litigiosa ou consensual; ou de fato, quando os cônjuges já moram separados, mas não regularizados perante a lei.

Acredita-se que novos estudos sejam imprescindíveis para subsidiar a prática de forma coerente com a realidade das famílias brasileiras, e que estes possam tratar, por exemplo, da fratria dos filhos com pais em processo de separação conjugal, da rede de apoio do homem e da mulher, da separação em casais homossexuais, bem como das questões que envolvem a guarda dos filhos, das alterações do papel do homem e da mulher no casamento, decorrentes das mudanças sociais, e, por fim, os desdobramentos do divórcio ao longo do tempo. (CANO; GABARA; CREPALDI, 2008, p. 15).

De acordo com Tolo (2006, p. 13) o conflito está relacionado à luta, desacordo, briga entre as partes, que nos fazem pensar em dissolução, finalização e resolução, trazendo sentimentos de angústia e sofrimento entre as partes.

E durante este processo, a criança ou adolescente que está passando por essas mudanças através do divórcio, tem a possibilidade de passar por transtornos de Ansiedade da Separação (TAS).

O TAS na infância é também um fator de risco para outros transtornos que podem se manifestar ao longo da vida, como a síndrome do pânico e a agorafobia. Além disso, crianças e jovens que apresentam o problema podem limitar suas interações sociais e buscar, de forma inconsciente, o isolamento. Em filhos de pais separados, é preciso ficar ainda mais atento aos sintomas e sinais de alerta do transtorno da ansiedade de separação. Nessa situação, os filhos experimentam com mais frequência e intensidade as sensações de ausência, abandono e perda. (A TRIBUNA, 2022).

A infância é a fase inicial do desenvolvimento psíquico e fisiológico, logo, o infante prejudicado nesta fase terá maior probabilidade de desenvolver algum tipo de patologia. Isso se agrava pela ausência de um dos genitores no período de desenvolvimento, podendo comprometer a saúde mental da criança. Durante o divórcio, a criança vivencia inúmeras situações novas e desagradáveis que, a longo prazo, podem se transformar em transtornos psicossociais (FERRIOLLI, 2007).

Adicionalmente, Estanislau e Affonseca (2004, p. 101) ressaltam a amplitude de conceitos da ansiedade, sendo um estado de preparação para o perigo, estando ansiosos pela atenção ao ambiente na ativação de respostas corporais.

Nas crianças, devido ao medo e ansiedade de se separar de pessoas significativas para elas, começam a serem evidenciados sintomas como irritabilidade, choro constante e medo de ficarem sozinhas, sofrem com pesadelos, dor de cabeça, vômitos e até mesmo baixo rendimento escolar.

Estanislau e Affonseca (2004, p. 101) destacam ainda que as estruturas cerebrais que participam do processo de informações de ameaça é o que geram as respostas. Dessa maneira, a ansiedade se dá principalmente em virtude das substâncias químicas conhecidas como neurotransmissores, dos quais a serotonina e a dopamina são os mais importantes.

De modo geral, a TCC (Teoria Cognitiva Comportamental), foi detalhada no decorrer do desenvolvimento deste trabalho, porém é um ponto importante informar como ela deve ser iniciada e trabalhada na criança, para melhorar seu quadro de ansiedade. A citação a seguir nos auxilia nessa compreensão.

O primeiro princípio tem a ver com o desenvolvimento de uma parceria entre o terapeuta e a criança, em que se promove uma forma de trabalhar aberta e colaborativa, e se destaca e estimula a contribuição importante e ativa da criança para o processo terapêutico. A intervenção, a seguir, deve ser adaptada no nível do desenvolvimento correto, para que a criança possa se engajar totalmente no processo da TCC. (STALLARD, 2007, p.19).

A Teoria Cognitiva Comportamental (TCC), nesse momento, pode auxiliar no cuidado com os transtornos que impactam o desenvolvimento das crianças e adolescentes, bem como os efeitos causados no próprio casal.

