

APLICAÇÃO DA TÉCNICA DA FLECHA DESCENDENTE NA INTERVENÇÃO TERAPÊUTICA DE PACIENTE EM TRATAMENTO DO ALCOOLISMO: um relato de experiência

Anna Júlia Peixoto da Silva¹
Neusa Martins Moraes Miranda²
Analucy Silva³

RESUMO

O presente relato de experiência descreve a vivência acadêmica realizada durante uma visita técnica à Casa de Eurípedes, no dia 14 de outubro de 2025, com o objetivo de observar e aplicar técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) em um contexto institucional de reabilitação da dependência química. A atividade foi conduzida sob a orientação da professora Analucy Silva, com a participação da discente Anna Júlia Peixoto da Silva, do curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia. O caso atendido foi de R.M., paciente de 31 anos, internado voluntariamente para tratamento do alcoolismo. A intervenção teve como foco identificar pensamentos automáticos e crenças centrais disfuncionais que mantinham comportamentos autodestrutivos relacionados ao uso de álcool. A metodologia utilizada envolveu escuta ativa, entrevista semiestruturada e a aplicação da técnica da Flecha Descendente, recurso terapêutico que possibilita acessar níveis mais profundos do sistema de crenças do paciente. Durante a sessão, observou-se que o paciente apresentou boa receptividade e engajamento no processo, revelando insights importantes sobre sua história de vida, especialmente no que se refere às experiências de perda e abandono, como o falecimento da mãe. A técnica permitiu compreender a ligação entre emoções, cognições e comportamentos, favorecendo a autorreflexão e o fortalecimento do autocontrole emocional. A experiência evidenciou o potencial da TCC como abordagem eficaz na reestruturação cognitiva e na promoção de estratégias adaptativas de enfrentamento, além de proporcionar aprendizado prático significativo sobre o manejo terapêutico em contextos de reabilitação. Conclui-se que a aplicação da Flecha Descendente foi fundamental para acessar e ressignificar crenças de culpa e desvalorização, contribuindo para o avanço do processo terapêutico e para a formação clínica da estudante.

Palavras- chave: Acoolismo; Terapia Cognitivo-Comportamental; Crenças centrais; Reestruturação cognitiva.

¹ Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário Universo Goiânia.

² Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário Universo Goiânia.

³ Docente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário Universo Goiânia.