



**TERAPIA PELA INTERNET:
LIMITES E POSSIBILIDADES NA PERCEPÇÃO DE PSICOTERAPEUTAS**

Marcelle Matiazo Pinhatti

Porto Alegre, 2013

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA DO DESENVOLVIMENTO E DA
PERSONALIDADE

CURSO DE PSICOLOGIA

**TERAPIA PELA INTERNET:
LIMITES E POSSIBILIDADES NA PERCEPÇÃO DE PSICOTERAPEUTAS**

Trabalho apresentado como requisito parcial para
Conclusão de Curso de Graduação em Psicologia,
sob orientação do Prof. Dr. William Barbosa Gomes

Marcelle Matiazo Pinhatti

Porto Alegre, 2013

AGRADECIMENTOS

Ao longo desse percurso, muitas pessoas estiveram presentes, de diferentes maneiras, não só na etapa final do curso, mas durante todo o processo da minha graduação. Gostaria, então, de agradecer imensamente:

Aos meus pais, Marcos e Mônica, por todos os ensinamentos, pelos valores transmitidos, pelo apoio incondicional e pelos constantes exemplos de luta;

A minha família, pela confiança, pelo incentivo, pela compreensão e pela ajuda, especialmente meus avós Paulina, Renato, Amanda e Hélio, que me ensinaram o valor das coisas simples da vida e que a conquista vem com muita fé e muito esforço;

Ao grupo de pesquisa LaFEC, que sempre me acolheu e me proporcionou momentos de muito aprendizado, de muita alegria, de muito companheirismo e de muita amizade, especialmente a Manoela, a Maria Adélia, o Thiago, o Luciano e o Marcos;

Ao meu orientador William, pela atenção, pelo carinho, pela compreensão e pela confiança que depositou em mim desde o início.

SUMÁRIO

	Página
RESUMO	6
INTRODUÇÃO	7
A utilização da tecnologia na psicologia	7
A psicoterapia pela Internet	9
Estudos em psicoterapia pela Internet	10
A pesquisa em psicoterapia pela Internet no Brasil	12
OBJETIVO	15
MÉTODO	15
Delineamento	15
Participantes	16
Instrumentos	16
Procedimentos	16
Análise dos dados	17
Considerações Éticas	17
RESULTADOS	18
Descrição Fenomenológica	18
Redução Fenomenológica	27
Interpretação Fenomenológica	28
DISCUSSÃO	28
CONSIDERAÇÕES FINAIS	30
REFERÊNCIAS	32

ANEXOS

ANEXO A. Entrevista Fenomenológica Semiestruturada	34
ANEXO B. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	35
ANEXO C. Entrevistas transcritas	37

RESUMO

Esforços vêm sendo realizados para levar a psicoterapia, em suas várias modalidades, aos mais variados segmentos da população. Com o desenvolvimento de novas tecnologias, uma via atrativa de atendimento psicoterápico é a Internet. No entanto, a Resolução N° 011/2012 do Conselho Federal de Psicologia proíbe a prática psicoterápica pela Internet, devido à falta de estudos sobre essa modalidade, mas permite o estudo desse tratamento para fins de pesquisa e para orientação psicológica. O presente estudo teve como objetivo compreender como psicoterapeutas avaliam, no mundo atual, o oferecimento de psicoterapia *online*. Entrevistas semiestruturadas foram conduzidas com seis psicoterapeutas acerca dos limites e das possibilidades da psicoterapia pela Internet e analisadas com utilização do método da fenomenologia semiótica. Quatro temas principais surgiram ao longo do processo de análise: 1) O impacto da Internet na vida das pessoas e no meio terapêutico, 2) O que se entende por psicoterapia *online*, 3) Diferenças entre psicoterapia *online* e psicoterapia presencial, e 4) Falta de conhecimento e de estudos sobre psicoterapia pela Internet. Os temas foram posteriormente reduzidos a três estruturas básicas. A partir deste estudo, pretende-se abrir caminhos para novas pesquisas sobre psicoterapia *online*.

PALAVRAS-CHAVE: Psicoterapia, Internet, limites, possibilidades, psicoterapeutas

INTRODUÇÃO

No início do novo século, percebemos a influência da informática e da tecnologia na vida diária de praticamente todas as pessoas. A tão sonhada tecnologia se faz hoje presente nos diversos âmbitos da nossa vida, de forma que fica difícil, se não impossível, fugir dessa realidade. Com o rápido avanço tecnológico, houve uma adaptação das ciências em busca da aproximação com o novo conhecimento. O advento da Internet também intensificou os debates acerca de sua introdução na psicologia, fazendo com que o tema venha sendo cada vez mais debatido nos meios acadêmicos e profissionais ligados à área (Marot & Ferreira, 2008).

O presente estudo apresenta a seguir uma breve revisão de literatura sobre a introdução da psicoterapia *online* no cenário mundial e especificamente no Brasil. Posteriormente, será apresentado o estudo qualitativo realizado com psicólogos de diferentes linhas teóricas acerca de sua percepção sobre limites e possibilidades da terapia pela Internet.

A utilização da tecnologia na psicologia

Em 1966, no *Massachusetts Institute of Technology*, Joseph Weizenbaum (1923-2008) desenvolveu um programa que representou o marco da intervenção psicológica com o auxílio dos computadores (Prado, 2005). O programa se chamava *Eliza* e funcionava como simulador da terapia em que o sujeito falava, via texto, com o programa da mesma forma com que fala com um terapeuta. O objetivo foi estudar a linguagem natural em computadores, sendo posteriormente usado por alguns indivíduos para fazer terapia. Outra demonstração que também foi considerada uma das pioneiras em relação ao ingresso da Internet na psicologia foi no início da década de 70, em uma sessão de psicoterapia simulada entre computadores durante a *International Conference on Computer*

Communication, nos Estados Unidos. Nesse período, grupos de apoio *online* deram início aos atendimentos terapêuticos via Internet, estabelecendo firmemente o potencial da comunicação mediada por computador para permitir a discussão de questões pessoais. Apesar da falta de precisão acerca do momento em que os profissionais de saúde mental começaram a interagir com pacientes por computador, considera-se que o serviço organizado mais antigo foi "*Ask Uncle Ezra*". O serviço era conhecido por fornecer aconselhamento de saúde mental *online* e gratuito aos estudantes da Universidade de Cornell, em Nova Iorque. Este serviço está em operação contínua desde 1986 ("*E-therapy: history and survey*", 2002).

Landa e Peñalosa (2008, 2009) apontam que a tecnologia trouxe novas condições e ferramentas aplicáveis ao fomento de conhecimentos e habilidades no âmbito da psicologia clínica. Além disso, os autores destacam a possibilidade da avaliação do desempenho de psicoterapeutas a partir dessas ferramentas. Segundo a revisão de literatura dos autores sobre o uso de novas tecnologias da informação na terapia psicológica, existem pelo menos quatro áreas de atenção sobre o tema: 1) a evolução clínica, que possibilita maior eficiência na coleta e no processamento de dados; 2) a realidade virtual, a qual, através de ferramentas computacionais, simula ambientes controlados para facilitar a aquisição de habilidades e destrezas; 3) a *cyberterapia*, ou terapia *online*, que se concebe como uma nova modalidade de ajudar as pessoas a resolverem seus problemas interpessoais, e 4) a formação de profissionais de saúde mental, que implica tanto em desenvolvimento de materiais didáticos em multimídia quanto o aproveitamento da Internet de forma geral.

A psicoterapia pela Internet

Web-based therapy, *cybertherapy*, *e-therapy*, *eHealth*, *e-Interventions*, *computer-mediated interventions* e *online counseling*, dentre outros, são termos considerados sinônimos e utilizados para definir a prática psicoterápica baseada em meios

tecnológicos. Contudo, apesar de serem considerados sinônimos, os termos referidos designam práticas diferentes. Em vista disso, Barak, Klein e Proudfoot (2009) alegam a falta de clareza e de consistência no campo e indicam a necessidade de uma padronização da terminologia a fim de discriminar as peculiaridades de cada prática. Por sua vez, os meios tecnológicos de comunicação e informação são entendidos como sendo todas as mediações computacionais com acesso à Internet, por meio de televisão a cabo, aparelhos telefônicos, aparelhos conjugados ou híbridos, ou qualquer outro modo de interação que possa vir a ser introduzido (Resolução CFP nº011/2012).

Segundo Kaplan (1997), a psicoterapia *online* ou psicoterapia pela Internet não se propõe a ser uma nova modalidade de psicoterapia, mas um novo meio de realizá-la. Consiste em um tipo de terapia na qual o terapeuta encontra-se em um local diferente daquele em que o paciente está, sendo, portanto, viabilizada pela comunicação bidirecional, a qual pode se dar por meio de áudio, audiovisual ou texto. Exemplos são *chat*, videoconferência e *e-mail*. A psicoterapia *online* dispõe de dois tipos de relação: síncrona ou assíncrona. Enquanto a primeira envolve a comunicação em tempo real, com a marcação de um horário limitado de atendimento, como em um consultório, a segunda possibilita a comunicação não simultânea, em um tempo definido contratualmente, geralmente no prazo de 24 horas (Marot & Ferreira, 2008; Santos, 2005).

A psicoterapia pela Internet já vem sendo praticada no exterior há mais de dez anos. Nos países em que é oficializada, como Austrália, Reino Unido e Estados Unidos, oferece as vantagens de disponibilidade, conveniência, acessibilidade, baixo custo, anonimato, privacidade e redução de estigma (Cartreine, Ahern & Locke, 2010). No Brasil, por sua vez, a psicoterapia *online* só é permitida aos psicólogos na forma de pesquisa, sendo autorizada, até o momento, apenas para orientação psicológica *online*, voltada à queixa pontual e específica, por no máximo vinte sessões (CFP Resolução Nº 011/2012). A resolução permite ainda que os profissionais realizem processos prévios de seleção de

peçoal, aplicação de testes, supervisão do trabalho de psicólogos, e eventual atendimento de clientes que se encontram momentaneamente impossibilitados de comparecer ao atendimento presencial. Quando houver regularidade dos serviços psicológicos referentes à presente resolução, o profissional será obrigado a realizar o cadastramento desses serviços. O atendimento psicoterapêutico em caráter experimental, realizado por meios tecnológicos de comunicação à distância, exige a apresentação do certificado de aprovação do protocolo em Comitê de Ética em Pesquisa, além do respeito ao Código de Ética, da proibição de qualquer remuneração ao participante e da especificação de todas as informações da pesquisa no *site* em que a realiza (CFP Resolução Nº 011/2012).

Estudos em psicoterapia pela Internet

Estudos de eficácia e efetividade mostram que as terapias pela Internet trazem benefícios aos pacientes e que, quando comparadas a terapias tradicionais, podem apresentar resultados semelhantes ou ainda melhores (Barak, Hen, Boniel-Nissim, & Shapira, 2008; Donnamaria, 2013). Também a relação terapêutica parece não ficar tão comprometida na modalidade *online* como se pensava. Investigações quantitativas evidenciam similaridades na pontuação de escalas de relação terapêutica entre terapias *online* e presenciais e estudos qualitativos mostram não ser a relação *online* pior que a presencial, mas sim diferente, sendo que alguns estudos apontam inclusive relações mais satisfatórias para essa modalidade (Cook & Doyle, 2002; Himle, Fischer, Muroff, Van Etten, Lokers, & Abelson, et al., 2006; Prado & Meyer, 2006).

Cook e Doyle (2002) compararam dois grupos terapêuticos – um grupo de terapia *online*, e um grupo de terapia presencial. Cinco terapeutas de diferentes linhas teóricas participaram da pesquisa. O atendimento foi via *e-mail* ou *chat*, sendo que também teve comunicação via áudio conferência. Os instrumentos utilizados foram a *Working Alliance Inventory* (WAI) e um questionário sociodemográfico. Além disso, os participantes

comentaram sobre a sua experiência de receber aconselhamento *online* após responderem ao WAI. Resultados apontaram que o grupo de terapia *online* teve escores mais elevados nas subescalas. Sete temas surgiram da análise dos comentários dos participantes ao final do WAI: viabilidade, desinibição, custo, viagem, relação entre cliente e *counselor*, vantagens da comunicação escrita, conveniência e flexibilidade. Todos os temas apresentaram vantagens à psicoterapia *online*.

Himle et al. (2006) realizaram uma pesquisa sobre a Terapia Cognitivo-Comportamental baseada em videoconferência em sujeitos com TOC (Transtorno Obsessivo-Compulsivo). Todos os participantes apresentaram escores bastante altos no pós-tratamento no WAI, associados com altas avaliações de satisfação no tratamento e de aliança terapêutica. Observou-se também um elevado grau de melhoria nos sintomas do TOC. Os altos escores do WAI, juntamente com avaliações positivas nos itens específicos para empatia do terapeuta, revelaram que a videoconferência rendeu relações terapêuticas de boa qualidade e empáticas.

Com o objetivo de compreender como terapeutas *online* definem e experienciam a confiança no ambiente terapêutico virtual, Fletcher-Tomenius e Vossler (2009) realizaram uma pesquisa qualitativa com seis terapeutas virtuais, com utilização de entrevistas semiestruturadas. Os entrevistados afirmaram que geralmente experimentam um alto nível de confiança nas relações terapêuticas *online* e que seus pacientes consideram as etapas iniciais da terapia virtual mais fáceis para estabelecer confiança quando comparada com o contato face-a-face, em função do anonimato. O meio de comunicação foi considerado por todos os participantes como algo que afeta a confiança no trabalho terapêutico tanto de forma positiva como negativa. Eles atribuíram a características peculiares da terapia virtual o fato de os pacientes terem o poder de controlar, com o toque de um botão, a profundidade de sua comunicação e a quantidade de sua autorrevelação. Enquanto a possibilidade de releitura do próprio texto foi considerada benéfica para os pacientes, a

ausência de sinais e de métodos específicos no ambiente *online* foi considerada uma limitação na compreensão total do paciente, podendo ter impacto sobre o desenvolvimento da confiança. No entanto, os entrevistados descreveram formas e técnicas que podem ser úteis para estabelecer uma relação terapêutica eficaz e de confiança no contexto *online*.

