



doi: <http://dx.doi.org/10.7213/psicolargum.41.115.AO11>

Aproximações entre a Terapia Cognitivo-Comportamental e a Gestalt-Terapia: uma Revisão Sistemática de Literatura

Approaches Between Cognitive Behavioral Therapy and Gestalt-Therapy: A Systematic Review of Literature

Aproximaciones entre la Terapia Cognitivo-Conductual y la Gestalt-Terapia: Una Revisión Sistemática de Literatura

Luiz Gustavo Santos Tessaro
Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul
<https://orcid.org/0000-0003-4215-5716>
tessaro.luiz@gmail.com

Resumo

A terapia cognitivo-comportamental (TCC) tem desenvolvido um percurso de integração de novas perspectivas, sobretudo no movimento designado terceira onda das TCCs. Particularmente tem sido bastante comum em psicoterapias de terceira onda a inclusão de elementos de uma abordagem de perspectiva ontológica e epistemológica diversa: a Gestalt-terapia. Este artigo, que se filia a um movimento de integração em psicoterapia e de complementariedade paradigmática, teve como objetivo realizar uma revisão sistemática da literatura a fim de compreender o que os estudos que tiveram por fundamento o uso das abordagens da TCC e da Gestalt-terapia, conjuntamente, apontaram. Para tanto, utilizou-se a metodologia da revisão sistemática de literatura com apoio do *software Rayyan*. Foram selecionados 15 artigos. Identificou-se alguns trabalhos que procuraram comparar o desempenho e efetividade entre as abordagens, outros que promoveram a investigação ou descrição de intervenções integrativas e textos teóricos ou históricos que discutiram questões conceituais e técnicas dessa aproximação. Os resultados observados dão conta de uma possibilidade de diálogo e de coexistência entre as abordagens.

Palavras-Chave: gestalt-terapia, terapia cognitivo-comportamental, psicoterapia, psicologia clínica.

Abstract

Cognitive behavioral therapy (CBT) has developed a path of integration of new perspectives, especially in the movement called the third wave of CBTs. It has been particularly common in third wave psychotherapies to include elements of an ontological and epistemological approach: Gestalt therapy. This article, who joins a movement of integration in psychotherapy and paradigmatic complementarity, aimed to conduct a systematic review of the literature in order to understand what studies based on the use of CBT and Gestalt-therapy approaches jointly pointed out. For this purpose, we used the methodology of systematic literature review with the support of Rayyan software. 15 articles were selected. We identified some studies that sought to compare the performance and effectiveness between the approaches, others that promoted the investigation or description of integrative interventions and theoretical or historical texts that discussed conceptual and technical issues of this approach. The results show a possibility of dialogue and coexistence between the approaches.

Keywords: Gestalt-therapy, cognitive-behavioral therapy, psychotherapy, clinical psychology.

Resumen

La terapia cognitivo-conductual (TCC) ha desarrollado un recorrido de integración de nuevas perspectivas, sobre todo en el movimiento denominado tercera onda de las TCCs. Particularmente ha sido bastante común en psicoterapias de tercera onda la inclusión de elementos de un enfoque de perspectiva ontológica y epistemológica diversa: la Gestalt-terapia. Este artículo, que se adhiere a un movimiento de integración en psicoterapia y de complementariedad paradigmática, tuvo como objetivo realizar una revisión sistemática de la literatura a fin de comprender lo que los estudios que tuvieron por fundamento el uso de los abordajes de la TCC y de la Gestalt-terapia, conjuntamente, apuntaron. Para ello, se utilizó la metodología de la revisión sistemática de literatura con apoyo del software Rayyan. Se seleccionaron 15 artículos. Se identificaron algunos trabajos que buscaron comparar el desempeño y efectividad entre los abordajes, otros que promovieron la investigación o descripción de intervenciones integrativas y textos teóricos o históricos que discutieron cuestiones conceptuales y técnicas de esa aproximación. Los resultados observados reflejan la posibilidad de diálogo y coexistencia entre los enfoques.

Palabras clave: Gestalt-terapia, terapia cognitivo-conductual, psicoterapia, psicología clínica.

Introdução

A terapia cognitivo-comportamental (TCC) vem sendo estudada desde a publicação de seus primeiros estudos científicos na década de 70, mostrando-se eficaz para uma ampla gama de transtornos psiquiátricos, bem como de problemas psicológicos e médicos (Beck, J., 2022). Entretanto, ainda há desafios presentes na prática psicoterápica para uma série de transtornos, bem como pacientes crônicos ou de tratamento mais difícil (Young; Klosko; Weishaar, 2008). Nenhum modelo psicoterápico parece explicar e tratar sozinho toda a complexidade humana, o que se evidencia pela

variedade de abordagens que confere uma característica plural à psicologia (Azevedo et al, 2022).

Além disso, nem todos os pacientes adaptam-se bem a todos os modelos de psicoterapia. Falando especificamente do Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), Schnyder (2005) comentou que, à despeito das evidências de eficácia das psicoterapias, ainda havia um número relevante de pacientes que evadiam, que continuavam com sintomas residuais ou mesmo que permaneciam em condição crônica com o transtorno. O mesmo pode ser pensado para uma gama de outras psicopatologias ou situações de sofrimento ainda hoje (Young; Klosko; Weishaar, 2008).

A TCC tem desenvolvido um percurso de integração de novas perspectivas, sobretudo no movimento designado – apesar das críticas à terminologia – de terceira onda das TCCs (Azevedo et al, 2022). Particularmente tem sido bastante comum em psicoterapias de terceira onda a inclusão de elementos de uma abordagem de perspectiva ontológica e epistemológica diversa: a Gestalt-terapia (GT) (Gilbert, 2019; Hayes; Strosahl; Wilson, 2021; Young; Klosko; Weishaar, 2008).