À vista disso, o presente trabalho possui como premissa fomentar, discutir e refletir sobre aspectos relacionados à separação conjugal e possíveis impactos

psicossociais em crianças e adolescentes. Visou também, auxiliar na compreensão e enfrentamento positivo a essa temática.

A separação conjugal, a qual também pode ser chamada de divórcio, apresenta uma mudança tanto psicológica como social, sendo apresentada de forma mais abrangente durante este trabalho, fazendo correlação com a saúde mental das crianças e adolescentes, tendo como aporte a Teoria Cognitiva Comportamental.

Dessa maneira, foi realizado um levantamento bibliográfico dos principais autores pesquisadores dessa área, para que pudéssemos encontrar a elucidação de possibilidades de enfrentamento ao processo de divórcio conjugal, objetivando, então, a diminuição de possíveis impactos negativos relacionados a este processo.

Seguindo essa linha, foi descrito de forma detalhada sobre as causas e possíveis tratamentos da TCC durante o desenvolvimento deste trabalho.

Acredita-se que a necessidade de cuidado e atenção em um divórcio conjugal, engloba uma série de fatores importantíssimos que podem prejudicar uma criança em seu pleno desenvolvimento, e o adolescente que está em fase de mudanças. Neste sentido, o transtorno de ansiedade é um exemplo a ser citado.

Friedberg, McClure, Garcia (2011, p. 80) reforçam que “os sintomas físicos, emocionais, cognitivos e comportamentais: todos estão causalmente relacionados, de modo que mudanças em um refletem nos outros três”. Este pode trazer prejuízo a todos, por isso a TCC traz contribuições com suas técnicas no tratamento deste transtorno para ambos.

Conforme informações de Friedberg e Garcia (2011), essas mudanças podem refletir no físico e emocional da criança ou adolescente, como por exemplo: crianças ficando com febre, ânsia de vômito e dores de cabeça sem motivo físico, sendo necessário um acompanhamento mais aprofundado e mais detalhado, chegando assim as devidas descobertas, que normalmente são causadas por ansiedade.

Terminar um relacionamento nunca é uma decisão fácil para o casal. Quando se trata de uma separação com filhos, este processo torna-se ainda mais difícil e complicado de lidar. Mesmo que a decisão seja tomada em conjunto e de forma calma, o fim de um casamento é sempre um marco na vida do casal, dos filhos e gera uma mistura de sentimentos e emoções.

Os filhos são os que mais sentem com essa mudança, por isso, independente dos motivos que levaram o casal a tomar a decisão, é fundamental que os impactos na vida

dos filhos sejam amenizados; e que todos saibam que a terapia poderá ajudar a família a passar por este momento. A TCC vem para auxiliar a todos os envolvidos.

Desta forma, é fundamental em um período de separação ter o acompanhamento de um psicólogo ao longo desse processo.

2 DESENVOLVIMENTO

Introduzir o modelo cognitivo é um comportamento padrão da psicoeducação na TCC. Aprender sobre o modelo cognitivo ajuda a familiarizar os jovens pacientes com o tratamento e desmistifica o processo. A linguagem simples e o senso comum da TCC tornam compreensíveis para pessoas mais jovens os problemas complexos. Ao reconhecer que existe um esquema básico a partir do qual entender seus sintomas, os pacientes tornam-se mais capazes de descrever o seu problema e de estabelecer objetivos colaborativos. (FRIEDBERG, MCCLURE, GARCIA, 2011, p.80).

Referenciando a citação de FRIEDBERG e GARCIA, a TCC é uma abordagem que ajuda os jovens a entender de forma simples os problemas complexos causados devido a algum transtorno comportamental. No caso deste trabalho, foi tratado sobre problemas causados devido ao divórcio dos pais, dessa forma a TCC vem para colaborar com esse entendimento de causa, tratamento e capacitando o indivíduo (criança e adolescente) a viver bem.

