

# ROLETA DOS PENSAMENTOS: RECURSO TERAPÊUTICO PARA TRABALHAR A AUSÊNCIA PATERNA EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Laura Wisbecker Alexandre<sup>1</sup>, Nicole de Souza Marcello<sup>1</sup>, Rafael Gustavo de Liz<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Centro Universitário Avantis - Uniavan, Balneário Camboriú – SC, Brasil

e-mail: laura.alexandre@uniavan.edu.br, nicole.marcello@uniavan.edu.br, rafael.liz@uniavan.edu.br

Recepção: 10/10/2023

Aprovação: 10/11/2023

**Resumo** – A ausência da figura paterna na vida de crianças e adolescentes ocasiona sofrimento psicológico, evidenciado através da literatura do desenvolvimento humano. Há também uma necessidade de elaboração de recursos terapêuticos no mercado que oportunizam adentrar ao tema desse sofrimento com o público infanto-juvenil. Com isso, o trabalho objetivou a elaboração de um recurso terapêutico que cria possibilidades de emergência do tema desse sofrimento, com embasamento na Terapia Cognitiva Comportamental, identificando pensamentos e comportamentos disfuncionais referentes à falta paterna. O método escolhido para a pesquisa se classifica com abordagem qualitativa, objetivo descritivo e relato de experiência como procedimento técnico. O recurso desenvolvido permite aos profissionais de psicologia maior efetividade com seus pacientes desse nicho. Novos estudos utilizando o recurso disposto são bem-vindos.

**Palavras-Chave** – Ausência paterna. Psicologia. Recurso terapêutico. Terapia Cognitivo-Comportamental.

## ROULETTE OF THOUGHTS: THERAPEUTIC RESOURCE TO WORK WITH FATHER ABSENCE IN CHILDREN AND ADOLESCENTS

**Abstract** – The absence of a father figure in the lives of children and adolescents causes psychological suffering, as evidenced by the human development literature. There is also a need to develop therapeutic resources in the market that make it possible to address the issue of this suffering with children and adolescents. With this, the work aimed at the elaboration of a therapeutic resource that creates possibilities for the emergence of the theme of this suffering, based on Cognitive Behavioral Therapy, identifying dysfunctional thoughts and behaviors related to fatherlessness. The resource developed allows major psychology professionals to study with their patients in this niche. New studies using the available resource are welcome.

**Keywords** – Father absence, Psychology, Therapeutic resource, Cognitive-Behavioral Therapy.

### I. INTRODUÇÃO

#### A. Tema

A família representa o primeiro grupo em que o ser humano é inserido, detendo gigantesca influência na construção de seus relacionamentos e desenvolvimento enquanto pessoa [1]. Nesse meio encontram-se figuras que exercem papéis fundamentais para o arranjo familiar: as figuras materna e paterna. Ambas se configurando de modo relevante em suas distintas funções, tal como em sua ausência [2].

Com isso, tendo enfoque na assistência paterna, a sua falta pode acarretar em danos ao desenvolvimento psicossocial dos sujeitos, ocasionando prejuízos em diferentes áreas. Através desta problemática, para a psicologia, a busca por compreender este fenômeno se torna necessária, uma vez que esta ciência visa a promoção de saúde mental e bem-estar da população.

A família faz parte da história dos indivíduos, tornando-a um dos pilares a serem elaborados em psicoterapia, tanto para o tratamento de transtornos psicológicos quanto para uma busca por melhora na qualidade de vida destes. Utilizando-se da teoria psicológica de Aaron Beck, a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC), a ausência paterna pode influenciar na construção de crenças desadaptativas e na tríade cognitiva de uma pessoa, prejudicando sua interpretação da realidade.

#### B. Justificativa e problematização

Através destes conceitos psicológicos e da metodologia da TCC, se possibilita uma visão científica da problemática, existindo a oportunidade de formular meios para a identificação de danos gerados e formas de tratamento para a presente demanda.

Frente ao exposto, o trabalho tem por objetivo elaborar a construção de um recurso psicoterapêutico que responda à seguinte questão problema: A partir dos conceitos da TCC, como identificar possíveis comportamentos e pensamentos disfuncionais em crianças e adolescentes que não possuem a presença da figura paterna?

#### C. Motivação

Desta forma, a motivação do estudo partiu de uma proposta em sala de aula na disciplina de TCC ao qual o professor instigou os alunos na elaboração de recursos terapêuticos que contribuíssem nos atendimentos em psicologia dentro da abordagem.