A pesquisa em psicoterapia pela Internet no Brasil

Mesmo com o crescente número de achados em pesquisa em psicoterapia pela Internet, o assunto ainda é pouco estudado no Brasil, embora haja um movimento de se conhecer a prática para avaliar a pertinência ou não de sua aplicação. Desde 2000, eventos sobre psicologia e Internet vêm sendo realizados pelo Conselho Regional de Psicologia de São Paulo (CRP SP) e Conselho Federal de Psicologia (CFP), como o “Simpósio de Psicologia e Informática” do CRP SP (2000). Livros e textos foram publicados sobre o tema (Santos, 2003; Prado & Meyer, 2005; Sayeg, 2000). Em 2006, o CFP, juntamente com o CRP SP e o núcleo de Pesquisas da Psicologia em Informática organizaram o III PsicoInfo e II Jornada do Núcleo de Pesquisas em Psicologia e Informática (NPPI), promovendo ferramentas tecnológicas. O evento se propôs a dar continuidade e aprimoramento à validação de sites que prestam serviços psicológicos via Internet, a estimular as Universidades para produção de saberes a fim de avançar a relação da psicologia com a informática, e dar publicidade a trabalhos produzidos no âmbito das interfaces psicologia/informática para colaborar no avanço do campo. Contudo, se levarmos em consideração a quantidade de pesquisa que vem sendo realizada em psicoterapia e Informática fora do país e a significativa compilação de achados que já se constituiu, por contraste, não parecemos ter progredido no campo. A seguir apresentam-se estudos nacionais sobre psicoterapia *online*.

Prado e Meyer (2006) utilizaram o WAI de Horvath e Greenberg (1989) em 29 pacientes que realizaram 15 semanas de psicoterapia via *e-mail*, de forma assíncrona, com

terapeutas de diferentes abordagens teóricas. Esse instrumento consiste em uma avaliação global da aliança terapêutica, composta por três subescalas: tarefas (colaboração entre os parceiros terapêuticos), vínculos (construto de empatia) e objetivos (negociação e entendimento mútuo entre terapeuta e paciente acerca dos objetivos da terapia). Os autores encontraram pontuação no WAI similar à descrita na literatura sobre o instrumento, mostrando-se a relação terapêutica *online* semelhante à dos atendimentos presenciais. Esse achado veio em consonância com estudos anteriores.

Marot e Ferreira (2008) buscaram compreender o que pensavam os profissionais acerca da psicoterapia pela Internet. Os autores estudaram atitudes de 161 psicólogos, psiquiatras e terapeutas acerca da aprovação dessa modalidade na perspectiva da teoria da ação racional. De acordo com a teoria em questão, os indivíduos desenvolvem crenças comportamentais, isto é, um conjunto de informações sobre os objetos, constituindo-se as mesmas na base cognitiva das atitudes. As crenças dos participantes mais relacionadas às atitudes favoráveis à terapia *online* foram as associadas à continuidade da terapia em caso de viagens e doença, bem como de ser possível enviar mensagem eletrônica ao terapeuta a qualquer momento. Já as crenças menos relacionadas à atitude positiva foram a evitação de deslocamento até o terapeuta e a maior dificuldade de diagnóstico através da Internet. O contato face-a-face com o terapeuta não foi considerado tão importante quanto a possibilidade de não interromper a terapia, mesmo que não sendo presencial e podendo, por isso, oferecer diagnósticos imprecisos. Para os autores, esses achados permitem que estratégias sejam executadas, com o objetivo de mostrar às pessoas as vantagens da terapia *online*, corrigindo-se crenças negativas e reforçando-se as positivas sobre o tema.

Seguindo a busca pela compreensão do que pensam os terapeutas acerca da psicoterapia pela Internet, Santos (2005) investigou a opinião de 25 psicoterapeutas especialistas de diferentes abordagens – psicanálise, gestalt-terapia, terapia cognitivo-comportamental e terapia corporal, através de entrevistas semiestruturadas sobre o tema. A

pesquisadora dividiu os participantes em dois grupos: o grupo I era composto de 16 profissionais que realizavam psicoterapia em consultório e nunca haviam oferecido serviço psicológico pela Internet, e o grupo II era constituído de nove terapeutas que praticavam psicoterapia *online*. As categorias foram estabelecidas previamente e em um momento posterior foram definidas baseadas no grau de importância que tiveram nos relatos dos participantes, na mídia e na revisão da literatura.

Ambos os grupos apresentaram diferença significativa na opinião quanto à viabilidade da prática psicoterápica pela Internet. Os terapeutas sem experiência em psicoterapia *online*, do grupo I, mostraram-se desfavoráveis à prática, ao passo que os terapeutas do outro grupo que atendiam pacientes na rede, consideraram-na promissora. Além disso, o grupo I mostrou-se desmotivado para o desenvolvimento de trabalho baseado no computador; já, o grupo II, apresentou um alto grau de motivação para a prática, apontando sua importância no avanço do conhecimento dessa nova modalidade terapêutica, na ampliação da oferta de serviços psicológicos e na realização de pesquisa na área. A maioria do grupo I (88%) e minoria do grupo II (22%) mostraram-se desfavoráveis à adaptação de sua prática para a Internet. Dentre os pontos contrários a essa transposição, ressaltou-se o prejuízo ao tratamento, devido à ausência da relação presencial. Destaca-se que enquanto os gestalt-terapeutas e os psicólogos reichianos julgaram improvável a adaptação de sua prática à Internet - pela importância atribuída ao contato direto com o paciente - os psicanalistas apresentaram discrepâncias. Alguns se mostraram contra ao atendimento *online* por acreditarem que a terapia não se dá apenas no plano racional, mas também afetivo, e outros avaliaram positivamente a prática *online*, principalmente com relação à “atenção flutuante”, podendo fluir melhor na rede e abrir espaço para a interpretação do analista, independentemente da modalidade presencial ou virtual. Embora os terapeutas cognitivo-comportamentais tenham atribuído certo grau de viabilidade à

transposição de sua prática à rede, 75% dos terapeutas cognitivo-comportamentais do grupo I não dispensam o contato direto com o paciente.

A partir desse estudo, percebeu-se que os profissionais que lançavam mão da prática psicoterápica pela Internet, mostraram-se mais favoráveis a ela, e apontaram pontos positivos nessa modalidade terapêutica, além de enxergarem como promissora e desejarem mantê-la como prática. Com isso, é possível inferir tanto que os terapeutas que realizavam psicoterapia pela Internet foram à busca dessa experiência justamente em decorrência de uma atitude favorável à prática, quanto que após terem experienciado tal prática, perceberam-na como positiva e, por isso, tornaram-se favoráveis a ela.

OBJETIVO

O objetivo do presente estudo foi compreender o que psicoterapeutas de diferentes linhas teóricas pensam a respeito da psicoterapia *online*. Buscou-se elencar pontos favoráveis e desfavoráveis percebidos por esses profissionais acerca do atendimento psicoterápico da modalidade virtual.

MÉTODO

Delineamento

O estudo teve um delineamento qualitativo, buscando-se compreender de forma aprofundada o que psicoterapeutas percebem da terapia *online*. A escolha foi feita com o objetivo de um melhor entendimento das experiências dos profissionais frente à modalidade de terapia virtual.

Participantes

O presente estudo contou com a participação de seis psicoterapeutas residentes em Porto Alegre de distintas linhas teóricas, sendo quatro mulheres (66,66%) e dois homens, dos quais dois eram de orientação psicanalítica, um psicodramatista, um existencialista, um sistêmico e um cognitivo-comportamental. A idade dos participantes variou entre 22 e 42 anos (M=32, DP=6,82).

Os participantes foram escolhidos por conveniência, tendo como critério de seleção para participação da pesquisa o mínimo de dois anos de prática psicoterápica, contando com estágio em clínica e prática pós-formados. Os participantes possuíam de três a 13 anos de experiência clínica (M=6,33, DP=3,67). Nenhum dos participantes havia tido experiência com psicoterapia pela Internet como terapeuta nem como paciente. Também não conheciam pessoas que estavam sendo atendidas via *online* nem terapeutas que atendiam nessa modalidade desde o início do tratamento.

Instrumentos

Foi realizada uma entrevista fenomenológica semiestruturada com os participantes acerca de sua percepção sobre psicoterapia pela Internet (ANEXO A). Dois exemplos de perguntas são: “Você já ouviu falar sobre Psicoterapia pela Internet?” e “Qual a sua opinião sobre psicoterapia pela Internet?”.

Procedimentos

Os participantes foram contatados via e-mail e telefone para participarem da pesquisa. As entrevistas foram realizadas e gravadas no local de escolha e de disponibilidade dos participantes. Posteriormente, as entrevistas foram transcritas (ANEXO C) e analisadas.

Análise dos dados

A análise seguiu os critérios qualitativos sistemáticos e sistêmicos do método fenomenológico (Gomes, 1997). Este modelo de análise qualitativa foi escolhido em detrimento de outros, pois permite a exploração profunda de uma área com o objetivo de compreender as experiências pessoais através da produção e análise de narrativas (Fletcher-Tomenius & Vossler, 2009). Primeiro foi feita a descrição qualitativa dos relatos trazidos pelos participantes sobre o que conheciam e pensavam a respeito da psicoterapia pela *Internet*, separando-se partes de um todo. Após a descrição, foi realizada a redução fenomenológica para captar o fenômeno da percepção do que os participantes consideravam como sendo a psicoterapia *online* e o que esta oferecia em termos de benefícios e prejuízos em relação à psicoterapia tradicional, especificando-se e delimitando-se o fenômeno em novas partes. Por fim, foi realizada a interpretação fenomenológica dos dados a partir da compreensão do que foi dito pelos participantes, de forma a contrastar os sentidos analisados a partir dos dados com o todo novamente. Desse modo, confronta-se o que foi descrito e especificado com outros entendimentos em torno do fenômeno (Gomes, 1997).

Considerações Éticas

A presente pesquisa é uma ramificação de um estudo maior, em andamento, sobre aliança terapêutica na psicoterapia *online*, de Maria Adélia Minghelli Pieta. Este estudo recebeu a aprovação do Comitê de Ética da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, sob o protocolo de número 21666. Todos os participantes deram seu consentimento por escrito via assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

RESULTADOS

Descrição Fenomenológica

Quatro principais temas emergiram da análise descritiva dos seis participantes. Dois dos quatro temas foram divididos em dois subtemas. Os temas que surgiram foram:

1. O impacto da Internet na vida das pessoas e no meio terapêutico
2. O que se entende por psicoterapia *online*
3. Diferenças entre psicoterapia *online* e psicoterapia presencial
4. Falta de conhecimentos sobre psicoterapia pela Internet

1. O impacto da Internet na vida das pessoas e no meio terapêutico

De acordo com os entrevistados, a Internet é entendida como um fenômeno que invadiu a vida das pessoas de forma que não há como “escapar” dela. Por conseguinte, ela vem se expandindo e ocupando diferentes esferas, tanto no campo pessoal quanto no profissional, e isso dificulta qualquer movimento que vá contra esse avanço.

PI: “... a Internet é algo que está em expansão, já entra na vida de toda população mundial, mesmo os mais pobres até as pessoas que já tem contato. É uma realidade que se instala. Então, ir contra isso é complicado.”

Apesar de não poder ir contra o avanço da Internet, os participantes relataram que é preciso ter cuidados e restrições quando esse fenômeno invade o meio terapêutico, pois ainda se trata de um assunto pouco conhecido no Brasil, o que requer mais estudos acerca dos limites e alcances dessa tecnologia na prática psicológica.

Participantes relataram ainda que fazem ou já fizeram o uso da Internet ou de outros meios de comunicação, como telefones residenciais e celulares, no contato com alguns pacientes. Mas, segundo eles, essa estratégia não funcionou como atendimento *online*, e sim como um auxílio ao tratamento em casos de distância física ou de questões dos

pacientes sobre o processo terapêutico. Eles relataram essa experiência como se tratando de um facilitador no acesso do terapeuta ao paciente, sem, no entanto, terem dados que comprovem uma possível interferência positiva ou negativa dessa ferramenta ao tratamento psicoterapêutico.

P2: “... eu tenho uma paciente atual que [...] por questões médicas ela não pode sair da cama, fez uma cirurgia recentemente, e vez ou outra ela me escreve com algumas questões e eu retorno essas questões por e-mail dentro do que a gente vinha trabalhando. [...] Mas o que eu faço por e-mail eu fico me perguntando se tem talvez a mesma efetividade, enfim, do que a presencial.”

2. O que se entende por psicoterapia *online*

Embora a aplicação de recursos tecnológicos à psicoterapia não fosse novidade entre os participantes, a prática da psicoterapia ancorada exclusivamente na Internet é pouco conhecida por eles. Dessa forma, os participantes não tinham maiores conhecimentos sobre o assunto ou sobre pessoas que trabalhavam com esse tipo de abordagem, mas já haviam lido ou escutado sobre o tema em congressos, em reportagens ou na própria Internet.

Os participantes definiram a psicoterapia *online* de três formas, organizadas em três subtemas:

- 2.1. Psicoterapia somente pela Internet;
- 2.2. Psicoterapia pela Internet como uma ferramenta à psicoterapia tradicional;
- 2.3. Diferentes tipos de tecnologia usados na psicoterapia pela Internet.

2.1. Psicoterapia somente pela Internet

A primeira forma trazida pelos participantes, a psicoterapia integralmente praticada na rede, foi abordada com muito receio, pois eles acreditam que o processo de psicoterapia apenas por Internet, ou seja, sem nenhum contato presencial do terapeuta com o paciente,

não trará os mesmos resultados positivos que uma psicoterapia tradicional. O argumento é que a prática da psicoterapia requer um contato íntimo das pessoas envolvidas no tratamento, contato este diferenciado do obtido pela Internet, uma vez que existem outros fatores que não só a fala, cujo envolvimento é de extrema importância na relação terapêutica. Aspectos como o tom de voz, a postura corporal tanto do paciente como do terapeuta, emoções instantâneas suscitadas no paciente, transferência e contratransferência, o próprio ambiente terapêutico, a posição dos objetos no local, o fato de deslocar-se de um lugar para outro, foram trazidos como dificuldades quando se trata de um *setting* diferenciado e flexível proporcionado pela psicoterapia *online*. Foi apontada ainda a possibilidade de o paciente e o terapeuta utilizarem suas casas como o próprio *setting*, o que facilitaria a ocorrência de riscos como aparecer algum familiar no cômodo onde se está fazendo o atendimento.

P2: “... eu acho que o contato íntimo com o terapeuta é interessante, claro que a gente tem contato também com as pessoas que a gente se relaciona por Internet. Mas eu acho que é um contato diferenciado porque em alguns momentos outros fatores que não só a fala, mas tipo o tom de voz, postura corporal e até a própria postura do terapeuta e até do que pode acontecer na sessão se a gente tem que estar mais preparado, acho que dificultaria no caso de um atendimento por Internet.”