O trabalho foi desenvolvido por meio de estudo qualitativo recorrendo às pesquisas bibliográficas como principal técnica de coleta de dados, realizando o levantamento bibliográfico sobre a temática escolhida (como citado anteriormente), amarrando e confrontando, ao mesmo tempo, assuntos relativos a área da Psicologia Cognitiva, Psicologia Comportamental e da Psicologia voltada à questão das configurações dos relacionamentos amorosos e a dinâmica de suas transformações (TURATO, 2003).

Utilizamos como ferramentas as plataformas desenvolvidas para esse processo, sendo elas: Scielo, Google Acadêmico, Zlibrary (especifica para obter livros) utilizadas no decorrer do trabalho, para o desenvolvimento do mesmo. Ademais, foi utilizado um estudo de caso para melhor compreensão e construção do texto.

Após o término da fase de coleta de dados foi feita uma análise dos materiais encontrados. Logo após, realizamos a separação dos assuntos relevantes e a organização dos dados, em consonância com o tema de pesquisa abordado.

Em um último momento foi feita a apresentação dos resultados de modo descritivo e com discussão dos resultados e considerações, para exemplificar e confrontar com a

teoria levantada, fazendo a devida correlação do levantamento bibliográfico do tema com as demandas apresentadas, através da análise minuciosa do conteúdo coletado, levando às considerações finais, sendo o material discutido e refletido.

2 DESENVOLVIMENTO

Para detalhar melhor o desenvolvimento deste trabalho, foram referenciadas pesquisas que levam em consideração os transtornos causados devido a separação e possíveis tratamentos baseando-se na Teoria Cognitiva Comportamental com foco nas crianças e adolescentes.

Segundo apontaram Friedberg e McClure, (2004) é necessário considerar as idades dos jovens e suas habilidades cognitivas ao empregar a TCC no processo terapêutico para esses casos.

Isso se deve, de acordo com Benetti (2006) devido ao estado afetivo de ansiedade ocorrido nos jovens, bem como das características cognitivas, o que demanda de estratégias eficazes para a condução da situação.

Somando-se a isso, Wright et al., (2008) aponta também a influência de uma infinidade de experiências de vida e o exemplo dos pais, o que pode contribuir para a existência de traumas ou de sucessos na terapia.

2.1 CASAMENTO E RELACIONAMENTO

A compreensão da sistemática conjugal é considerada extremamente complexa, principalmente quando esse laço se quebra em virtude de uma separação.

Feres-Carneiro e Diniz Neto (2010) realizaram uma revisão dos principais estudos sobre a investigação de padrões de formação e dissolução conjugal, apontando repercussões para a prática clínica além de estratégias para intervenções terapêuticas.

Burguess e Walin (1953) realizaram um estudo sobre a satisfação conjugal, sugerindo uma maior felicidade dos casais no início do casamento e logo após a lua de mel, sendo que, posteriormente a isso, ocorre-se um declínio lento, firme e considerável.

Somando-se a isso, Gottman; Notarius (2002, p. 168) ressaltam:

Pesquisadores descobriram que o estudo isolado do comportamento, cognição ou fisiologia, sem o cuidadoso estudo de suas

interdependências, iria severamente limitar sua possibilidade de mapear descobertas sobre o mundo interacional real dos casais estudados.

Lipovetsky (1996, p. 77) sugere, baseado na realização de suas pesquisas, que “quanto mais a cidade desenvolve possibilidades de encontro, mais sós se sentem os indivíduos; mais livres, as relações se tornam emancipadas das velhas sujeições, mais rara é a possibilidade de encontrar uma relação intensa”.

2.2 SINTOMAS QUE SE REFERENCIAM A TEORIA COGNITIVA COMPORTAMENTAL

2.2.1 O sintoma mais evidente e comum nas crianças e adolescentes que passam por situação de separação dos pais é a ansiedade. Dessa forma, conclui-se que esse sentimento é um fator crítico para um possível distúrbio que pode ocasionar diversos problemas no futuro dessas pessoas.