#### D. Metodologia

Para a elaboração do presente relatório, a metodologia escolhida quanto a abordagem é qualitativa, considerando a

relação subjetiva do sujeito com o mundo. Quanto ao objetivo, classifica-se como descritivo, cabendo ao pesquisador registrar os fatos observados sem qualquer interferência nestes. O procedimento técnico delimitado é relato de experiência, contando com a apresentação dos passos desenvolvidos para a elaboração do recurso [4].

Para a construção do recurso, foram separados quatro artigos científicos relacionados ao tema ausência paterna [1], [2], [5], [6] e [7], através da plataforma *online* Scielo e Google Acadêmico. Também foram coletados dados estatísticos sobre a temática [8] e [9]. Os dados e artigos foram analisados, e através da técnica *brainstorming* foi possível visualizar a problemática e definir como seria estruturado o recurso terapêutico. *Brainstorming* destina-se ao recolhimento de ideias e sugestões viabilizadoras de soluções para determinados problemas ou situações de trabalho improdutivo [3].

A seguir, apresentação do recurso com a devida sustentação teórica na abordagem de psicoterapia TCC.

## II. DISCUSSÕES TEÓRICAS

### A. Família

O conceito de família está em constante reconstrução, na atualidade são comuns diferentes arranjos familiares, podendo eles serem formados por casais heterossexuais, homossexuais e pais solteiros. No entanto, o papel da família permanece o mesmo, o de subsidiar as necessidades da criança e do adolescente [6].

Assim, é a partir da realidade familiar que o sujeito vai construir seu primeiro referencial do que é ser um cidadão, determinando significados às suas relações a partir do seu primeiro grupo social, acrescentando esse, como o mais importante grupo ao longo de sua existência. Ademais, sendo um fator decisivo na sua construção enquanto indivíduo, proporcionando ideias referentes a como ele se percebe e como percebe o outro [1].

No passado, as famílias eram formadas a partir de uma ótica patriarcal, as mães totalmente sem direitos, responsáveis pelos cuidados da casa e dos filhos, enquanto os pais forneciam o suporte financeiro. No entanto, com a contemporaneidade, o papel exercido pelo pai foi alterado, passando a ser reconhecido como importante personagem no desenvolvimento da criança, facilitando o processo de aprendizagem e integração com a sociedade. Tendo como resultado dessa interação, na vida adulta relacionamentos mais saudáveis e afetuosos por parte dos filhos com os demais sujeitos da sociedade. Atualmente, o pai vem participando de forma cada vez mais igualitária, contribuindo junto a mãe no processo de formação da criança, agindo como um reforçador, no qual ambos têm autoridade e afeto sobre o filho [2].

Ainda, para o autor, uma das problemáticas que pode ocorrer no desenvolvimento infantil é a ausência paterna, ou de uma figura que substitua esse papel, como de um avô, tio, ou qualquer outro adulto do sexo masculino que participe da vida da criança, desenvolvendo com ela um vínculo satisfatório. Afirmando que, a presença materna exerce um determinado papel sobre a criança, enquanto a presença

paterna desempenha um papel diferente. Ambas combinadas se complementam, mas quando ausentes de um dos lados, representa um desequilíbrio naquele que é educado, o que repercute em prejuízos em sua formação [2]. Uma pesquisa realizada em 2021 com levantamento bibliográfico de 35 artigos que estudam a ausência paterna evidenciou que a ausência paterna apresenta impacto significativo no desenvolvimento do infante-juvenil, acarretando consequências em seu meio psíquico e de conflitos internos, ainda, nas esferas emocionais, comportamentais e cognitivas se apresentam debilidades [5].

As similaridades entre esses sujeitos que estão em desequilíbrio, como inseguranças, dificuldades de aprendizagem, problemas de interação, isolamento, dificuldades em seguir ordens, tendência a não se sentirem amados, terem falta de interesse no parceiro ou parceira ao estar em relacionamentos, apresentarem sentimentos de inferioridade, rejeição, sendo esses problemas em sua maioria causados por interpretações realizadas a partir do abandono [7].

### B. Estatísticas

Diante do apresentado, a Associação Nacional dos Registradores de Pessoas Naturais expõe que, da data de 01/01/2023 até o dia 28/05/2023, entorno de 1.069.861 pessoas foram registradas em cartórios brasileiros, destas, 73.712 pessoas foram registradas apenas com o nome da mãe [8]. A associação justifica essa ocorrência como pais ausentes, ocorrendo quando o homem se nega a exercer a função paterna, ou está em óbito.

