



Informatização do tabuleiro cognitivo: um jogo para identificar crenças e pensamentos disfuncionais

Kelly Rebeca Gonçalves do Ó¹, Regina Lígia Wanderlei de Azevedo²

RESUMO

A terapia Cognitivo Comportamental surge com Aaron Beck, na década de 60 e tem como objetivo principal o estudo e formulação de tratamentos fundamentados na mudança cognitiva, comportamental e de crenças baseados na vivência e singularidade de cada paciente. Posto isso, muitos estudiosos dedicaram-se ao modelo cognitivo de Beck e desenvolveram pesquisas, bem como formas e instrumentos de intervenções. Dentre essas, encontramos a formulação do Tabuleiro Cognitivo- um jogo para identificar crenças e pensamentos disfuncionais das autoras Brandão e Azevedo (2018), cujo objetivo é de forma leve e descontraída acessar e trabalhar os pensamentos automáticos, crenças intermediárias e centrais de pacientes adolescentes, adultos e idosos. Logo, devido a emergência de adaptação do fazer clínico na pandemia COVID-19, bem como, o aumento da psicoterapia na modalidade online, a pauta de adaptação tecnológica tomou grandes proporções e a necessidade se criar instrumentos facilitadores desse processo também. Frente a isso, o presente estudo de forma metodológica realizou a produção de cunho tecnológico da ferramenta física já utilizada por psicólogos clínicos, a saber, o Tabuleiro Cognitivo. Com o intuito de torná-lo uma ferramenta acessível ao setting terapêutico online, elevar e estreitar laços em distintos espaços geográficos, como também, atender situações adversas e emergenciais. Através do formulador de jogos 2D, Construct, a versão informatizada foi construída mantendo com fidedignidade a proposta das autoras do instrumento físico.

Palavras-chave: Tabuleiro Cognitivo. Terapia Cognitivo-Comportamental. Informatização.

¹Aluna do Curso de Psicologia, do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, UFCG, Campina Grande, PB, e-mail: kelly.rebeca@estudante.ufcg.edu.br

²Doutora em Psicologia, Professora Adjunta de Psicologia, do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, UFCG, Campina Grande, PB, e-mail: regina.ligia@professor.ufcg.edu.br

Informatização do tabuleiro cognitivo: um jogo para identificar crenças e pensamentos disfuncionais

ABSTRACT

Cognitive Behavioral Therapy emerged with Aaron Beck in the 60s and its main objective is the study and formulation of treatments based on cognitive, behavioral and belief change based on the experience and uniqueness of each patient. That said, many scholars dedicated themselves to Beck's cognitive model and developed research, as well as forms and instruments of interventions. Among these, we find the formulation of the Cognitive Board - a game to identify dysfunctional beliefs and thoughts by the authors Brandão and Azevedo (2018), whose objective is to access and work with automatic thoughts, intermediate and central beliefs of adolescent patients, in a light and relaxed way, adults and seniors. Therefore, due to the emergence of adaptation of clinical practice in the COVID-19 pandemic, as well as the increase in psychotherapy in the online modality, the agenda of technological adaptation has taken on great proportions and the need to create instruments to facilitate this process as well. In view of this, the present study methodologically carried out the production of a technological nature of the physical tool already used by clinical psychologists, namely, the Cognitive Board. In order to make it an accessible tool for the online therapeutic setting, to raise and strengthen ties in different geographical spaces, as well as to meet adverse and emergency situations. Using the 2D game formulator, Construct, the computerized version was built reliably keeping the proposal of the authors of the physical instrument.

Keywords: Cognitive Board. Cognitive behavioral therapy. Informatization.