Apesar da evolução tecnológica, ainda existem deficiências nesses meios de comunicação, como foi retratado pelos participantes ao falarem do risco de cair a conexão da *Internet* ou de faltar luz durante uma sessão de psicoterapia *online*. Em vista disso, os entrevistados se mostraram apreensivos e sem soluções quanto aos possíveis problemas decorrentes dessa abordagem.

P3: “Eu acho que daí talvez fique mais difícil de interpretar alguma coisa, de captar algumas coisas, atitude não-verbal do paciente que vem com a fala [...].”

Mais isso sim. E também tu depender de uma tecnologia, que às vezes a gente vê 'ah, conexão não tá boa'.”

2.2. Psicoterapia pela Internet como uma ferramenta auxiliar à psicoterapia tradicional

Os participantes se mostraram mais adeptos e familiarizados com a utilização da *Internet* como uma ferramenta auxiliar à psicoterapia. Falaram das vantagens dessa abordagem em casos de pacientes que vão morar no exterior e não querem perder o contato com seu terapeuta e em cidades grandes em que a distância física é muito grande para se deslocar até a instituição ou o consultório terapêutico. Embora não considerem como modalidade terapêutica, alguns participantes inclusive fizeram uso dessa ferramenta em situações de viagens dos pacientes ou em casos de dúvidas sobre tarefas de casa ou sobre o processo em geral. Segundo eles, essa é uma forma de auxílio à terapia tradicional quando esta não se faz possível.

P1: “... eu acho que se eu utilizar a Internet, por exemplo, skype, vai ser no sentido de agregar algo, de não deixar o paciente desamparado já que a gente pode ter essa ferramenta, mas não como principal, não como único.”

2.3. Diferentes tipos de tecnologia usados na psicoterapia pela Internet

Foi apontada uma diferença entre os vários meios utilizados na psicoterapia *online*. As tecnologias em que se faz uso da digitação foram vistas como mais distantes da terapia tradicional em detrimento de outras formas de tecnologias em que a espontaneidade se torna mais fácil, como as que envolvem áudios e câmeras.

P5: “[...] eu tenho a impressão de que essas tecnologias em que tu não fica digitando, escolhendo as palavras, que seja mais espontaneamente, flui assim no

relato, elas se aproximam mais do método tradicional do que esses que estão o MSN, o bate-papo né.”

3. Diferenças entre Psicoterapia *Online* e Psicoterapia Presencial

Os psicoterapeutas elencaram uma série de aspectos que diferem da abordagem da psicoterapia *online* para a presencial. Essas questões serão especificadas em dois subtemas:

3.1. Vantagens da psicoterapia *online*

3.2. Desvantagens da psicoterapia *online*

Os entrevistados tiveram maiores dificuldades em falar sobre as vantagens oferecidas pela psicoterapia *online* do que sobre as desvantagens. Contudo, eles identificaram vantagens que podem ser úteis para o andamento do processo terapêutico.

3.1. Vantagens da psicoterapia online

Os participantes apontaram como uma vantagem da psicoterapia *online* o fato dela possibilitar um fácil acesso à terapia, como em casos de viagens ou de mudanças, em que o paciente pode ter o benefício de manter o contato com o terapeuta, independentemente da distância entre eles. Por conseguinte, torna-se possível a manutenção do vínculo terapêutico, não sendo necessário o paciente interromper o processo que está em andamento e ter de recomendar um novo tratamento com outro terapeuta.

PI: “Vantagens... bom, por exemplo, quando tu faz uma viagem, tu não perde o contato com o teu terapeuta, aquela pessoa que já conhece a tua história, que sabe das tuas coisas, da forma como tu funciona, tu não vai ter que contar tudo de novo para uma outra pessoa.”

Além disso, também foram apontadas pelos participantes situações em que a distância já é um problema, quando se trata de cidades grandes, por exemplo, e a

psicoterapia pela Internet vem no sentido de facilitar quem quer fazer terapia e é inibido em função do tempo e do espaço físico. Tem-se ainda a possibilidade de disseminar a psicoterapia em lugares em que o atendimento terapêutico não atingiu a excelência que geralmente tem em cidades maiores e/ou em capitais, conforme relatado pelos participantes.

P6: “... (A psicoterapia online) consegue ampliar assim a possibilidade de pessoas fazerem Internet no sentido de que nem todo mundo, especialmente em cidades grandes, tem a possibilidade de tempo de conseguir fazer uma terapia, de se deslocar até um outro lugar, que às vezes é bem longe né a clínica do psicoterapeuta, e acho então que isso pode facilitar nesse sentido, é um instrumento bom pra isso [...]”

Outra vantagem relatada foi a diminuição dos custos proporcionada pela psicoterapia *online*. Conforme os entrevistados, essa modalidade de terapia disponibiliza de poucos recursos, o que baratearia os valores gastos com a terapia. Em função da possibilidade de utilizar o próprio recinto como *setting* terapêutico, reduziria inclusive as despesas de deslocamento.

P2: “Eu acho que uma terapia por Internet diminuiria os custos do processo e faria com que mais pessoas pudessem ter esse acesso.”

3.2. Desvantagens da psicoterapia online

Os entrevistados apontaram a falta da presença física como uma desvantagem da psicoterapia *online*. O contato físico na terapia foi visto como fundamental para a qualidade do vínculo entre paciente e terapeuta, uma vez que a fala fica diferente, com um tom mais mecânico, e em casos em que não se pode ver a pessoa, como em psicoterapias pelo *messenger* ou e-mail, ou onde não se tem uma reposta simultânea da reação física da

pessoa, isso prejudica a leitura de aspectos não verbais dos pacientes, como comportamentos e emoções imediatas.

P6: “Eu acho que a terapia ela não é uma coisa assim que só se baseia na fala assim, no conteúdo do que a pessoa tá dizendo, eu acho que tem toda uma questão corpórea mesmo e que a câmera pode te oferecer, mas que só a situação real eu acho que consegue dar a dimensão disso sabe.”

No que concerne ao *setting* terapêutico, os participantes tiveram dificuldades em expressar qual a diferença entre a psicoterapia *online* e a presencial, embora acreditem que há uma distinção importante quando não há a presença física da pessoa na sessão e que isso influencia negativamente no papel do *setting* para o tratamento.

P1: “[...] mesmo na Internet, assim como rede de amigos, eu acho que nada substitui o contato pessoal.”

Na tentativa de identificar o que modifica de um *setting* ao outro, surgiu a questão da perda de muitos aspectos no momento em que se está tendo um contato via Internet, pelo fato de em alguns casos não se poder assistir o que está acontecendo do outro lado do computador e por não se ter o controle do que está acontecendo à volta do paciente.

P2: “A gente não sabe, à distância até que ponto aquele paciente vai estar de fato prestando atenção no que a gente está dizendo ou, mais do que prestando atenção no que eu estou dizendo, mas interessado no próprio processo que está acontecendo ali, tanto que ele pode estar ao mesmo tempo que atendendo ou em atendimento fazendo outras coisas.”

A dificuldade de tratamento de algumas patologias foi também considerada uma desvantagem dentro da psicoterapia *online*, já que esta não abarca uma série de aspectos que a psicoterapia presencial consegue envolver.

P1: “Eu acho que não é qualquer transtorno, não é qualquer demanda do paciente que pode ser tratado via online. Um paciente border, atender online... ele já atua

Em função da falta de conhecimento e de identificação com a modalidade de terapia *online*, muitos participantes se mostraram apreensivos em ter essa experiência, principalmente pela percepção de que não seriam capazes de atingir o mesmo nível de desempenho que na terapia presencial.

P4: “[...] é complicado isso, né, da Internet. Eu acho muito duvidoso, muito duvidoso. Não sei te explicar. Eu não tenho conhecimento, não é muito falado.”

Para eles, é preciso ter mais estudos e mais pesquisas que comprovem o benefício da psicoterapia pela Internet. Caso contrário, torna-se arriscado utilizar uma prática sem que esta apresente iguais ou melhores resultados em comparação à psicoterapia tradicional. Os entrevistados apontaram a necessidade de se definir parâmetros para essa área, bem como de instrumentalizar os terapeutas que pretendem trabalhar com esse tipo de modalidade.

P5: “E eu acho que é um grande desafio, eu acho que vários estudos tem que ser realizados.”

Apesar de haver receios quanto à utilização da psicoterapia *online*, os participantes apresentaram opiniões flexíveis quanto ao estabelecimento da prática. Mostraram-se inclusive dispostos a utilizar essa abordagem futuramente, caso a tecnologia esteja avançada a ponto de ser natural fazer uso dela no meio terapêutico.

P1: “Talvez se tu me entrevistar daqui, sei lá, uns 5, 10 anos, a opinião seja completamente diferente, onde a tecnologia vai estar tão avançada, onde vai ser normal fazer psicoterapia pela Internet. Mas atualmente eu acho que tem que ter muito cuidado. Muitos critérios, coisas bem estabelecidas.”

Redução Fenomenológica

A partir dos quatro temas descritivos retirados dos relatos dos participantes, foi possível reduzi-los a três estruturas ou asserções básicas, as quais caracterizam o fenômeno da psicoterapia *online* frente à percepção dos participantes:

Estrutura 1 – os entrevistados percebem duas formas de psicoterapia *online*: (1) a psicoterapia realizada somente via Internet, do início ao fim do tratamento, e (2) a psicoterapia tradicional mesclada à utilização de meios tecnológicos como auxílio ao processo terapêutico. A última forma é a mais conhecida entre os participantes, sendo inclusive utilizada entre eles e seus pacientes em alguns momentos da psicoterapia. Os participantes entendem que o uso de meios tecnológicos como ferramenta à psicoterapia tradicional é a forma ideal em comparação à psicoterapia exclusiva pela Internet, pois a psicoterapia presencial é considerada indispensável ao processo terapêutico.

Estrutura 2 – a psicoterapia *online* é percebida pelos participantes como uma modalidade que possui desvantagens em relação à psicoterapia presencial, devido: (1) à falta da presença física para auxiliar na qualidade do vínculo e no papel do *setting* terapêutico, pelo fato de não ser possível captar todos os aspectos abarcados em uma psicoterapia presencial; (2) a não ser indicada para tratar algumas patologias, as quais poderiam ser reforçadas no contato via Internet, como no caso de pacientes fóbicos, e (3) à forma de pagamento, que encontra-se dificultada.

Estrutura 3 – os entrevistados consideram que a psicoterapia *online* é pouco conhecida cientificamente e alegam a necessidade de mais pesquisas sobre o assunto, bem como de definições de parâmetros para a regulamentação dessa prática, uma vez que se considera importante que haja uma padronização de aspectos como na psicoterapia tradicional, além da instrumentalização do profissional que trabalhará com essa abordagem terapêutica.

Interpretação Fenomenológica - Discussão

É notório que nas últimas décadas, as tecnologias de comunicação sofreram um grande avanço e estão cada vez mais presentes em nossas vidas (Marot & Ferreira, 2008; Zanella, 2006). De acordo com os participantes do presente estudo, o impacto da Internet é tanto que impossibilita qualquer avanço no sentido contrário a este fenômeno. Contudo, eles destacaram a importância de haver cautela quanto ao estabelecimento desta tecnologia no âmbito terapêutico. Em consonância com os participantes do estudo de Santos (2005) que não utilizavam na sua prática a psicoterapia *online*, os entrevistados neste estudo entendem que a prática psicoterápica via computador precisa ser estudada com mais afinco para ser utilizada profissionalmente.

Apesar do conhecimento sobre o avanço da tecnologia, os participantes alegaram possuir pouca informação a respeito da prática terapêutica *online* e que desconheciam pessoas que a utilizassem de forma regular ou então desde o início do tratamento. Eles acreditam que esta forma de psicoterapia não produz os mesmos resultados positivos que a psicoterapia tradicional, já que atribuem muito valor ao contato íntimo das pessoas envolvidas, o qual só poderia se dar fisicamente. Para eles, existem outros aspectos, que não só a fala, dignos da atenção do terapeuta. O estudo de Fletcher-Tomenius e Vossler (2009), no entanto, mostra que mesmo sem o contato físico do terapeuta com seu paciente, é possível estabelecer a confiança um no outro, podendo ser formada inclusive mais rapidamente nos pacientes em comparação à terapia presencial.

A partir da revisão de pesquisas em psicoterapia pela Internet, fica evidente sua evolução conforme o progresso da tecnologia. Dessa forma, o que antes era realizado com ferramentas restritas, como no caso do *MSN*, passou a ser aprimorado, aproximando esta modalidade terapêutica da modalidade tradicional. Hoje em dia, é possível utilizar a psicoterapia *online* nos mesmos moldes da presencial, ou seja, com horário agendado para o encontro do terapeuta e do paciente, o qual pode ser realizado um vendo o outro através

da tela do computador. Além disso, a tecnologia atual permite que as conversas virtuais sejam instantâneas, reduzindo-se a possibilidade de riscos, como falha ou lentidão na recepção da fala do emissor.

Os participantes destacaram ainda a necessidade de parâmetros para esta prática. Isso nos leva a pensar que a falta de estudos e de divulgação sobre tal prática no Brasil inibe sua produção de conhecimento, bem como abre espaço para possíveis equívocos sobre o assunto. Como tentativa de evitar a falta de padronização e de resguardar as questões éticas envolvidas em tal modalidade terapêutica, o CFP determinou uma série de exigências que deve ser seguida tanto por quem pratica a psicoterapia via computador quanto por quem pretende realizar pesquisa na área (Resolução CFP Nº011/2012).

O estudo de Marot & Ferreira (2008) verificou que as crenças de maior destaque dos participantes relacionadas às atitudes de aprovação da psicoterapia *online* foram crenças associadas à possibilidade de manutenção da terapia mesmo em casos de viagens ou de doença, e à possibilidade de se enviar mensagens ao terapeuta a qualquer momento. Dessa forma, os pesquisadores concluíram que o contato presencial com o terapeuta não foi uma questão prioritária para os participantes da pesquisa, cuja maior importância foi a possibilidade de a terapia não ser interrompida, mesmo que isso implicasse um processo terapêutico de forma virtual e não presencial.

Os dados desse estudo vão ao encontro dos achados da presente pesquisa, na qual os participantes atribuíram aos aspectos favoráveis da terapia *online* a possibilidade de dar continuidade ao tratamento terapêutico, nos casos em que o contato presencial não se faz possível. Além disso, o fato de o paciente poder entrar em contato com o terapeuta fora do horário da sessão, mesmo que não presencialmente, também foi considerado positivo, corroborando os dados do estudo anterior. No entanto, o contato presencial do paciente com o terapeuta foi relatado como fundamental e indispensável pelos participantes da presente pesquisa, o que é contrário aos resultados do estudo de Marot e Ferreira (2008).

