

Por que vou à terapia



Crianças entendendo
a terapia cognitivo-
comportamental



Marina Gusmão Caminha | Luciana Alves Tisser



Por que vou à terapia?

Crianças entendendo a terapia
cognitivo-comportamental

Marina Gusmão Caminha e Luciana Alves Tisser



2014

Dedicatória

Dedico esse livro àquela que me ensinou o prazer da leitura, que tornou mágico o mundo dos contos, das fábulas e da literatura infantil. Àquela que me inspirou em tantos sentidos... minha vó Gladys Sperb de Jesus. (MGC)

Dedico esse livro a minha maior fonte de inspiração, no entendimento das emoções, comportamentos e pensamentos, presentes no lindo e encantador mundo das crianças... ao “pequeno grande homem”..., meu filho, Lucca Tisser Paradedda. (LAT)

Apresentação

Este livro tem como objetivo psicoeducar o público infantil que chega à psicoterapia, especialmente com foco cognitivo-comportamental, sobre dúvidas, questões e curiosidades relacionadas ao processo terapêutico.

Numa linguagem acessível e ilustrativa, explica às crianças de que modo podem ser ajudadas por um terapeuta, além de também introduzir conceitos relacionados à terapia cognitivo-comportamental (TCC). O objetivo é reduzir as ansiedades que existem no início de um processo psicoterápico e facilitar o entendimento do mesmo.

Através da conexão entre emoções, pensamentos, comportamentos e alterações fisiológicas, o leitor começa a entender o modelo e a forma de trabalho do terapeuta. Percebe também, que terá um papel ativo nesse processo, da mesma forma que o profissional que o acompanha.

Com algumas questões inseridas em quadros no texto, o leitor é convidado a interagir contando um pouco de si, o que acaba sendo mais um facilitador no sentido de acessar o paciente. Além das questões interativas do texto, o terapeuta ainda pode acessar através do link

<http://www.sinopsyseditora.com.br/pqv1> outros materiais a serem explorados com a criança.

Boa leitura e bom trabalho a todos!

Marina Gusmão Caminha e Luciana Tisser

Agradecimentos

Meus agradecimentos à minha família, pelo suporte e apoio de sempre. Ao meu filho, Vitor Gusmão Caminha, e ao meu marido, Renato Maiato Caminha, pelas constantes manifestações de amor, pela paciência com a minha vida acelerada, pelo incentivo a continuar trilhando o caminho escolhido, pela acolhida e carinho diário em cada gesto e palavra. A meus pais, Stela e Luiz Fernando P. Gusmão, e meus irmãos, Ricardo Gusmão, Marcel Gusmão e Luiz Fernando J. Gusmão, por serem a base de tudo e por me ensinarem a cada dia a importância e o valor da família. Aos meus pacientes e alunos por serem uma constante fonte de energia e inspiração para meu trabalho. A todos aqueles que ajudaram a tornar esse projeto possível, a equipe Sinopsys e a minha parceira Luciana Tisser. (MGC)

Meus agradecimentos à Helena Alves Tisser, grande mulher e minha mãe, pela forma que me criou e por ter me permitido “ser criança” e por hoje me auxiliar muito com seu excelente papel de vó. A meu filho por ter me feito, certamente, um ser humano melhor com sua vinda e por entender minhas ausências em função de estudo e trabalho. A minha irmã Laura Tisser por ser fundamental em minha história de vida. Aos meus alunos que estimulam o constante aperfeiçoamento teórico e técnico. Aos meus pacientes por me incentivarem cada vez mais a entendê-los e ajuda-los nesta aventura que é crescer e viver! A equipe Sinopsys e a minha parceira Marina Gusmão Caminha. (LAT)

Por que vou à terapia?

Carla briga todos os dias com seus familiares. Frederico chora sempre que inicia a aula. Paulinha não consegue dormir sozinha. Jonas sente dor de barriga quando tem provas na escola.

O que essas crianças têm em comum? Cada uma dessas crianças enfrenta um problema. Os problemas fazem parte da vida de todas as pessoas... às vezes são probleminhas, às vezes são problemões.

Às vezes as crianças resolvem seus problemas sozinhas, às vezes precisam da ajuda da família ou da professora, ou dos amigos para enfrentá-los.

Você já sentiu que tem um problema
tão grande, mas tão grande, que não tem
ideia sobre o que fazer com ele?