Conforme artigo veiculado pela Tribuna (2022) verificou-se a apreensão comum de crianças e adolescentes mediante a um episódio de separação dos pais, criando um medo da ausência exagerada, o que pode vir a afetar sensivelmente a qualidade de vida dos jovens.

A Síndrome do Pânico é um sintoma que normalmente evolui da ansiedade, gerando isolamento, limitando suas interações sociais. São marcadas por medo constante e quando ocorre um evento, por mínimo que seja, pode desencadear uma crise.

Além de comprometer as atividades cotidianas da criança ou do adolescente, a síndrome prejudica seu desempenho acadêmico, suas relações interpessoais e sua vida social como um todo. À medida que a criança teme desesperadamente a chegada de um novo ataque, ela passa a evitar qualquer tipo de situação que, supostamente, poderia desencadear uma crise de pânico – tal como uma apresentação na escola, uma avaliação, etc. (GIROTTO, 2022).

2.2.2 TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL

A agorafobia também pode ser apresentada em crianças e adolescentes, esta é um sintoma no qual evitam locais onde há grande número de pessoas estranhas, pois não se sentem seguras nestes ambientes, o que pode acabar desencadeando uma crise.

O portador da agorafobia se coloca em situações de maior reclusão, ficando em casa e se fechando para o mundo, mas isso não quer dizer que ele se sinta desconfortável somente na rua. Um agorafóbico tende a explicitar seus sintomas todas as vezes que se vê em uma situação de

impotência, se sentindo preso dentro de si mesmo ou a situações de total desconforto. E isso pode ocorrer em inúmeros lugares, inclusive fechados. A questão que esse transtorno traz, então, vai muito além da reclusão em casa ou do medo dos outros e suas respectivas situações, ela se define também pelo medo da própria incapacidade. (DUARTE, 2022).

Gama e Berlinck (2002, p. 08) propõem que “o agorafóbico necessita ocupar um lugar, mas não consegue enfrentar a incerteza de perder-se no seu próprio desamparo”. Isso se reflete no que temos com o agora, impondo limites e fronteiras em seu comportamento e em suas atividades.

2.2.1 POSSÍVEIS TRATAMENTOS COM A TEORIA COGNITIVA COMPORTAMENTAL

Com base na teoria cognitiva comportamental, existem várias técnicas para o tratamento, dentre elas:

- Terapia Cognitivo Comportamental;
- Questionamento Socrático.

Assim, através da psicologia, essas abordagens podem solucionar transtornos psicológicos variados, analisando e apontando as características que podem contribuir para a adaptação da criança ao processo de divórcio parental, sem que prejudique as suas competências cognitivas, autonomia e autoestima.

Portanto, esse é um momento de dependência do apoio parental principalmente em virtude da integração dos jovens com o meio social, oferecendo todo o suporte para o processo de desenvolvimento e de socialização.

2.2.2 TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL

Uma das técnicas que são frequentemente utilizadas para esse tipo de tratamento é a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC), que se baseia no tratamento dos pensamentos automáticos.

Baseado no que foi exposto acerca dos conceitos da TCC, Ramirez (2002) acrescenta:

As interpretações, representações ou atribuições de significado a determinadas situações ou pessoas, refletem-se em pensamentos automáticos, que por sua vez ativam estruturas básicas inconscientes: os esquemas e as crenças. Assim, este tipo de abordagem visa a identificação de crenças e pensamentos disfuncionais, chamados de distorções cognitivas, averigua a realidade e corrige-os, de forma a mudar essas crenças distorcidas, que se encontram subjacentes a estes pensamentos.

De acordo com o proposto por Beck (2013), a TCC é uma ferramenta que possibilita novos pensamentos e ideias no que diz respeito ao comportamento das pessoas sob determinados eventos, objetivando uma maior reflexão acerca desse contexto.

Moura et al. (2018) sugerem que a TCC representou uma abordagem de grande evolução para o tratamento de transtornos, contribuindo com suas técnicas cognitivas e comportamentais para a Psicologia.