Diferentemente do estudo de Santos (2005), em que ficaram evidentes algumas discrepâncias entre os terapeutas de diferentes linhas teóricas, no atual estudo não houve diferenças representativas entre as abordagens terapêuticas. Houve, no entanto, uma tendência dos entrevistados a apontar desvantagens na modalidade de terapia virtual. Contudo, eles acreditam que se houver uma gama maior de pesquisas na área, será possível disseminar tal prática. Nesse sentido, Suler (2002) aponta que independentemente das vantagens e desvantagens que a terapia *online* possa ter, vários aspectos associados à implementação de tais práticas ainda precisam ser discutidos e aprofundados, antes que sua adoção em larga escala se torne lugar comum. Durán e Castro (2009) afirmam que as novas tecnologias levaram, dentre outros, à reflexão sobre o trabalho psicológico. Esta reflexão envolve também uma revisão dos paradigmas conceituais, modelos utilizados, medidas implementadas e da forma como eles projetaram a relação terapeuta-paciente. Nesse sentido, Zanella (2006) aponta que ser terapeuta no terceiro milênio é desafiador. Para ele, são vários os desafios: desafio de conhecer o complexo mundo de atualidades, desafio do conhecimento e atualização do universo, desafio do modelo tradicional de psicoterapia, considerado o desafio de sair do comodismo dos consultórios e atuar no complexo mundo do qual, segundo ele, somos todos vítimas e responsáveis.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A prática psicoterápica virtual percorre vários países há mais de década. Com ela, diversos estudos estão sendo realizados a fim de melhor compreender a extensão de seus alcances e de suas restrições. Muitas pesquisas vieram no sentido de desbravar esse campo que vem emergindo em passo acelerado para acompanhar o avanço tecnológico e, junto com ele, tem trazido benefícios para a comunidade que da terapia *online* se utiliza. Ao contrário do que se acreditava, essa modalidade tecnológica tem comprovado que não só

pode ser efetiva, como também pode garantir boas relações terapêuticas, por vezes melhores que as estabelecidas na terapia presencial.

Além disso, cuidados e preocupações vêm amparados por diretrizes que garantem parcialmente as questões éticas e legais envolvidas na prática da terapia *online*. No entanto, ainda existem lacunas referentes às dúvidas apontadas para tal prática. Para saná-las, ou pelo menos melhor entendê-las, é preciso que se façam mais pesquisas na área. O presente estudo teve como amostra apenas psicoterapeutas sem experiência em terapia *online*. Sugere-se que sejam realizadas pesquisas que comparem grupos com e sem experiência em psicoterapia *online* a fim de melhor discriminar a representatividade da amostra, embora, no Brasil, exista um número alto de pessoas que só tiveram contato com terapias tradicionais, já que a psicoterapia pela Internet ainda é proibida no país.

O atraso no país referente à essa temática se reflete na fala dos participantes da presente pesquisa que, apesar de não fazerem parte de uma amostra representativa do país, trazem questões pertinentes à realidade brasileira, como apontar a falta de conhecimento e de pesquisas na área. As consequências disso são os receios e até preconceitos, muitas vezes por desconhecimento da prática.

REFERÊNCIAS

- Barak, A., Hen, L., Boniel-Nissim, M., & Shapira, N. (2008). A Comprehensive review and a meta-analysis of the effectiveness of Internet-based psychotherapeutic interventions. *Journal of Technology in Human Services*, 26(2/4), 109-160.
- Barak, A., Klein, B., & Proudfoot, J. G. (2009). Defining Internet-supported therapeutic interventions. *Annals of Behavioral Medicine* 38(1), 4-17.
- Cartreine, J. A., Ahern, D. K., & Locke, S. E. (2010). A roadmap to computer-based psychotherapy in the United States. *Harvard Review of Psychiatry*, 18(2), 80-95.
- Conselho Federal de Psicologia (2012). Regulamenta o atendimento psicoterapêutico e outros serviços psicológicos mediados por computador e revoga a Resolução CFP N°012/2005. *Resolução CFP N°011/2012*. Brasília
- Cook, J. E, & Carol Doyle, C. (2002). Working alliance in online therapy as compared to face-to-face therapy: preliminary results. *CyberPsychology & Behavior*. 5(2), 95-105.
- Donnamaria, C. P. (2013). *Experiências de atendimento psicológico grupal via internet: uma perspectiva psicanalítica*. Tese de doutorado não publicada, Programa de Pós-Graduação *Strictu Senso* em Psicologia do Centro de Ciências da Vida, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, São Paulo.
- Durán, P. L., Castro, E. P. (2009). Enseñanza de la psicología clínica conductual, presencial vs. em línea: la importância del diseño instruccional. *Acta Colombiana de Psicología*, 12 (1), 109-123.
- E-therapy: history and survey (2002). Retrieved December 7, 2013 from <http://www.metanoia.org/imhs/history.htm>
- Fletcher-Tomenius, L., & Vossler, A. (2009). Trust in online therapeutic relationships: The therapist's experience. *Counselling Psychology Review*, 24(2), 24-34.

- Gomes, W. B. (1997). A entrevista fenomenológica e o estudo da experiência consciente. *Psicologia USP, São Paulo, 8 (2), 305-336.*
- Himle, J. A., Fischer, D. J., Muroff, J. R., Van Etten, M. L., Lokers, L. M., Abelson, J. L., & Hanna, G. L. (2006). Videoconferencing-based cognitive-behavioral therapy for obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy, 44, 1821-1829.*
- Kaplan, E. H. (1997). Telepsychotherapy: Psychotherapy by telephone, video telephone, and computer video conferencing. *Journal of Psychotherapy Practice and Research, 6, 227-237.*
- Marot, R. S. V., & Ferreira, M. C. (2008). Atitudes sobre a aprovação da psicoterapia online na perspectiva da teoria da ação racional. *Interamerican Journal of Psychology, 42(2), 317-324.*
- Prado, O. Z. (2005). Psicoterapia via Internet. In: O. Z. Prado, I. Fortim. (Orgs.). *Psicologia e Informática: Desenvolvimentos e Progressos.* (pp. 175-203). 1ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, v.1.
- Prado, O. Z., & Meyer, S. B. (2006). Avaliação da relação terapêutica na terapia assíncrona via Internet. *Psicologia em Estudo, 11(2), 247-257.*
- Santos, A. P. C. (2003). Psicoterapia na rede: um estudo sobre a clínica mediada pelo computador. Dissertação de Mestrado não-publicada, Programa de Pós-Graduação em Psicologia Clínica, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.
- Santos, A. P. C. (2005). Terapia na rede: Um estudo sobre a clínica mediada pelo computador na realidade brasileira. In: J. Zacharias. (Org.). *Psicologia e informática: desenvolvimentos e progressos.* (pp.157-173). 1ed. São Paulo: Casa do psicólogo, v.1.
- Sayeg, E. (Ed.). (2000). *Psicologia e informática: interfaces e desafios.* São Paulo: Casa do Psicólogo.

Suler, J. (2002). *Psychology of cyberspace*. Retrieved November 23, 2013 from <http://www.rider.edu/users/suler/psycyber>.

Zanella, R. (2006). Relacionamento e contato: A internet como figura. In O. Z. Prado, I. Fortim & L. Cosentino (Orgs.), *Psicologia & informática: produções do III Psicoinfo e II Jornada do NPPI* (pp.145-151). São Paulo: Conselho Regional de Psicologia de São Paulo.

ANEXO A

Roteiro de Entrevista Fenomenológica Semi-estruturada

Abertura: Essa entrevista é sobre psicoterapia pela Internet. Farei algumas perguntas e você pode se sentir à vontade para responder da forma que achar melhor. A entrevista será gravada e o que você disser é confidencial. Tem alguma dúvida?

1. Qual a orientação teórica que você segue na sua prática?
2. Quantos anos de prática em atendimento você tem, incluindo estágio acadêmico e prática pós-formado?
3. Você já ouviu falar sobre psicoterapia pela Internet?
4. O que você entende sobre psicoterapia pela Internet?
5. Qual a sua opinião a respeito?
6. Você já teve alguma experiência com psicoterapia pela Internet? Como foi essa experiência?
7. Conhece alguém que teve essa experiência? Como foi?
8. Qual a diferença que você considera entre terapia presencial e pela Internet?

Fechamento: Muito obrigada pela sua participação. Os dados que você forneceu são muito importantes para a compreensão da psicoterapia pela Internet. Se você quiser obter mais informações sobre essa pesquisa, é só entrar em contato com nosso grupo de pesquisa.

ANEXO B

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Este estudo é uma ramificação do projeto de doutorado do Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) da doutoranda Maria Adélia Minguelli Pieta sobre Psicoterapia pela Internet: a Relação Terapêutica. O presente estudo consiste em investigar, através de entrevista semiestruturada, o que psicoterapeutas pensam a respeito da terapia pela Internet.

O tempo de duração da entrevista é de aproximadamente 30 minutos. Não haverá custos nem benefícios financeiros ao participante. O risco de participar desse estudo é o de que você pode sentir algum desconforto durante a entrevista. Você pode se retirar a qualquer momento da pesquisa. O benefício em participar da pesquisa é o de que os resultados desse estudo podem nos auxiliar a compreender melhor a percepção dos psicoterapeutas sobre psicoterapia pela Internet.

Será observado o caráter confidencial das informações obtidas nesta pesquisa. Quando da publicação e divulgação de seus resultados, você não será identificado. Os dados obtidos serão utilizados apenas para fins de pesquisa e serão mantidos por pelo menos cinco anos na sala 123 do Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Rua Ramiro Barcelos, 2600.

O pesquisador responsável por este projeto é o Prof. Dr. William Barbosa Gomes do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Rua Ramiro Barcelos, 2600 – sala 123, Porto Alegre – RS, Telefone: 3308-5303. Contatos para maiores esclarecimentos acerca da pesquisa podem ser feitos por este número, com Marcelle Matiazo Pinhatti ou Maria Adélia Minghelli Pieta (doutoranda), ou pelos e-mails: marcellematiazoz@ibest.com.br e mariaadelia@ufrgs.br. O endereço do Comitê de Ética em Pesquisa que avaliou o projeto de doutorado é Rua Ramiro Barcelos, 2600. O telefone para contato é 33085066 (seg. à sexta, das 8h às 12h) e o e-mail é cep-psico@ufrgs.br.

Pelo presente Termo de Consentimento Livre e Esclarecido declaro que fui informado(a) dos procedimentos e objetivos desta pesquisa, bem como da liberdade de retirar meu consentimento a qualquer momento, sem penalização ou prejuízo algum.

Nome completo: _____

Assinatura: _____

Data: _____

ANEXO C

PARTICIPANTE 1

E – Entrevistadora

P – Participante 1

E – Qual a orientação teórica que você segue na sua prática?

P – Do consultório de psicoterapia de orientação analítica. E eu sigo, estudo bastante, tanto a parte clássica, Freud, Melanie Klein, quanto os autores mais atuais, Bion, Ferro, André Green...

E – E quantos anos de prática em atendimento você tem, incluindo estágio acadêmico e prática pós-formada?

P – Deixa eu pensar então. Eu me formei em 2005, mas antes eu já atendia em estágio de psicologia clínica. Então, desde 2003. Isso significa 7, 8 anos.

E – E tu já ouviu falar sobre psicoterapia pela internet?

P – Já, já ouvi.

E – Onde?

P - Tanto em fóruns e discussões pra saber a opinião e formas de atendimento quanto em reportagens. Deu na Zero Hora que tem profissionais aqui em Porto Alegre que já estão fazendo, por exemplo, na Airton Bine. Foi uma reportagem dele que eu vi. Eu acho que de leitura foi mais ou menos isso assim.

E – E faz tempo?

P – Deixa eu pensar. A reportagem do Nélio, na Zero Hora, foi ano passado, se eu não me engano, 2010. Mas já tem uma especulação assim em termos dos Estados Unidos, em outros países, já há pelo menos uns 3 ou 4 anos.

E – E o que tu entende sobre psicoterapia pela internet?

P – O que eu entendo? Bom, pra mim tem uma grande divisão entre pessoas que estão com a ideia de fazer a psicoterapia só pela internet, ou seja, não tem contato nenhum com o paciente ao vivo, e outra linha que coloca assim bom, o uso da internet como um auxílio da psicoterapia normal. Então, pacientes assim que estão no consultório, por exemplo, há dois anos e vão fazer uma viagem, vão morar, por exemplo, nos Estados Unidos, então que não querem perder o vínculo com o terapeuta. Então, tu instala a psicoterapia *online*. Nesse sentido de um paciente que já conhece o terapeuta, já tem um vínculo, já tem toda uma história né do processo terapêutico e não querem interromper por causa da distância física. Então, assim, eu acho que são essas duas formas de psicoterapia *online*. Tem horários estabelecidos, tempo de atendimento estabelecido, enfim, daí, várias linhas teóricas também, não necessariamente cada profissional seguindo a sua.

E – E qual a sua opinião a respeito?

P – Eu acho que, a primeira que eu falei, só *online*, ou seja, o terapeuta nunca conheceu o paciente, o vínculo ser feito só pela internet, eu acho complicado. É que tem o seguinte: a internet é algo que está em expansão, já entra na vida de toda população mundial, mesmo os mais pobres até as pessoas que já tem contato. É uma realidade que se instala. Então, ir contra isso é complicado. Só que eu acho que tudo tem que ter critérios e no momento que a gente está, a minha opinião em relação à psicoterapia *online* é nesses casos onde já tem um vínculo com o terapeuta, já tem um contrato estabelecido enquanto especiais (partes?), mas se fez necessária a internet em casos de viagem, de necessidade. Atualmente. Talvez se tu me entrevistar daqui, sei lá, uns 5, 10 anos, a opinião seja completamente diferente, onde a tecnologia vai estar tão avançada, onde vai ser normal fazer psicoterapia pela

internet. Mas atualmente eu acho que tem que ter muito cuidado. Muitos critérios, coisas bem estabelecidas.

E – Claro, uhum. E já teve alguma experiência com psicoterapia pela internet?

P – De psicoterapia pela internet, assim, em consideração pelo *skype* não, nem *Messenger*. O que me aconteceu foi um paciente adolescente que viajou, por um curto período, ele ia passar um mês fora, e ele me contatou por e-mail pra contar uma situação que tinha acontecido. Então, o que eu fiz foi responder pra ele de marcar um telefonema, que ele poderia me ligar num determinado momento, até porque era um curto período. Depois de um mês ele voltaria pra tratamento. Então, eu achei complicado eu estabelecer um contato via internet, por *skype*, e depois retornar pra terapia como era antes.