Segundo o Estatuto Brasileiro de Geografia e Estatísticas, até o ano de 2009 o número de mulheres soltas no Brasil correspondia a 17,4% da população, estando boa parte dessas mulheres em situação de pobreza, pardas ou negras [9]. O que corresponde a um problema de saúde pública, que causa prejuízos ao sujeito durante toda a sua vida.

### C. Descrição Prática do Recurso

Evidenciando a problemática, a abordagem de Terapia Cognitiva Comportamental, como é compreendida no presente, se pauta em uma conduta de senso comum, com dois princípios centrais, o primeiro que diz respeito às cognições terem influência em comportamentos e emoções, e o segundo, que fala sobre como o modo de agir dos indivíduos influencia seus pensamentos e emoções [10].

Desta forma, se utilizando do modelo cognitivo, é possível fazer com que os indivíduos avaliem as situações que ocorrem em seu cotidiano, identificando de que forma a interpretação dos eventos influenciam em como eles se comportam e nos sentimentos que neles são despertados. Criando-se uma relação de dependência entre interpretação do evento, e emoções/comportamentos. Compreendendo que, após o evento, a resposta dada pode ser funcional ou disfuncional, causando ou não mais prejuízos ao indivíduo [10].

Com isso, elencando a problemática e as possibilidades da TCC, iniciou-se a elaboração do recurso terapêutico, intitulado *Roleta dos Pensamentos*, com o enfoque de possibilitar a identificação de pensamentos distorcidos e

comportamentos disfuncionais em crianças e adolescentes que possuem a ausência da figura paterna, baseando-se na teoria psicológica.

A estrutura do recurso é composta por uma base retangular de cor azul claro, com uma roleta sobreposta no meio do retângulo. A roleta está dividida em formato de pizza com três partes de cores diferentes, sendo elas amarelo, verde e rosa, sendo possível girá-la para ambos os lados. Acima da roleta há uma seta virada para baixo, como se verifica na Figura 1.

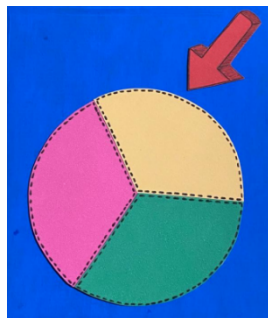


Fig. 1. Roleta dos pensamentos.

Além disso, o recurso conta com três baralhos contendo dez cartas cada, sendo representados respectivamente com as cores presentes na roleta. O baralho amarelo contém em cada carta uma frase relacionada a pensamentos automáticos positivos relacionados à figura paterna. O baralho verde contém em cada carta uma frase relacionada a pensamentos automáticos negativos relacionados à figura paterna. E por fim, o baralho rosa contém em cada carta uma frase relacionada a situações que o paciente pode vivenciar, relacionando-se também com a presença/ausência da figura paterna. A seguir, a Figura 2 ilustra três modelos de cartas, representando cada cor do baralho. As tabelas 1, 2 e 3 apresentam respectivamente as frases dos baralhos amarelo, verde e rosa.



Fig. 2. Modelo de carta.

Eu aprecio a vida.
O meu futuro parece brilhante.
Sinto-me bem.
Tudo vai ocorrer bem.
Sinto-me valorizado.
Os jovens da minha idade gostam de mim.
Eu consigo pensar em várias formas de obter as coisas que são importantes para mim;
As pessoas gostam de estar na minha companhia.
As pessoas querem que eu pertença à vida delas.
Eu sou amado.

Tabela. 1. Frases do baralho amarelo: pensamentos automáticos positivos.

Eu sou um fracasso.
Eu não sirvo para nada.
Tem alguma coisa muito errada comigo.
Eu nunca seria tão bom quanto às outras pessoas.
Eu nunca vou superar meus problemas.
É minha culpa se as coisas derem errado.
Eu tenho medo do que as outras crianças vão pensar de mim.
As outras crianças vão rir de mim quando souberem a verdade.
Eu não sou amado.
Todos me odeiam.

Tabela. 2. Frases do baralho verde: pensamentos automáticos negativos.

Apresentação na escola em homenagem ao dia dos pais.
Produção de lembranças na escola para o dia dos pais.
Crianças/Adolescentes questionam sobre a existência do seu pai.
Crianças/Adolescentes fazem piadas sobre a ausência do seu pai.
Ao contar sobre a ausência do seu pai, os ouvintes demonstram sentir pena de você.
Estar em um ambiente com outras crianças/adolescentes que estão com seus respectivos pais naquele momento.
Seus familiares comentam sobre a ausência do seu pai.
Passar datas comemorativas sem a presença do seu pai.
Dia da família na escola com homenagem aos pais.
Festa de família.