A terapia cognitivo-comportamental (TCC) então tem a finalidade de desenvolver as habilidades individuais do casal visando a diminuição dos conflitos, que geralmente ocorrem com a ocorrência do divórcio, contribuindo para o bem-estar da relação.

Essa terapia envolve todo um processo colaborativo de aprendizagem e mudança, para diminuir as queixas do casal e reduzir os efeitos negativos de uma relação que já está desgastada.

O rompimento do casal demanda uma intervenção inicial para que ocorra uma boa condução do processo terapêutico contribuindo para um momento de menor sofrimento para os envolvidos.

2.2.3 QUESTIONAMENTO SOCRÁTICO

O questionamento socrático ou o diálogo socrático, ajudam a revisar um padrão de pensamento disfuncional, procura detalhar e entender seus problemas para encontrar respostas.

Huback (2022) propõe que uma das técnicas de intervenção mais utilizadas na prática clínica da terapia cognitivo-comportamental é o questionamento ou diálogo socrático. Esse argumento se reflete no estilo da terapia cognitiva, baseando-se na ajuda ao paciente para o reconhecimento dos pensamentos desadaptativo, fazendo com que o terapeuta avalie e esclareça o problema. Isso também se reflete na identificação de crenças que geram consequências aos pensamentos ou comportamentos.

Ainda baseado no questionamento socrático, é importante evidenciar que:

A técnica do questionamento socrático é estruturada por uma série de questões intencionalmente elaboradas, a partir dos objetivos no decorrer da terapia. Resume-se em fazer perguntas ao paciente destinadas a facilitar seu pensamento independente e sua auto exploração. Ao invés de instruir diretamente o paciente, o terapeuta tenta fazer com que ele se envolva no processo de descoberta, o que é muito mais poderoso em termos de aprendizagem, promovendo a autonomia do paciente para desenvolver habilidades cognitivas relevantes para lidar com uma situação-problema. (HUBACK, 2022).

Os questionamentos realizados para com os pacientes, é de fundamental importância para a criação de um pensamento independente e para a descoberta dos pacientes, fazendo com que o terapeuta auxilie no processo de desenvolvimento de habilidades.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após o término da fase de coleta de dados foi feita uma análise dos materiais encontrados. Logo após, realizamos a separação dos assuntos relevantes e a organização dos dados, em consonância com o tema de pesquisa abordado. Em um último momento foi feita a apresentação dos resultados de modo descritivo e com discussão dos resultados e considerações, para exemplificar e confrontar com a teoria levantada, fazendo a devida correlação do levantamento bibliográfico do tema com as demandas apresentadas, através da análise minuciosa do conteúdo coletado, levando às considerações finais, sendo o material discutido e refletido.

Dessa maneira, foi percebido que a decisão para o término da relação conjugal é extremamente difícil e complexa, fazendo com que o casal analise diversos fatores para escolher entre a continuidade ou a dissolução da relação.

As consequências que o divórcio proporciona na vida das famílias, principalmente em se tratando das crianças e adolescentes, pode prejudicar significativamente a formação e o desenvolvimento social e psicológico. Apontou-se que esse é um momento primordial para a criação das relações afetivas e que os conflitos originados pela separação dos pais podem resultar em diversos transtornos de ansiedade.

Percebemos também que o estudo dos impactos associados à dissolução conjugal é importante para a compreensão dos vínculos do casal, prevenindo possíveis conflitos e

aperfeiçoando as relações mediante a utilização de teorias e estratégias terapêuticas consideradas mais efetivas para a qualidade de vida dos indivíduos.

Nesse sentido, observou-se que as abordagens da Teoria Cognitiva Comportamental (TCC) resultam em um suporte efetivo para os cuidados desses possíveis transtornos que afetam indiretamente a família, principalmente ao se discutir os fatores psicológicos que ocasionam as mudanças emocionais e físicas que levam aos quadros de ansiedade.