E – Ele te ligaria pra vocês marcarem ou para ele falar?

P – Pra ele falar.

E – E qual a diferença que tu acha entre e-mail e a ligação?

P – Porque eu acho que a palavra escrita é diferente da... né, a forma assim, ou melhor, transmitir algo escrito é diferente de transmitir algo falado. Então, como ele tava em terapia tradicional sem nunca ter incluído a internet por mais que fosse um adolescente que soubesse bem lidar com todo o aparato, eu achei melhor a gente falar por telefone, porque ele voltaria, já tava marcado o horário dele pra volta. Então, eu achei melhor não ter que fazer um contrato especial, por exemplo pelo *skype*, e colocar tudo isso no meio da terapia como um todo. Então tinha a possibilidade do telefonema. Então, eu optei por aí.

E – E como é que foi isso?

P – Foi interessante. Ele tava com... é um paciente que tem traços obsessivos e ele tava em Londres e o que aconteceu foi que tinham dado uma data pra ele entrar num curso de inglês que ele iria fazer e esse curso atrasou por uma semana. Então, ele tava muito ansioso pra saber como é que ele ia lidar com a situação porque ele tava com a passagem marcada e então o curso não terminaria mais no momento previsto. Então, era toda uma questão de poder se adaptar ao novo, de poder passar a passagem de avião pra mais tarde, que também era preciso. Então, foi mais nesse sentido. Ele me ligou e a conversa foi mais no sentido de aliviar o sintoma, aliviar a ansiedade, poder falar um pouco sobre o que tava angustiando. Foi na verdade uma conversa de telefone por uns 15 minutos, não mais do que isso.

E – Foi importante pra ele, né?

P – Foi fundamental, fundamental.

E – Uhum. E tu conhece alguém que teve alguma experiência assim como essa?

P – O problema é que no Rio Grande do Sul isso não tá validado pra uso cotidiano, só pra pesquisa. Então, eu sei de algumas pesquisas que estão avançando na UFRGS, mas de atendimento mesmo... teve aquela reportagem do dr. Airton Bine que na verdade eu não concordo muito, eu achei de algumas coisas, porque ele não necessariamente se encontra com os pacientes, era isso que ele tava dizendo. Era só internet. Então nesse caso eu acho complicado pagamento via cartão de crédito. Então não existe nenhum contato. Isso eu acho complicado. Eu acho que a terapia ela tem uma técnica, ela tem um formato e não é à toa esse formato presencial né, como acontece hoje em dia. Então, transformar isso sem pesquisa prévia, sem saber o que que é fundamental. Porque o que é fundamental pro consultório em terapia formal, digamos assim, presencial, não necessariamente se vê na internet, porque tem muita coisa corporal que só pelo formato da tela tu não enxerga. Então, assim, o que eu acho importante é isso, é: eu acho que não dá pra ir contra o avanço da internet, essa forma de comunicação, mas eu acho que tem que ter cuidado. Tem que ter cuidado no sentido de bom quais são os parâmetros? O que é válido pra psicoterapia pela internet? O que pode ser visto? O que não pode ser visto? Por exemplo, eu me pergunto assim, o que será que eu consigo ver de contratransferência, por exemplo, via internet. No consultório, eu sei. Tem todos os meus conhecimentos, todas as coisas que “por que eu estou pensando isso ao invés daquilo?”. Bom, presencial eu sei, mas será que acontece também via internet, em igual grau? Talvez aconteça de uma forma diferenciada. Mas isso

precisa ser estudado antes da gente dizer que sim, vamos atender. Precisa bastante pesquisa.

E – E qual diferença tu considera crucial entre terapia presencial e pela internet?

P – Diferenças importantes, deixa eu pensar. Tem uma coisa que eu acho mais... que talvez pese mais. No momento que o paciente me liga e ele vai no meu consultório, ele tá indo para um território, digamos assim, que ele não conhece. Ele necessariamente sente e vê um monte de coisas que não tem a ver com ele. Ele tá indo no meu consultório como eu decorei, a forma como eu recebo ele... Pela internet, provavelmente, ele vai estar na casa dele, no escritório dele, sei lá, coisas dele. Ele não tá entrando em um espaço novo. Então, essa diferença que no presencial causa pelo menos um desconforto, que é muito natural e saudável. Tu não pode entrar num lugar e se sentir tão confortável que daí tem alguma coisa estranha nisso. Então, assim, isso diz muito do paciente. Por exemplo, um paciente que entra de cabeça baixa, senta na poltrona com a bolsa em cima do colo, totalmente curvada em volta das próprias coisas tá me dizendo algo. Outro que tá falando qualquer coisa, falando coisas alto, falando da decoração, já tá me dizendo outra coisa. Então, isso não vai acontecer no momento de uma psicoterapia *online*, porque ele tá no conforto e numa área de segurança dele. Não é à toa que muitos fóbicos sociais usam a internet pra se relacionar com os outros, porque é mais fácil. Nem tem todo o estresse, digamos assim, do contato, do face-a-face ali. Então, são todas as coisas que, claro que vai aparecer muita coisa pela internet também. Mas a minha impressão é de que não são as mesmas. Então, vamos estudar primeiro antes de sair aplicando uma coisa...

E – E tu acha que essa é a principal diferença assim?

P – Eu acho que sim. Eu não sei se diferença. É uma diferença, mas é um principal cuidado. Tem que ter muito cuidado. É uma grande diferença sim tu tá confortavelmente em um lugar e adentrar um outro recinto que tu não conhece, tu não sabe o que te espera, como é que é, onde é que tem que sentar, onde é que tu não tem, o que vai acontecer. Na internet, se tu te angustiar tu desliga a internet, “opa, caiu”, tá protegido, é uma proteção diferente.

E – E assim, se tu pudesse falar de algumas vantagens e desvantagens da psicoterapia pela internet.

P – Vantagens... bom, por exemplo, quando tu faz uma viagem, tu não perde o contato com o teu terapeuta, aquela pessoa que já conhece a tua história, que sabe das tuas coisas, da forma como tu funciona, tu não vai ter que contar tudo de novo para uma outra pessoa. Se, por exemplo, tu tá indo para o exterior, tem toda a questão da língua, uma coisa é tu fazer terapia na tua língua materna, outra coisa é tu ter que falar dos teus sentimentos e emoções, sei lá, indo pra França, vai falar em francês a mesma coisa? Não vai. Outras vantagens... eu acho que a vantagem principal é a facilidade da comunicação em termos de tu pode ir pra qualquer lugar... Mas, mesmo na internet, assim como rede de amigos, eu acho que nada substitui o contato pessoal. Conversar com um amigo na internet, tu pode estar falando a mesma coisa, mas se tu tá na redenção tomando um chimarrão é diferente. Perde uma série de coisas no momento em que tu tá sozinho dentro do quarto digitando. Mas eu acho que tu tem ganhos também, não dá pra excluir. É uma forma de comunicação que a gente sabe, é muito mais fácil quando se sente protegido, talvez os tipos de defesa que a pessoa use sejam diferentes, provavelmente são diferentes. Então, deixa eu pensar se mais alguma vantagem ou desvantagem... tem a questão do pagamento, que é uma coisa que não é qualquer pessoa que tem conta, que tem acesso a cartão de crédito e daí teria que ser depósito bancário. Tem uma dificuldade aí. Mas não é impossível, é uma dificuldade, é diferente. Deixa eu pensar se tem alguma outra coisa... a questão do vínculo, uma coisa é tu te vincular pessoalmente, outra coisa é tu ter um terapeuta virtual ou um paciente virtual, é diferente. O contato se torna diferente. Por isso que eu acho importante usar a internet como uma ferramenta e não como a psicoterapia em si. Eu não abro mão de contato pessoal de jeito nenhum. Eu acho que não dá pra dizer nunca, mas eu acho que pela minha

linha teórica, eu acho que se eu utilizar a internet, por exemplo *skype*, vai ser no sentido de agregar algo, de não deixar o paciente desamparado já que a gente pode ter essa ferramenta, mas não como principal, não como único, daí eu não... assim como tem terapeutas que atendem, por exemplo, transtorno alimentar e tem outros que não, tem terapeutas que vão optar por trabalhar com internet, tem outros que não, que não vão se sentir bem, que não faz parte da sua personalidade, do seu o jeito de interagir.

E - Até porque tem que se atualizar com algumas coisas da internet, com os modos de linguagem que eles utilizam.

P – Exatamente.

E – Tem bastante coisa.

P – E ter um preparo também né, porque tu imagina se tu tá lá no *skype* e cai a conexão. Tem uma série de coisas que tu tem que estar instrumentalizado, não é assim no mais pra atender. Tu já pensou, cai a net (risos). E aí tu tem que, por exemplo, paciente com risco de suicídio. Como atender *online*? Tu não sabe onde ele tá, ele pode estar em qualquer lugar do planeta, agora com esses ipeds, esses ipods, sei lá o nome do negócio e daí se ele diz “bom, to indo me matar”, e aí o que tu faz? No consultório tu se vira. Mas pela internet? É outra forma, tu tem que ter assim contato de parentes onde tu pode ligar em seguida, uma rede de apoio que tu tem contato, enquanto na terapia tu teria outro telefone, tu sabe onde a pessoa mora, mas é uma série de coisas... então talvez tenha uma coisa assim de que depende do caso. Eu acho que não é qualquer transtorno, não é qualquer demanda do paciente que pode ser tratado via *online*. Um paciente *border*, atender *online*... ele já atua quando tá dentro do consultório, imagina se ele tá no conforto de casa, não dá, porque ele já se aciona, já é um personagem que causa ansiedade no terapeuta e daí tu vai tá sem muita noção assim do contato real, acho complicado. Um paciente fóbico também pode estar super bem adaptado ali atrás do computador, tu nunca vai saber se tu tem só contato *online* do sofrimento de sair de casa, por exemplo. Por isso que eu acho que depende. Precisa ter muita pesquisa, muita pesquisa sobre essa área. É isso.

E – Então, eu acho que é isso. Muito obrigada pela tua participação.

PARTICIPANTE 2

E – Entrevistador

P – Participante 2

E – Qual a orientação teórica que você segue na sua prática?

P – Vamos fazer assim, eu vou responder mais direto, e se tiver alguma coisa que tu queira que eu aprofunde, eu aprofundo.

E – Sim, tá bem.

P – Eu sigo a orientação da terapia cognitivo-comportamental.

E – E quantos anos de prática em atendimento você tem, incluindo estágio acadêmico e prática pós-formado?

P – Eu tenho dois anos de prática em estágio e um ano de prática profissional. Três anos.

E – Três anos. E você já ouviu falar sobre psicoterapia pela internet?

P – Já ouvi falar, mas não presenciei de forma próxima assim. Não conheci ninguém que trabalhe com psicoterapia por internet.

E – Não conhece ninguém?

P – Não, não conheci ninguém, mas já ouvi falar.

E – Aonde?

P – Já ouvi por um... já procurei, eu entrei no *Google* pra ver o que tinha e já ouvi comentários assim, de outros colegas que ouviram falar e a gente conversou sobre. Mas nada muito próximo.

E – E foi recente assim?

P – Foi. A última vez que eu vi inclusive foi uma coisa que até me assustou bastante assim, que não entra como terapia por internet, mas entra como difusão da terapia por internet. Eram sessões de psicoterapia em um *site* de compras coletivas. Daí foi quando eu fiquei um pouquinho meio assim né, dessa negociação, como é que era feito e tal, mas dentro...

E – Qual *site*?

P – Peixe urbano, grupon... Mas dentro do atendimento mesmo, foram os serviços de triagem que as pessoas faziam por distância, por e-mail ou por MSN, mas que o atendimento mesmo era assim, era próximo, foi a única que eu vi de início de abordagem foi essa triagem inicial. Foi até onde eu procurei.

E – Tá, e o que tu entende por psicoterapia pela internet?

P – Eu acho que falta, claro que um pouco de ignorância minha, mas eu acho que falta até definir quais são os objetivos de uma terapia por internet, se é a profissão de ??, se é essa triagem igual eu coloquei agora ou se é o atendimento mesmo de fato. Se a gente for pensar até em termos de seguimento, às vezes eu dou um seguimento para os meus pacientes por e-mail ou eles entram em contato comigo em dúvida por alguma questão ou por alguma tarefa de casa e eu não considero isso terapia por internet. Eu faria a mesma coisa se fosse por telefone ou se marcasse para um próximo horário. Claro que eu não cobro por isso, não entra dentro do... como outra sessão. Não porque é apenas um comentário sobre uma dúvida que ficou de uma tarefa de casa, ou alguma situação que ele já quer me relatar antes da sessão pra eu já ficar na sessão sabendo mais ou menos o que retomar. Mas isso eu não acho que configura, por exemplo, como uma psicoterapia pela internet. Eu acho que outros modos sejam talvez modos de produção interessantes ou não que a gente tem que avaliar. Eu entendo que a psicoterapia por internet é o exercício do terapeuta frente ao cliente somente por internet. O atendimento somente por internet aí acho que por MSN, por e-mail, que eu acho mais difícil por não ser instantâneo. Mas, eu acho que é isso.

P – Uhum. Tá. E qual a tua opinião a respeito?

E – Pegando a psicoterapia do jeito que eu defini agora há pouco, pra mim o atendimento exclusivo por internet, eu acho, dentro da minha prática clínica que ficaria bastante difícil

de se prosseguir o atendimento de uma forma legal, primeiro pela mediação excessiva que a gente tem ali. Eu acho que quando a gente tá escrevendo uma coisa, ou talvez por *skype* né, mas eu to pensando ali talvez nessas sessões que a gente escreve, não é a mesma coisa da gente estar falando ou experimentando assim naquela ordem. Grande parte, apesar da TCC ser mais estruturada, facilitaria talvez o acesso à internet, eu acho que o contato íntimo com o terapeuta é interessante, claro que a gente tem contato também com as pessoas que a gente se relaciona por internet. Mas eu acho que é um contato diferenciado porque em alguns momentos outros fatores que não só a fala, mas tipo o tom de voz, postura corporal e até a própria postura do terapeuta e até do que pode acontecer na sessão se a gente tem que estar mais preparado, acho que dificultaria no caso de um atendimento por internet. Então, eu de certa forma sou a favor de uma aproximação?, de um certo contato por internet, mas do atendimento mesmo eu já acho mais difícil, de que isso seja feito de uma forma tão terapêutica e com tantos resultados como uma terapia normal teria capacidade.