Tabela. 3. Frases do baralho rosa: situações que envolvem a ausência paterna.

O intuito do recurso será de que o paciente gire a roleta e aguarde até que ela pare, e a cor à que a seta estiver apontando quando a roleta parar será a cor do baralho da rodada. O paciente irá retirar uma carta e deverá contar como se sente a respeito daquele pensamento/situação.

A esse respeito, objetivo terapêutico da TCC é reestruturar e corrigir os pensamentos distorcidos, desenvolvendo colaborativamente soluções que melhorem os sintomas apresentados [11].

Dessa forma, para os autores, denominam-se pensamentos automáticos, aqueles pensamentos que ocorrem de forma rápida e espontânea, no nível superficial de pensamentos, logo após a ocorrência de um evento. Sendo assim, uma interpretação imediata da situação. Esses são em sua maioria aceitos pelo indivíduo como verdadeiros, mas são distintos do fluxo natural de pensamentos, sendo comum que o sujeito não se dê conta da sua ocorrência, nem o leve a uma reflexão aprofundada. Reforçando que, ao não serem totalmente verdadeiros, passam a ter caráter de distorções [11].

Ademais nas raízes de interpretações equivocadas de acontecimentos, estão os pensamentos de nível mais profundo, chamados de esquemas ou crenças nucleares, esses dizem respeito a formas mais antigas de se processar novas informações, é característico desse tipo de pensamento determinar como novos conhecimentos e fenômenos são compreendidos e organizados. Assim, trata-se de estruturas cognitivas duradouras que atuam como um filtro, que desde os anos iniciais de desenvolvimento agem de forma realista em indivíduos bem ajustados, e em indivíduos mal ajustados leva a distorções da realidade, o que pode ocasionar um

transtorno psicológico. Tais esquemas podem estar latentes ou inativos no decorrer do tratamento, no entanto de acordo com determinadas situações podem vir à tona [11].

Em associação aos esquemas, estão as crenças intermediárias, essas são o nível intermediário, estão entre os pensamentos automáticos e esquemas, sendo regras, atitudes e pressupostos, que influenciam a visão que o sujeito vai ter da situação, se relacionando na forma que ele age, pensa e sente [12].

O recurso terapêutico desenvolvido poderá identificar tanto pensamentos verídicos quanto distorcidos, apresentando evidências para o psicólogo investigar a tríade cognitiva do paciente, suas crenças, sua forma de interpretar a realidade. Será possível identificar se existe uma concordância com o pensamento das cartas e o do paciente, qual a frequência que esse pensamento ocorre, a forma que ele é percebido, positivamente ou negativamente.

Nas cartas de situações busca-se ter acesso a possíveis situações que causam pensamentos automáticos negativos, elaborando resolução de problemas, e formas mais adaptadas e positivas de interpretar tais situações. Um estilo saudável de pensamento tem a potencialidade de reduzir a angústia e aumentar a sensação de bem-estar dos sujeitos. Identificando a presença de pensamentos automáticos disfuncionais no paciente, colabora-se para a conceitualização de caso e programação de planos de ação no tratamento [10].

O recurso pode ser utilizado para a faixa etária entre o final da infância e início da adolescência, e é passível de adaptações necessárias ao tratamento individual de cada paciente. Também deve ser utilizado pautando-se em conceitos da TCC e nos princípios éticos do Código de Ética do Psicólogo.

### III. CONCLUSÕES

O presente trabalho possibilitou uma melhor compreensão da importância familiar na constituição do ser, tal como os possíveis prejuízos da ausência da figura paterna na vivência de crianças/adolescentes. Contudo, através da problemática levantada, se concluiu a validade de elaboração de recursos terapêuticos que contribuam para a diminuição de prejuízos e disfuncionalidades vivenciados pelos pacientes de psicologia desse nicho.

Com o levantamento bibliográfico e validação da importância de utilização dos recursos psicológicos para a seguinte demanda, elaborou-se o recurso terapêutico “Roleta dos Pensamentos”, que contribuirá no desenvolvimento do tratamento psicológico de crianças e adolescentes, possibilitando meios de identificar e compreender sintomas relacionados à ausência paterna. Cabe salientar que novas pesquisas e estudos de campo sobre o tema são válidos a fim de testar e comprovar os resultados provenientes do presente recurso e desenvolver novas possibilidades a partir dele.

### AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem a Rafael Gustavo de Liz, pela colaboração neste trabalho. Também agradecem a professora universitária Beatriz Hering Faht, que está sempre disposta a

contribuir nos projetos acadêmicos. Este projeto foi financiado pelo Uniavan.

### REFERÊNCIAS

- [1] DIAS, C. A. R. A família na formação da identidade. Orientações de futuro. Tese (Doutorado em Psicologia), Universidade da Beira Interior. Covilhã, p. 1-226, 2012. Disponível em: <[https://ubibliorum.ubi.pt/bitstream/10400.6/2591/1/TESE\\_FINAL\\_Carlos%20Dias.pdf](https://ubibliorum.ubi.pt/bitstream/10400.6/2591/1/TESE_FINAL_Carlos%20Dias.pdf)>. Acesso em: 28 maio 2023.
- [2] BENEZIK, E. B. P. A importância da figura paterna para o desenvolvimento infantil. *Psicopedagogia*, n. 28, v. 85, p. 67-75, 2011.
- [3] NÓBRAGA, M. D. M.; LOPES NETO, D; SANTOS, S. R. D. Uso da técnica de brainstorming para tomada de decisões na equipe de enfermagem de saúde pública. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 50, n. 2, p. 247-256, abr. 1997.
- [4] PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. *Metodologia do Trabalho Científico: Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico*. 2 ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.
- [5] REIS, L. D. S.; SILVA, Y. V. N. D. Os impactos da ausência paterna no desenvolvimento do adolescente. *Psicologia*, Centro Superior UNA de Catalão – UNACAT, Catalão, 2021.
- [6] OLIVEIRA, D. M. S. D. de et al. A importância da família para o desenvolvimento infantil e para o desenvolvimento da aprendizagem: um estudo teórico. *Intr@ciencia*, v. 19, p. 1-8, 2020.
- [7] TRAPP, E. H. H.; ANDRADE, R. de S. As consequências da ausência paterna na vida emocional dos filhos. - *Revista Ciência Contemporânea*. Guaratinguetá, São Paulo, v.2, n.1, p. 45-53, 2017.
- [8] ARPEN BRASIL. Associação Nacional dos Registradores de Pessoas Naturais. Pais ausentes. Brasil, 2023. Disponível em: <<https://transparencia.registrocivil.org.br/painel-registral/pais-ausentes>>. Acesso em: 28 maio 2023.
- [9] IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Características das famílias e domicílios: mulheres sem cônjuge e com filhos. Brasil: IBGE, 2009. Disponível em: <<https://seriesestatisticas.ibge.gov.br/series.aspx?no=6&op=0&vcodigo=FED304&t=t>>. Acesso em: 28 maio 2023.
- [10] WRIGHT, J. H. et al. *Aprendendo a terapia cognitivo-comportamental: um guia ilustrado*. 2 ed. Porto Alegre: Artmed, 2019.
- [11] KNAPP, P.; BECK, A. T. *Fundamentos, modelos conceituais, aplicações e pesquisa da terapia cognitiva*. Brasil *Psiquiatria*, v. 30, n. 2, p. 54-64, 2008.

[12] BECK, J. S. Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática. 3 ed. Porto Alegre: Artmed, 2022.

#### DADOS BIOGRÁFICOS

Laura Wisbecker Alexandre, nascida em 29/09/2001 em São João Batista – Santa Catarina, é graduanda em psicologia pelo Centro Universitário Avantis.

Nicole de Souza Marcello, nascida em 24/01/2002 em Taquara – Rio Grande do Sul, é graduanda em psicologia pelo Centro Universitário Avantis.

Rafael Gustavo de Liz, nascido em 27/02/1987 em Blumenau – Santa Catarina, é mestre em Saúde e Gestão do Trabalho pela Universidade do Vale do Itajaí - UNIVALI. Especialista em Psicologia Hospitalar e da Saúde pela Faculdade Pequeno Príncipe – Curitiba. Graduado em Psicologia pela Universidade Regional de Blumenau - FURB.

Possui experiência na área Clínica e Hospitalar. Atuou como professor do Departamento de Medicina da Universidade Regional de Blumenau – FURB.

Atualmente é professor do curso de Psicologia e Enfermagem do Centro Universitário UNIAVAN – Balneário Camboriú. Ministra Palestra, treinamentos e workshops nas áreas de Gestão, Saúde e Educação. Proprietário da R.LIZ Consultoria.