A apresentação dos pontos de estudos da TCC prioriza a família e colocam em pauta a questão do divórcio, verificando os resultados desse processo no ambiente familiar, sendo ela um ponto importante no início dos trabalhos com as crianças e os jovens para a melhora do quadro de ansiedade.

Confirmou-se, assim, que a saúde mental dos filhos é resultado da forma de vida e do contexto ambiental, ou seja, da contribuição da atuação dos pais para a proteção durante esse momento de desenvolvimento. Isso está de acordo com o que Gottman e Notarius (2002, p. 168) ressaltaram em seus estudos:

Pesquisadores descobriram que o estudo isolado do comportamento, cognição ou fisiologia, sem o cuidadoso estudo de suas interdependências, iria severamente limitar sua possibilidade de mapear descobertas sobre o mundo interacional real dos casais estudados.

REFERÊNCIAS

Durante o estudo foi analisado ainda as consequências emocionais e comportamentais que o divórcio pode ocasionar na vida dos filhos (crianças e adolescentes). Através da pesquisa realizada, podemos identificar que o divórcio causa danos tanto no físico como no emocional, contudo, os pais precisam compreender e tomar atitudes para amenizar o sofrimento de ambos, ajudando a melhorar a situação de todos, bem como a entender a importância de encontrar soluções para minimizar tais sofrimentos na vida dos filhos.

Portanto, levando em consideração que este trabalho buscou estudar o impacto que o divórcio ocasiona na vida da criança e do adolescente em seu desenvolvimento familiar, social e psicológico, visto que a família é o primeiro meio e o mais importante na vida destes e que nessa fase são criadas as relações afetivas que determinam o desenvolvimento psicológico e, dessa forma, o divórcio pode trazer consequências (como transtornos de ansiedade, por exemplo), entendeu-se que a Teoria Cognitiva

Comportamental possibilita diversos fatores que auxiliam nos cuidados de possíveis transtornos. Dessa forma, foi possível discutir os fatores psicológicos que ocorrem durante as mudanças ambientais na apresentação de mudanças emocionais e físicas que levam a um processo doloroso, carregado de sentimentos de ansiedade, medos excessivos, sensações de abandono e diversas reações físicas de difícil superação para uma criança e também para o adolescente.

Tendo em vista que este trabalho teve como objetivo apresentar pontos estudados em relação aos estudos da Teoria Cognitivo Comportamental, considerando a família como um todo, tendo o divórcio como pauta, verificando os principais envolvidos com o ocorrido e a forma como afeta o seu cotidiano, conclui-se, então, que os tratamentos baseados na Teoria Cognitiva Comportamental, principalmente os focados nas crianças e adolescentes, são fundamentais para minimizar os efeitos negativos gerados pelo divórcio dos pais, contribuindo para o desenvolvimento e a formação das crianças e adolescentes, corroborando o que foi proposto, ou seja, que a separação conjugal pode vir a ser um fator de risco para o desenvolvimento de transtornos mentais na infância e adolescência, fazendo com que os desafios e entraves das crianças e adolescentes sejam melhor compreendidos com o acompanhamento profissional tanto da psicóloga ou psicólogo, como também de outros profissionais que se fizerem necessários.

3 REFERÊNCIAS

A TRIBUNA. **Transtorno da ansiedade de separação: como atinge os filhos de pais separados?** Disponível em: <https://www.at.com.br/portal/bem-estar/transtorno-da-ansiedade-de-separacao-como-atinge-os-filhos-de-pais-separados/>. Acesso em: 30 de Abril de 2022.

BECK, Judith S. **Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática**, Porto Alegre, Artmed – 2013.

BENETTI, S.P.C. Conflito Conjugal: Impacto no Desenvolvimento Psicológico da Criança e do Adolescente. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, 19 (2), 261-268. 2006.

BURGESS, E. W.; WALLIN, P. **Engagement and marriage**. Philadelphia: J. B. Lippincott, 1953.

Acesso em 12 de Julho de 2022.