E – E... acho que tu já disse, tu já teve alguma experiência com psicoterapia pela internet?

P – Não, nem como paciente nem como terapeuta.

E – E tu conhece alguém que teve essa experiência?

P – Também não. Nem como paciente nem como terapeuta. Não conheço pessoalmente ninguém. Conheço só? de tantas outras referências que eu...

E – E essas outras referências, tu lembra assim mais ou menos como falavam de como foi a experiência?

P – Não lembro.

E – Tá. E qual a diferença que tu considera ou quais as diferenças entre psicoterapia presencial e pela internet? Tu já falou um pouco né.

P – É, eu acabei acho que respondendo um pouco pra frente. Essa grande diferença, deixa eu pensar agora que eu me dei da possibilidade de psicoterapia também pela fala ali, pelo *skype* ou por telefone, então talvez as pessoas sejam até em um primeiro momento mais sinceras por telefone ou por internet, e isso facilite no aspecto de entrevistas, ?? com outras coisas. Mas eu acho que a relação próxima dentro do que eu entendo, de... que outros aspectos que não só a fala que devem ser observados, da possibilidade maior de manejos que são... que te dá?, por exemplo, ver... às vezes, quando a gente tá na terapia a gente percebe que o paciente ficou emocionado ou que aquele troço? é importante pra ele não pela fala, mas por toda a atitude corporal que ele vai tomar. Aí que eu acho que ficaria difícil, eu não sei se tem um treino muito bom nesse sentido, pra que essa terapia seja feita por internet. Outra coisa que eu acho disso é o tom que esse contrato em terapia deveria ter pra funcionar bem por internet. Por mais que o paciente seja evitativo na sessão, ele tá ali, pelo menos fisicamente, com poucos distratores. A gente não sabe, à distância até que ponto aquele paciente vai estar de fato prestando atenção no que a gente está dizendo ou, mais do que prestando atenção no que eu estou dizendo, mas interessado no próprio processo que está acontecendo ali, tanto que ele pode estar ao mesmo tempo que atendendo ou em atendimento fazendo outras coisas. Eu acho que a gente parte do pressuposto de que quem busca terapia tem um interesse com isso. Mas mesmo assim que eu acho que seria mais difícil, por exemplo, eu adiar algum e-mail urgente que chega do trabalho enquanto eu to no atendimento por internet do que se eu tivesse em contato terapêutico.

E – Uhum. E agora sim vamos dividir mais entre vantagens e desvantagens da psicoterapia pela internet.

P – Tá. As desvantagens eu acho que seria esse... tudo isso que eu venho respondendo inclusive a questão anterior. Eu acho que esses dois pontos principais. Como vantagens, eu acho que talvez o acesso pra quem tem dificuldade físicas com terapia. O que eu digo é, até a dificuldade de chegar ao terapeuta, de tomar as atitudes iniciais pra conseguir fazer uma terapia, por exemplo, pensando em casos de Fobia Social ou de Estresse Pós-Trauma né, que nem sempre a pessoa está tão disposta assim a passar pela terapia. Penso também em

termos de valores, eu acho que uma terapia por internet diminuiria os custos do processo e faria com que mais pessoas pudessem ter esse acesso. Mas eu também acho que pode ser resolvido por outros modos dentro da própria terapia presencial. E as outras instâncias né, a gente tem a possibilidade de talvez atender pessoas em lugares em que a técnica, o atendimento terapêutico não chegaram ainda com a excelência que geralmente atendimentos em cidades maiores e capitais tem. As vantagens que eu vejo seriam essas, mas todas essas vantagens eu acho que tem como a terapia presencial resolver de outra forma. Apesar de ser um aspecto interessante de ser avaliado, a efetividade até... talvez o que eu esteja falando quando a gente vai ver na efetividade do atendimento, a psicoterapia por internet é mais efetiva ou tem efetividade igual. Mas eu como clínico, o que eu percebo é que eu, particularmente, teria muita dificuldade em fazer um tipo de atendimento dessa forma. Eu to me lembrando até agora que, por exemplo, eu tenho uma paciente atual que está afastada por médico, por questões médicas ela não pode sair da cama, fez uma cirurgia recentemente, e vez ou outra ela me escreve com algumas questões e eu retorno essas questões por e-mail dentro do que a gente vinha trabalhando. E eu tenho um pouco de dificuldade de até que ponto isso tá fazendo o mesmo efeito dado que ela está incapacitada de ir ao consultório e eu também não tenho como ir à residência dela. Eu fico de fato me perguntando se o que eu to fazendo por e-mail faz... eu já me proponho a ser bem mais limitado por e-mail, nesses casos, eu prefiro contato por telefone. Mas o que eu faço por e-mail eu fico me perguntando se tem talvez a mesma efetividade, enfim, do que a presencial. Não tenho dados sobre isso. Apenas minha opinião.

E – Então, eu queria te agradecer pela tua participação.

PARTICIPANTE 3

E – Entrevistadora

P – Participante 3

E – Alguma dúvida?

P – Uma dúvida. Tu tá me entrevistando como psicoterapeuta ou como professora?

E – Como psicoterapeuta, tá? Então, a primeira pergunta é: qual a orientação teórica que você segue na sua prática?

P – Psicanalítica.

E – E quantos anos de prática em atendimento você tem, incluindo estágio acadêmico e prática pós-formada?

P – Incluindo estágio?

E – Sim.

P – Treze anos.

E – Fez estágio em clínica?

P – Fiz estágio no Hospital de Clínicas, mais a capacitação né.

E – E tu já ouviu falar sobre psicoterapia pela internet?

P – Pouco. Muito pouco.

E – E faz tempo?

P – Não, recentemente. Mas nada muito objetivo, não li nada a respeito, mais comentários das pessoas, até não tanto de psicoterapia pela internet, mas mais de pacientes que entram em contato.

E – Uhum. Não tanto de terapeutas, mais de pacientes.

P – É. De psicoterapia pela internet, eu já ouvi “ah, existe”.

E – E o que tu entende sobre psicoterapia pela internet?

P – Pois é, o que eu já vi acontecer é assim... não comigo, mas com colegas próximos que eu sei como funcionou, é assim: psicoterapias que não começaram pela internet, eram pacientes já de longa data que por alguma razão iam morar no exterior, em outro lugar e a pessoa não se sentia ainda pronta pra ter alta ou num primeiro momento não conseguiu fazer um encaminhamento pra esse outro lugar, então que por um tempo se manteve uma psicoterapia à distância pela internet. Isso eu já vi acontecer. Mas assim, paciente que já era paciente de longa data e aí naquele período “x” se mantém um vínculo pela internet.

E – É mais por necessidade assim?

P – É. De uma psicoterapia organizada, proposta pra começar e terminar pela internet eu desconheço.

E – Uhum. E qual é a tua opinião a respeito?

P – Eu acho assim, como tudo que é novo, a gente tende a resistir um pouco. Eu me lembro assim, quando eu comecei a trabalhar, as pessoas praticamente não tinham celular assim, tava começando, não era uma coisa corriqueira. Eu me lembro que os primeiros pacientes que, por exemplo, me mandavam uma mensagem “ah, não vou hoje”, a gente não sabia muito o que fazer. Então, assim, toda a tecnologia nova, a gente não sabe muito como lidar e acho que a primeira atitude é um fechar-se. Me lembro assim até da orientação das supervisoras dizendo “ah, não, não responde por mensagem. Espera o paciente ligar ou liga para o paciente”. E durante bastante tempo eu fazia isso assim, o paciente mandava mensagem e eu ligava “ah, recebi tua mensagem”. Hoje isso já é tão corriqueiro, todos se comunicam por mensagens que eu também já respondo “ok, recebi”. Não fico conversando por mensagem, mas isso já faz parte, quando antes a gente já interpretava uma resistência, o paciente que não quer falar manda mensagem. Hoje tu vê que tá, é mais prático, mais barato... então, eu acho que talvez a mesma coisa hoje assim eu acho super esquisito terapia pela internet e fico pensando assim como é que funciona uma série de coisas, porque na abordagem psicanalítica é fundamental o *setting*, porque o *setting* engloba um

monte de coisas, engloba a postura do terapeuta, do analista, o horário que começa, que termina, o local, a posição das coisas nesse local. Claro, não é só o *setting* físico, mas isso também faz parte. E daí eu fico pensando, como é que vai ser? O paciente vai estar na casa dele, no lugar que ele estipulou, ele não vai sair pra ir pro tratamento. A gente sabe que isso já funciona, o paciente está vindo pra cá, o trabalho analítico já começa no caminho, embora assim que bom ele vai criar um ambiente naquele momento, ele vai ligar, enfim, vai se comunicar com o terapeuta, aí claro que vai se constituir uma espécie de *setting*, mas que é muito mais difuso. Então, eu não sei se não se perde alguma coisa. E uma coisa que tem a ver com autores que eu trabalho, com Bion, que falam muito da relação, do campo analítico, eu acho que tem coisas que se passam, às vezes tu tá com paciente tu sente uma coisa, tem pacientes que entram na tua porta e tu sente um ambiente pesado, que tem a ver com a contratransferência, tem a ver com mecanismos inconscientes, que aí dentro da abordagem que eu trabalho são importantes. Eu não sei se essas coisas a gente consegue captar pela internet. Eu não sei, claro que a tecnologia vem melhorando, mas dependendo ainda tem ?? que demora um pouco pra ouvir o que o paciente fala, tu só vai ver o que está exatamente ali na tela, daqui a pouco tu não vai tá vendo se ele tá mexendo nas mãos, não vai tá vendo outras atitudes que passariam ?? não-verbal. Então, eu ainda acho que se perde. Não sei se eu te diria, não dá pra te dizer que é inviável. Não sei. Mas acho que não é o ideal. Acho ainda que teria que ter uma opção, tratando a outra maneira não é viável, como essa situação que eu te falei, por exemplo. E mesmo assim, não sei. Eu não me sentiria à vontade pra trabalhar assim.

E – E você já teve alguma experiência com psicoterapia pela internet?

P – Não.

E – E conhece alguém que teve essa experiência?

P – Só nesse sentido que eu te falei.

E – Qual o sentido?

P – Não toda uma psicoterapia assim ou começar assim. Só pra manter por um tempo até que o paciente voltasse se é uma viagem temporária ou conseguisse passar um encaminhamento para o local onde ele ficou.

E – E tu sabe como é que foi, como é que ele se sentiu, foi diferente?

P – Pois é, eu to tentando me lembrar de um número específico assim, ?? não me contou mais, e foi bem produtivo. Nesse caso, a paciente retornou depois de algum tempo e a paciente relatou que foi bem importante ela ter mantido isso, porque ela tava num lugar diferente, sozinha, ela era uma referência estável pra ela e foi importante, com todas as limitações, ela se sentia em tratamento, tendo contato da terapeuta e quando retornou voltou ao trabalho como se não tivesse sido interrompido.

E – E qual a diferença ou quais as diferenças que tu considera entre terapia presencial e pela internet?

P – É o que eu te falei, né. Acho que a questão do *setting* modifica muito, flexibiliza muito. Eu acho que daí talvez fique mais difícil de interpretar alguma coisa, de captar algumas coisas, atitude não-verbal do paciente que vem com a fala ?. Mais isso sim. E também tu depender de uma tecnologia, que às vezes a gente vê “ah, conexão não tá boa”. Eu já participei, esses tempos eu fiz um curso por videoconferência com um pessoal do Uruguai. Teve um dia que não funcionou, não teve, porque a conexão tava ruim, sei lá o que, ficava caindo toda hora, era horrível, ? não teve. Na presencial, isso não acontece. Da mesma maneira, eu já tava atendendo no consultório, faltou luz, segui a sessão, acendi vela, ficava escuro, quer dizer, não depende do que ??. Acho que tu depende de uma coisa externa e às vezes ainda não funciona bem ??. Mas hoje ainda não é. Então, acho que a fala fica diferente e me dá uma sensação mais mecânica, até pela voz assim. Eu acho que não dá essa coisa tão próxima que eu acho importante, no meu trabalho eu acho importante. Ficar vendo o paciente, tá tendo uma reação imediatamente, fala uma frase e tu já vê que o paciente baixou a cabeça, trocou o assunto. Tu tem qualquer ? já perde isso. Eu acho que

depende muito da abordagem com a qual tu trabalha. Com a abordagem psicanalítica eu acho mais difícil, por causa dessas nossas crenças inconscientes e tudo o que fica no campo transferencial.

E – Eu acho que tu já comentou, mas se tu quiser falar mais sobre as vantagens e desvantagens assim.

P – Eu acho que não tem muita vantagem assim. A vantagem é confortar alguém que está distante, mas hoje eu acho assim que a produção da Psicologia está tão disseminada... é difícil tu estar em um lugar que não tenha um bom psicoterapeuta pra te tratar. Eu acho que a vantagem é o que te falei, poder manter o tratamento com alguém que tu já tenha um vínculo, já confia e que tu tá fisicamente distante. Essas são as vantagens. Mas começar um tratamento pela internet eu não vejo muita vantagem. Eu acho diferente assim de fazer um curso, bom daí tu quer fazer um curso com aquela pessoa ou com aquela instituição que é reconhecida e tá longe pra caramba. Tá, daí é legal. Mas psicoterapia eu não sei. Também não acredito muito que tu tenha que fazer psicoterapia com o bambambam lá. E é o bambambam ??. Então, eu não vejo muita vantagem. Me parece um pouco mais uma coisa de ter que modernizar uma coisa que talvez não... dá uma cara moderna pra uma coisa que talvez não existe... não tá na moda. Não vejo muita vantagem em iniciar assim. Mas eu acho que pode se manter assim alguma coisa que tenha começado de outro jeito.

E – Então, acho que era isso. Muito obrigada pela participação.

PARTICIPANTE 4

E – Entrevistadora

P – Participante

E – Então, fulana, essa pesquisa é sobre psicoterapia pela Internet. Eu vou fazer algumas perguntas e tu pode ficar à vontade pra responder da forma que tu achar melhor. A entrevista será gravada e o que você disser é confidencial. Alguma dúvida?

P – Não.

E – Então, qual a orientação teórica que você segue na sua prática?

P – Sistêmica.

E – E quantos anos de prática em atendimento você tem, incluindo estágio acadêmico e prática pós-formada?

P – Tá, eu me graduei na Ulbra em 2006, Psicanálise. E agora faz... terminei a especialização faz praticamente 4 anos e desses dois anos que eu fiquei na UFRGS, desde o início da minha formação (?) eu comecei a atender famílias, sistêmica e casal. Então, eu já estou há quatro anos atendendo famílias e casal, na parte sistêmica.