CANO, Débora S.; GABARRA, Leticia M.; MORÉ, Carmem O.; CREPAL, Maria A. **As Transições Familiares do Divórcio ao Recasamento**, 2008. p. 8 Ref. 221. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prc/a/NC7Q54739cMs5DdhP6qjtzK/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 30 de Abril 2022.

HUBACK, Rodrigo. **O que é o Questionamento Socrático?** Disponível em: <https://psicoter.com.br/agorafobia/>. Acesso em 12 de Julho de 2022).

ESTANISLAU, Gustavo M.; AFFONSECA, Rodrigo. **Saúde Mental na Escola**, ABDR, Porto Alegre. 2014.

MOURA, Inara Moreno; ROCHA, Victor Hugo Coelho; BERGAMINI, Gésica Borges; FÉRES-CARNEIRO, T.; DINIZ NETO, O. Padrões relacionais na conjugalidade, **Paidéia**, 20(46), 269-278, 2010.

FERRIOLLI, Silvia Helena Tortul; MARTURANO, Edna Maria; PUNTEL, Ludmila Palucci. Contexto familiar e problemas de saúde mental infantil no Programa Saúde da Família. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/zp86zSzWZxkc97fLpC6mtnD/?lang=pt> >. Acesso em: 30 de Abril 2022.

FRIEDBERG, Robert D., MCCLURE, Jessica M., GARCIA, Josene H. **Técnicas de terapia cognitivas para crianças e adolescentes**. Artmed, 2011

FRIEDBERG, Robert D.; MCCLURE, Jessica. **A prática clínica de terapia cognitiva com crianças e adolescentes**. Porto Alegre. Artmed. 2004.

GAMA, Carlos Alberto Pegolo da; BERLINCK, Mamoel Tosta. Agorafobia, espaço e subjetividade. **Psychiatry On-line Brazil**, Janeiro 2002.

humanas. 2ª Edição de Janeiro: Vozes, 2003.

GIROTO, Paula. **Síndrome do Pânico em Crianças e Adolescentes**. Disponível em: <https://drapaulagirotto.com.br/sindrome-do-panico-em-criancas-e-adolescentes/>. Acesso em 12 de Julho de 2022.

GOTTMAN, J. M.; NOTARIUS, C. I. Marital research in the 20th century and a agenda for the 21th century. **Family Process**, 41, 159-198, 2002.

HUBACK, Rodrigo. **O que é o Questionamento Socrático?** Disponível em: <https://www.ibnd.com.br/blog/o-que-e-o-questionamento-socratico.html>. Acesso em 08 de Julho de 2022.

LIPOVETSKI, G. **La era del vacío**. Barcelona, España: Península, 1996.

MOURA, Inara Moreno; ROCHA, Victor Hugo Coelho; BERGAMINI, Gésica Borges; SAMUELSSON, Evelin; JONER, Cristielli; SCHNEIDER, Luiz Fernando; MENZ, Pérsia Regina. A terapia cognitivo-comportamental no tratamento do Transtorno de ansiedade generalizada, **Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente**. Ariquemes: FAEMA, v. 9, n. 1, jan./jun., 2018.

RAMIREZ, Gonzalo. **Terapia Cognitiva Comportamental: como é feita e quando é indicada**. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/terapia-cognitivo-comportamental/>. Acesso em 08 de Julho de 2022.

STALLARD, Paul. **Guia do terapeuta para os Bons Pensamentos – Bons Sentimentos**. Artmed, 2007

TOLOI, Maria Dolores Cunha. **Filhos do divórcio: como compreendem e enfrentam conflitos conjugais no casamento e na separação**. São Paulo, 2006.

TURATO, E. R. **Tratado da metodologia da pesquisa clínico-qualitativa: Construção teórico-epistemológica, discussão comparada e aplicação nas áreas da saúde e humanas**. 2ª Ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2003.

WRIGHT, J. H.; et al. **Aprendendo a terapia cognitivo-comportamental: um guia ilustrado.** Porto Alegre: Artmed, 2008.