E – Tu optou pela parte sistêmica...

P – Eu preferi a parte sistêmica. Sou muito apaixonada por sistêmica porque é bem relacional, bem relacional. Então, assim, é muito rico trabalhar com enfoque relacional, né.

E – E assim, quantos anos... tu chegou a fazer estágio na clínica durante a graduação?

P – É tipo um estágio. É que as EIs da UFRGS é um estágio. Então quando eu entrei, fiquei nas EIs fazendo tipo um estágio.

E – Já depois de formada?

P – Sim, depois de formada. Me formei em 2006 e em 2007, final de 2007, eu fiz a seleção pra UFRGS pra entrar em sistêmica.

E – Faz uns seis anos, mais ou menos, que tu está na prática.

P – É, mais ou menos isso. Então, a gente fez esse estágio um pouquinho nas EIs. Depois... naquele tempo que eu tava nas EIs não tinha movimento de família e casal, não tinha procura de terapia de família e casal e a gente conseguia ter esse espaço na UFRGS, a gente do grupo da sistêmica, e hoje é muito procurado terapia de família e casal lá, porque as pessoas viram que tem muita questão relacional, não só a gente da terapia de família, como a colega da Psicanálise, tem muita troca com a gente. Então, assim, muita questão que vem individual, às vezes vem uma questão de relacionamento mãe e filha, de separação, como é que a gente chama da questão assim situacional, crise situacional, tem a ver com separação na sistêmica. Então, tem muita troca, então tem muito mais, hoje, procura. Então, minha experiência está cada vez mais gratificante lá, né.

E – E já ouviu falar sobre psicoterapia pela Internet?

P – Muito pouco, muito pouco assim, praticamente quase nada assim. O que eu acho assim que já, ao vivo e a cores, uma psicoterapia é muito difícil, porque as pessoas hoje, elas querem o rápido. Elas querem assim, que tu vá no médico, que a dor de cabeça passe logo e a gente tem que explicar que a terapia não é assim. Terapia leva às vezes muito tempo pra dar um resultado. E o terapeuta não tem bola de cristal. O terapeuta dá o caminho pra pessoa e vai mostrando, né.

E – Não dá respostas.

P – Não dá respostas. Então, assim, as pessoas querem o muito rápido né. E a Internet, eu acho que é muito anonimato, tu não sabe se a pessoa está falando a verdade. Eu acho que uma coisa é tu estar olhando ao vivo e a cores, também pode ter a mentira, mas assim, tu tá vendo a pessoa né. Agora, pela Internet eu acho muito difícil, né, porque será que aquele perfil é verdade mesmo? A gente não sabe que tipo de pessoa está lá do outro lado na Internet, né?

E – Uhum, deixa eu ver... Então, o que tu entende sobre psicoterapia pela Internet do que tu já ouviu falar?

P – Ai, fulana, muito pouco, não vou te mentir, muito pouca coisa. Eu li alguma coisa numa revista da Psicologia, mas assim, é muito polêmico, tem muita gente que não aceita né. Eu sou uma que não aceito. Não tenho muito conhecimento. Eu não sei como é que funciona, se existe uma lista que tu pega um terapeuta pela lista, se tem alguma busca, algum site, eu não sei te dizer. Eu sei que hoje a gente consegue tudo pela Internet. A gente bota o nome da gente, a gente já tem né. Então, isso eu acho muito arriscado às vezes, né, porque tu não tem mais aquela segurança né. Eu não sei como é que é...

E – A privacidade?

P – É, como é que busca o terapeuta pela Internet. Não sei te explicar. E depois, digo assim, será que a pessoa que tu buscou é terapeuta mesmo, será que ele tem CRP, será que ele é ético? Porque eu sou muito pela ética. Eu tenho... com certeza... no consultório, a gente tem toda uma questão de regras né e conhecimentos. Agora, será que aquele terapeuta é terapeuta mesmo ou ele tá dizendo que é e não é? Não sei te explicar. Será que ele tem CRP, será que não tem? Será que ele tem toda essa técnica, esse conhecimento que a gente tem que estar sempre estudando? A gente nunca para de estudar né. Será que esse terapeuta é mesmo terapeuta? Eu me questiono. Me questiono muito.

E – Tá, então, eu acho que tu já disse mais ou menos a tua opinião a respeito. Então, tu já teve alguma experiência com psicoterapia pela Internet?

P – Nunca tive experiência nenhuma, nem amigos profissionais, nem amigos, nada, nunca, nunca, não, de alguém que tenha, não. E nem os colegas assim não comentam nada...

E – Tu nunca soube?

P - ...na UFRGS, pessoas da minha graduação. Não vejo comentarem, nem o pessoal da questão da coordenação, da... e até da sistêmica, não vejo comentarem sobre isso, não vejo comentarem. Não é muito comentado aonde eu estou trabalhando hoje eu não vejo nada comentado sobre psicoterapia pela internet, porque a gente trata muito com o pessoal da psicanálise, muitas questões e essa questão da internet nunca ouvi assim um terapeuta comentar alguma coisa, pelo menos quando eu estivesse presente não.

E – Nem colegas tu disse, nem amigos...

P – Nem amigos nem colegas, nunca ouvi esse comentário.

E – E qual diferença que tu acha, que tu considera entre terapias presenciais e pela internet?

P – A diferença é a que eu te falei, assim, por que será que ele é um terapeuta de verdade mesmo, será que ele tem um CRP, será que ele é ético mesmo, porque internet tem muito anonimato, porque tu entra em um consultório de uma pessoa ou porque alguém te indicou, né, como uma amiga, ou uma pessoa profissional, ou uma clínica te indicou. Então, é uma pessoa que tu sabe que tem um CRP, que é profissional, agora pela internet, essa é a minha dúvida: será que eu vou buscar lá e preciso de ajuda naquele momento, será que aquela pessoa é um terapeuta, ela é um psicólogo de verdade, ela é ética, ela tem as técnicas pra me ajudar ou pode me deixar mais em crise? Não sei te dizer assim oh. É essa a minha questão. A dúvida é essa. A internet é muito anonimato. Claro que existe verdades, mas a questão é que tem muito anonimato, tem muitos perfis falsos pela internet. Então, por isso que eu pergunto assim, é muita dúvida. Eu se eu fosse eu, eu não conseguiria. Eu teria que ir em um terapeuta que alguém me indicasse e que fosse muito ético, como eu sou muito ética teria que ser assim. Eu jamais conseguiria fazer uma psicoterapia pela internet, porque eu gosto de ver a pessoa, de... sabe... de ter uma empatia com o meu terapeuta, porque eu acho que a psicoterapia tem que ter muita empatia, se tu não gostou do teu terapeuta tu não vai ir, não porque não é bom profissional, porque tu não teve uma boa empatia, tu não gostou dele. E como é que tu vai sentir isso e ter esse vínculo pela internet? Aí tem outra questão dos bate-papos, dos sites de relacionamentos que eu também acho uma grande dúvida, pedido de casamento pela internet, felizes, como existe muita

falsidade, mentira, enganação. Então é essa a minha questão assim. Mas o indivíduo procura coisas rápidas e é isso que me preocupa, por querer as questões rápidas, será que na internet a pessoa pensa que vai ser rápido, que vai ser um remédio rápido? Porque tu vai me dizer uma frase e eu já vou ficar bem, mas na psicoterapia não é assim. Ela precisa de um tempo. A pessoa não pode de uma frase ou de uma questão lá, de um conselho que a pessoa dá a pessoa conseguir melhorar, não é assim. não é assim. é todo um momento, é toda uma questão de preparo tanto do terapeuta para o paciente quanto do paciente para o terapeuta.

E – Então, acho que essas são as maiores diferenças assim né?

P – É, é diferente. Pra mim, pelo menos, hoje é isso né.

E – Uhum. Eu acho que é isso. (?)

P – Pois é, né, fulana, é complicado isso né, da internet. Eu acho muito duvidoso, muito duvidoso. Não sei te explicar. Eu não tenho conhecimento, não é muito falado.

E – Sabe que muita gente não tem. Nem sabem que existe.

P – Não, isso eu já sabia que existe. Teve na televisão, já teve comentário. Mas é pouco falado né, pouco comentado. De repente, pesquisar mais sobre isso também, de repente nós como profissionais pesquisar mais. Mas como é uma coisa muito complexa, eu não tenho muito interesse, vou ser bem sincera contigo. Prefiro o aqui e agora, o ao vivo e a cores do que uma pessoa pela internet. Só se mudar muito. Mas eu te pergunto: será que é uma questão ética pela internet? Porque a ética é tudo né. O que a gente aprende na faculdade que a ética é tudo. Claro, né, fulana, que tem profissionais e profissionais. Então, é isso. Acho que é isso.

E – Então, tá, fulana. Obrigada pela participação.

PARTICIPANTE 5

E – Entrevistadora

P – Participante

E – Qual a orientação teórica que você segue na sua prática?

P – Eu trabalho dentro da abordagem psicodramática.

E – E quantos anos de prática em atendimento você tem, incluindo estágio acadêmico e prática pós-formada?

P – Eu sou formada há quatro anos e desde os últimos anos da faculdade atuo como psicoterapeuta. Então, já faz seis anos.

E – Que legal. Já ouviu falar sobre psicoterapia pela internet?

P – Já ouvi falar em um Congresso de Psicodrama, em um Congresso Brasileiro de Psicodrama que aconteceu em 2008, em São Paulo, e lá houve uma mesa redonda de psicoterapeutas experientes contaram um pouquinho como é que foi essa experiência de ser psicoterapeuta pela internet.

E – Eles já eram experientes em psicoterapia pela internet?

P – Não, eles tinham pacientes que eles atendiam no consultório, mas, cada um por motivo diferente, migraram, foram fazer cursos no exterior, foram morar no exterior, e quiseram continuar com o mesmo terapeuta. Então, fizeram um combinado ou um contrato de seguir sendo atendidos pela internet com esses terapeutas que estavam há meses e aí eles relataram, enfim que ?? e continuaram o atendimento pela internet. Foi meu primeiro contato, em 2008.

E – E o que tu entende sobre psicoterapia pela internet? O que tu já ouviu falar?

P – O que eu entendo por psicoterapia pela internet é um jeito de... a psicoterapia em si ela não entende no sentido de, da proposta do trabalho, respeitando as diversas linhas, do vínculo terapêutico, mas o *setting* vai mudar. Então, o *setting* na ? presencial está no consultório, as pessoas vão usar recursos como MSN, como skype, que tem a vantagem de poder ver a outra pessoa do outro lado né, pela tela. Então, a psicoterapia em si ela vai preservar uma série de aspectos do sigilo, da proposta de tratamento diante de uma queixa que o paciente vai trazer. Porém, com *setting* diferente.

E – E tu vê alguma diferença entre essas diversas formas assim, tipo MSN, *skype*? Tu vê alguma diferença entre essas diferentes abordagens?

P – Eu vejo que nessas tecnologias que envolve áudios, que envolve câmeras, tu consegue vê o outro, tu consegue falar mais espontaneamente, eu tenho a impressão, né eu nunca realizei psicoterapia pela internet nem como paciente nem como terapeuta, mas eu imagino que essas tecnologias em que tu pode espontaneamente falar, elas se aproximam um pouco mais do *setting* tradicional do que, por exemplo, um *setting* que só pode digitar e que algumas pessoas às vezes tem dificuldades de falar, as pessoas usam muitas palavras alteradas “você”, “também” e que às vezes ? os terapeutas não conheça esse tipo de dialeto muito usado em MSN... eu tenho a impressão de que essas tecnologias em que tu não fica digitando escolhendo as palavras, que seja mais espontaneamente, flui assim no relato, elas se aproximam mais do método tradicional do que esses que estão o MSN, o bate-papo né.

E – Tá, então, acho que já falou mais ou menos o que tu entende né. E qual é a tua opinião a respeito?

P – A minha opinião a respeito, se eu sou favorável...?

E – Não, assim o que tu acha né...

P – Uhum. Eu acho, em primeiro lugar, que é um tema super relevante de se discutir enquanto profissionais da área, porque eu acho que a internet ela tem ocupado várias esferas da nossa vida, né, da esfera comunicação, dos relacionamentos, da informação né, desde o e-mail que você se comunica com alguém ou você já se coloca ??, se você precisa ele sabe que vai estar seguro. Então, a internet acho que ela tomou um espaço na vida das

peças meio sem volta. Eu acho que a internet entrou na vida das pessoas e não vai sair mais. Eu acho que são essas tecnologias que perpassam nossas vidas né, porque com os meios de comunicação e de intercâmbio eu posso falar com uma pessoa que tá lá na China, na França, muito rápido nesses casos né. E eu acho que nós psicólogos a gente precisa estudar e entender quais são os limites e os alcances dentro da nossa área do uso dessa tecnologia para o tratamento nessa relação terapêutica. E eu acho que é um grande desafio, eu acho que vários estudos tem que ser realizados, é preciso que se entenda quais são os limites ocultos, mas sem dúvida alguma eu acho que é uma... eu seria uma pessoa favorável assim a princípio de definida, acho que tá dentro do possível, resguardando as devidas limitações que possam surgir e aí sim se descubra vamos dizer através dos relatos do que que fizeram, do que que sentiram de diferença, o que que mudou no vínculo com o terapeuta, mas vamos dizer que foram só os limites, mas eu imagino que tenham muitos alcances, pelas possibilidades, pela capacidade de conceituar uma série de coisas que a psicoterapia tem que ter em torno do *setting* tradicional também. E fazer mais pesquisas, fazer ?? de que essa presença virtual não só concreta ela vai ter que precisar de mais atenção no *setting*, se consegue preservar essa aliança terapêutica na... através da tecnologia, eu acho que consegue o mais fundamental, que é o vínculo. Então, a gente descobre através dessas pesquisas se o vínculo ele consegue se manter pelo ? da pessoa ouvir, sem a presença física, bom, eu acho que isso é uma boa ? assim, ainda mais nesse mundo globalizado que a gente vive hoje enfim, as pessoas não nascem, crescem e morrem na mesma cidade, estão circulando o tempo todo ???, trabalham e vai morar em outros cantos e depois retornam a sua cidade. Essa fluidez de comunicação de trânsito é preciso que a gente também avalie como isso poderia ser usado em termos de psicoterapia né, com os avanços tecnológicos.

E – Então tu já disse que não teve nenhuma experiência com psicoterapia pela internet.

Mas tu conhece alguém que teve essa experiência? E como foi?

P – ? que trabalhou comigo falou que fez ? A experiência que eu tive foram esses relatos nesse Congresso, eu assisti essa mesa em que os terapeutas eles se mostravam favoráveis às propostas?? no sentido de que eles disseram “bom, eu tava acompanhando um paciente, ele mudou de cidade, e eu nunca tinha feito, mas foi... assim, funcionou, a psicoterapia seguiu, nosso vínculo já estava fortalecido no sentido de a gente seguir trabalhando com problemas de tecnologia”. Eu não tenho experiência de relatos das pessoas que já começaram desde o início da terapia pela internet. O relato que eu ouvi foi dessas pessoas que já tinham um vínculo antes e usaram a internet depois. Mas alguém que abriu o *skype* para psicoterapia e começou desde o primeiro contato com o terapeuta já pela tela né, pelo computador, essa experiência eu não tenho e acho que seria interessante né que se pudessem ver essas duas formas né, será que o vínculo acontece mesmo sem nunca terem se visto, né?

E – Uhum. Então... e qual a diferença que tu considera entre psicoterapia presencial e pela internet? Qual a diferença, a maior diferença?

P – A diferença que eu vejo é que o *setting* proporciona. Eu acho que o que tem que investigar é se esse clima que se cria no *setting* entre duas pessoas né, principalmente o clima terapêutico nesse sentido de continência, de aceitação, de não julgamento, e se circunda? o terapeuta assim de quando eles estão juntos e aí facilita o cliente te trazer seu conteúdo, ele vai sentir essa continência, esse acolhimento, esse não julgamento, se esse clima ele consegue ser preservado quando não há o contato físico. Então, isso que eu gostaria de saber assim, como é que fica quando tá mais distante fisicamente. Claro que... que nem como eu te falei.

E – Então, fulana, muito obrigada pela tua participação.

PARTICIPANTE 6

E – Entrevistadora

P – Participante

E – Qual a orientação teórica que você segue na sua prática?

P – Clínica, né, você diz. É psicoterapia existencial a minha formação depois da universidade. Eu fiz formação em clínica psicoterapia existencial. E foi em São Paulo. Eu sou formado em Curitiba. Foi uma formação de uns dois anos e meio assim e atualmente eu não trabalho com clínica né, mas eu atendi por um bom tempo assim. Antes de me formar eu já tava atendendo e depois de formar eu fiquei um tempo atendendo ainda. Não sei se essas informações você precisa saber.

E – Sim, sim. E agora assim quantos anos de prática em atendimento você tem, incluindo estágio acadêmico e prática pós-formado?

P – Dois anos e meio, três anos mais ou menos. Acho que dá pra dizer três anos. É, foi três anos.

E – Tu chegou a fazer estágio nessa época? Ah, fez, né.

P – Fiz estágio durante um ano e meio. Desde o quarto ano da faculdade. Metade do quarto ano eu já fazia estágio em clínica e o quinto ano inteiro. E aí depois de formado eu continuei atendendo por mais um ano e meio. Foi isso.

E – Tá. Tu já ouviu falar sobre psicoterapia pela internet?

P – Já ouvi falar. Já ouvi falar. Já tem assim... faz tempo.

E – Ah, faz tempo?

P – Desde Curitiba. Desde a minha época em Curitiba. 2005, 2006 eu comecei a ouvir algumas notícias sobre isso.

E – Aonde?

P – No Conselho Regional de Psicologia que eu fazia parte da comissão de clínica lá do Conselho de Psicologia, que tem várias comissões né, e aí eu fazia parte dessa comissão de clínica e das discussões de... como chamam lá, de... putz, esqueci agora, sei que tem as áreas de concentração, mas as discussões de... que tinha um dia da semana que a gente fazia reuniões e o pessoal falava daí sobre, falou uma vez ou duas vezes sobre psicoterapia *online* lá então.

E – Isso faz quanto tempo?

P – É, então, faz uns cinco anos mais ou menos, pouco mais de cinco anos, e foi... mas na época era um negócio bem novo assim e tinha só notícias, a gente não chegou... eu não cheguei a conhecer realmente alguém que atendesse *online* assim, era só notícias que ouvia de pessoas que faziam esse atendimento e a grande discussão é se isso seria uma coisa desejável ou não na época. Era meio que assim “ah, será que a gente vai comprar essa ideia, vamos entrar junto ou não?”, ver o que que tem que ser discutido. Então, eu me lembro que eu assisti inclusive uma palestra no Conselho Regional sobre isso assim, sobre psicoterapia *online*.

E – E tu tinha uma opinião formada?

P – Não, era mais uma coisa assim de discussões. Eu me lembro que o pessoal dizia que não... no Conselho, que não dava pra tomar uma decisão porque tinha muita pouca pesquisa, muito pouca evidência, dado pra saber se era uma coisa boa ou não. Mas eu me lembro também que tinha algum preconceito em relação a isso, pelo pessoal do Conselho, um medo na verdade assim sobre se isso seria uma coisa boa ou não assim, mais isso.

E – Tá, e o que você entende sobre psicoterapia pela internet?

P – É, então. Eu tenho poucas notícias assim. Eu tenho mais a ideia assim de que... eu não conheço ninguém que faça, que atenda pela internet, mesmo agora assim, depois de cinco anos, na conheço ninguém, e... eu entendo assim que seja uma prática que talvez tenha as

mesmas configurações de tempo que uma terapia normal, no sentido de ter lá 50 minutos definidos ou coisa assim e isso se orientar por uma terapia por tempo lógico né, psicanalítica, mas que tenha assim uma mesma configuração, acho que é, não sei, é tudo especulações, mas eu entendo que sim, e que tem sim horários prévios agendados, que não é uma coisa... eu não sei se você quer saber a minha opinião, se eu sou a favor ou contra, mas assim, mais o que eu entendo o que seja, né?

E – É, isso.

P – É, então, eu acho que é basicamente uma psicoterapia com câmera, né, deve ter a camerazinha, cada um na sua casa, o terapeuta num outro contexto, não precisa ser a casa dele, pode ser até na clínica mesmo. E é um atendimento que deve seguir acho que os mesmo padrões assim, de conversa, de diálogo assim e a única diferença mesmo real eu acho que deve ser a distância física assim, acho que só isso, mas o resto eu acho que deve ser igual. É isso que eu entendo.

E – Agora sim, qual a tua opinião a respeito?

P – Ah, então, eu acho que é... acho que a psicoterapia pela internet tem duas coisas assim. Uma que eu acho que é o sentido positivo que é a ideia de que você consegue ampliar assim a possibilidade de pessoas fazerem internet no sentido de que nem todo mundo, especialmente em cidades grandes, tem a possibilidade de tempo de conseguir fazer uma terapia, de se deslocar até um outro lugar, que às vezes é bem longe né a clínica do psicoterapeuta e acho então que isso pode facilitar nesse sentido, é um instrumento bom pra isso e também pra plantão psicológico, coisas mais urgentes assim, eu acho que quando você não consegue ter a pessoa próxima a você, no caso, a pessoa vai morar num outro lugar, um paciente assim, fora do país, então eu acho que é uma alternativa interessante pra esses tipos de situações assim, e que isso pode ser uma coisa boa assim, sabe. Mas por outro lado eu fico um pouco receoso assim se o impacto... eu não sei, eu acho que deve ter pesquisas sobre isso... mas pra mim, na minha prática assim, eu ficaria um pouco receoso do impacto de uma terapia *online* ser menor do que uma terapia presencial, pelo que eu estudo assim, não sei, pelas coisas que eu tive na minha formação de clínica assim, eu fico um pouco preocupado, é mais uma preocupação, não de “ah, nunca vou fazer isso”, mas uma preocupação de “eu não sei, eu preciso tentar isso talvez uma vez pra saber se isso vai ser uma coisa legal assim”. Mas eu tendo a pensar que é melhor fazer sempre presencial do que ter um distanciamento. Então, eu tenho um pouco de preconceito eu acho assim com essa coisa do contato assim, muito distante. Eu acho que a terapia ela não é uma coisa assim que só se baseia na fala assim, no conteúdo do que a pessoa tá dizendo, eu acho que tem toda uma questão corpórea mesmo e que a câmera pode te oferecer, mas que só a situação real acho que consegue dar a dimensão disso sabe. Então, acho que pro paciente é muito importante ter alguém na frente dele no sentido carnal mesmo, da expressão assim e acho que talvez a terapia *online* não atinja essa dimensão assim. Mas sei lá, posso estar errado. Pode ser que seja uma grande besteira isso que eu to dizendo aqui e que dê certo. Eu acho que precisa de pesquisa pra... mais pesquisa pra... acho que mais divulgação também disso assim, por parte até do Conselho, não só de pesquisa científica sobre isso assim, mais informação, acho que falta muita informação no Brasil sobre isso. Não sei, acho que é mais isso mesmo.

E – Acho que tu já... Tu já teve alguma experiência com psicoterapia pela internet?

P – Não, nunca tive assim. Nem como paciente nem como terapeuta. Nunca tive isso assim.

E – Uhum. E tu conhece alguém... Não, não conhece ninguém que teve essa experiência né.

P – Não, não conheço ninguém. Deixa eu pensar aqui, é...

E – Nem como terapeuta nem como paciente assim?

P – Não, não conheço ninguém que tenha tido isso mesmo. Só pessoas que, daquilo que eu te falei lá no início mesmo, de notícias de algum cara que fez isso, pesquisa, mas a pessoa

que tava falando não era essa que tinha sido o terapeuta e... não tenho nenhum assim. Tem mais alguma pergunta?

E – Aham. Mais uma.

P – Tá.

E – E qual a diferença ou as diferenças que tu considera entre terapia presencial e pela internet?

P – Então, eu acho que eu falei um pouco sobre isso né. Eu posso até falar um pouco mais assim. Eu acho que talvez pela formação que eu tive, essa coisa da psicoterapia existencial assim, eu acho até que não dá pra dizer que quem se formou ou que a teoria existencial seja contra uma coisa dessas, eu acho que não, não dá pra firmar assim, acho que o pessoal que tem uma abertura a conhecer novas tecnologias ou novos tipos de possibilidades de clínicas né, a clínica não fica acho que só fechada num *setting* bem clássico, como os *settings* clássicos de psicoterapia que a gente costuma ouvir, acho que teria uma abertura pra conhecer coisas diferentes assim sabe, até como o pessoal do AT, isso é uma coisa legal assim, é uma forma diferente terapêutica assim e acho que a ideia de clínica assim, de terapêutica, na verdade, ela não é restrita ao *setting* lá da salinha do psicólogo, aquela coisa toda assim. Então, eu acho que haveria sim uma possibilidade de pensar uma clínica diferente, talvez *online*. Agora, uma questão que é bem pessoal minha mesmo é que eu realmente acho que eu não conseguiria atingir o mesmo nível de cumplicidade assim, e de talvez de empatia, que uma situação presencial, uma situação que tá ali, da carne mesmo, assim, da situação viva mesma ali da condição ofereça pela internet. Acho que talvez ficaria um pouco aquém assim. Mas o que não quer dizer que uma terapia *online* não poderia gerar momentos terapêuticos assim, que fossem bons para o paciente. Sem dúvida, acho que isso aconteceria para o paciente. Mas eu acho que é uma coisa muito mais de desconfiança assim, de quem nunca fez a terapia... quem nunca foi terapeuta *online*, psicoterapeuta *online* ou que foi paciente *online*, acho que tem que passar por isso. Mas de princípio assim, de primeira, eu tenho um pouco assim, bah, eu acho que eu não teria a mesma... eu acho que eu não teria o mesmo desempenho como terapeuta e acho que talvez até como paciente assim, eu não teria... eu não sentiria a mesma aceitação, o mesmo acolhimento como uma coisa mais presencial assim. É mais isso.

E – E só mais uma. Mas eu acho que tu já falou assim. Não sei se tu quiser falar mais um pouquinho, sobre as vantagens e desvantagens da psicoterapia pela internet.

P – É, eu acho que a vantagem é: talvez baratearia o custo pra... eu não sei, eu acho que sim, por conta da ideia do espaço físico ser bem flexível pra isso. Acho que permitiria que em situações que a pessoa já tem digamos um vínculo terapêutico com o terapeuta, mas tem que se mudar por questões profissionais, familiares, sei lá, alguma coisa, pra um outro país, outra cidade, mas quer continuar fazendo a terapia com esse terapeuta, eu acho que isso seria uma possibilidade sim de uma manutenção de vínculo e acho que facilitaria para o pessoal que tem dificuldades de horário de atendimento, poder chegar em casa e sentar lá no computador e ser atendido né, ao invés de ter que ir até uma clínica que às vezes é do outro lado da cidade. Eu fico pensando em São Paulo assim, que é uma cidade gigante, até mesmo Porto Alegre né, não sei, que acho que isso poderia ser uma coisa boa assim, acho que talvez tenha a situação de uma pessoa, isso eu não tinha pensado, pensei agora, de pessoas que talvez tenham mais medo da psicoterapia como uma coisa de “pô, vou ter que ir lá, vou ter que falar com o cara sobre mim e tal”, é difícil. Talvez pra algumas pessoas por estarem mais acostumadas com essa coisa *online*, de falar com amigos e tal, seja mais fácil inclusive de iniciar o processo terapêutico não tendo que ir até uma clínica assim. Então, talvez a coisa de ser *online* seja um facilitador pra quem tem esse tipo de receio de ah, psicoterapia, sei lá como é que vai ser e tal. Então, pode ser, isso eu acho que pode ser uma coisa legal. Acho que de desvantagem de primeira não sei se teria muita assim, eu acho que talvez tenham umas questões éticas assim que tenham que ser lidadas em relação a como é que vai ser gravado ou coisas assim né da terapia. Mas acho que de desvantagem

mesmo não tem. Acho que é mais um receio assim. Acho que precisa mais de pesquisas, acho que precisa ser comprovada a efetividade desse tipo de técnica. Não dá pra começar a fazer um atendimento assim e aí de repente vê lá pelas tantas que não tem efeito nenhum ou então que pode oferecer riscos éticos ao profissional ou algum... então expor a pessoa a situações assim que sei lá, por exemplo, tá a pessoa atendendo e tá o filho assim na sala porque é a sala da casa do terapeuta. Então, eu acho que tem que cuidar essas coisas todas. Tem que ter eu acho que um protocolo mais rígido de como então delimitar o campo e como então regulamentar esse tipo de prática. Acho que tem que ter os protocolos pra isso assim. Mas acho que é isso.

E – Então, tá. Muito obrigada pela participação.