A GT é uma abordagem fenomenológico-existencial surgida na década de 50, criada pelo chamado “grupo dos sete”, que incluía Fritz Perls, talvez o expoente mais conhecido (Juliano, 2004; Perls; Hefferline; Goodman, 1997). Os fundadores compreendiam que os organismos (seres humanos) criavam significados no contato com o ambiente, tendo como referência dinâmica do funcionamento humano o processo de formação de figuras de atenção (necessidades) que emergiam em contraste com fundos indiferenciados (o campo, englobando fatores ambientais, psicológicos, biológicos e relacionais). Esse processo, quando interrompido ou prejudicado, daria origem a patologias psíquicas.

Os autores trabalhavam em uma perspectiva de síntese mais do que análise, visto que, para eles, o todo era mais do que a soma de suas partes, logo, davam grande ênfase aos fatores relacionais em contínua interação. Compreendiam que a função da terapia era possibilitar o *continuum de awareness* (Perls, L. 2004). O conceito de *awareness* adveio da influência da filosofia oriental (zen-budismo) na abordagem e remete ao estado de consciência dos fenômenos do contexto e do organismo presentes aqui-e-agora (Rodrigues, 2011).

A GT desenvolveu-se a partir de uma fundamentação antropológica e epistemológica diversas da TCC. Tem como filosofias de base a fenomenologia, o

existencialismo e o humanismo. Tem ainda como teorias de base, a Psicologia da Gestalt, a teoria de campo – de Kurt Lewin – a teoria Organísmica – de Kurt Goldstein – e a teoria Holística – de Jan Smuts (Ribeiro, 2011).

Em função de dar grande ênfase aos aspectos da relação terapêutica, acima da aplicação de técnicas, a GT encontrou dificuldades de se submeter à investigação empírica em seu formato originalmente estabelecido. Contudo, posteriormente, abordagens manualizadas de GT foram desenvolvidas, como a *Dialogical Exposure Therapy* (DET) (Buttolo; Karl, 2012) e a *Focused Expressive Psychotherapy* (FEP) (Daldrup, 1988) possibilitando a ampliação dos estudos contemporaneamente.

Referenciam diretamente uma integração de elementos entre TCC e GT a Terapia do Esquema (Young; Klosko; Weishaar, 2008), a Terapia da Aceitação e Compromisso (ACT) (Hayes; Strosahl; Wilson, 2021) e a Terapia Focada na Compaixão (Gilbert, 2019). Judith Beck (Beck, J. 2022) e a Terapia Cognitiva Processual (Oliveira, 2016), cujas abordagens são mais fundamentadas na Terapia Cognitiva de Beck, portanto ligadas à segunda onda, também referenciam (nas obras citadas) aspectos da GT.

A integração entre GT e TCC, portanto, é um fenômeno presente no campo da psicoterapia. Essa aproximação é, por vezes, apenas técnica – com integração de intervenções típicas da GT, como ocorre na (ACT) (Hayes; Strosahl; Wilson, 2021) – ou teórico-técnica, como na Terapia do Esquema (Young; Klosko; Weishaar, 2008). Dadas as evidências de eficácia terapêutica das referidas abordagens, explicitadas pela divisão de psicologia clínica da *American Psychological Association*, atesta-se uma profícua contribuição da GT à TCC. Conhecer melhor esse movimento de intercâmbio e suas potencialidades pode ser um caminho importante para o avanço das psicoterapias.

Objetivos

Diante dessa constatação e com a intenção de colaborar para um alargamento do entendimento dessas aproximações entre abordagens, este artigo teve como objetivo realizar uma revisão sistemática da literatura a fim de compreender o que os estudos que tiveram por fundamento o uso das abordagens da TCC e da GT, conjuntamente, apontaram.

Método

Esta seção narra os aspectos metodológicos deste estudo. Para atingir o objetivo proposto, realizou-se uma revisão sistemática de literatura (Page et al, 2021). Trabalhos desse tipo consistem em buscas minuciosas de material científico sobre um determinado tema, com uma metodologia rigorosamente estabelecida, de forma que possam ser reproduzidos por outros autores para fins de validação. Oferecem um panorama do estado do conhecimento sobre um tema, respondem a perguntas que não poderiam ser explicadas com apenas um estudo, demonstram pontos pouco estudados na literatura, apresentam problemas em estudos primários e auxiliam na construção de teorias sobre determinado fenômeno (Page et al, 2021). Elegeram-se como base de dados para a coleta a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e o portal de periódicos CAPES. A escolha pela BVS se justifica por ser uma indexadora de bases de dados consolidada entre os profissionais e pesquisadores no campo da saúde na América do Sul e no Caribe (Packer, 2005). O portal de periódicos CAPES é uma das principais ferramentas de busca entre pesquisadores brasileiros, oferecendo conteúdo nacional e internacional (Cendon; Ribeiro, 2008).

Para a busca nos referidos portais, utilizou-se a seguinte estratégia de busca e caracteres booleanos: (“*Cognitive Behavioral Therapy*” OR CBT) AND “*Gestalt Therapy*”. Entendeu-se que o uso dos termos em inglês já seria suficiente, tendo em vista que a presença de resumo e palavras-chave em inglês é uma constante nas publicações nacionais e internacionais. A sigla “CBT” é de uso consagrado e conhecido para remeter-se a essa abordagem. Não se utilizou “GT” como opção à outra abordagem, pois essa sigla não é costumeiramente utilizada.

O acesso e pesquisa ao portal BVS se deu em 01/04/2023, remetendo um total de 58 documentos. Utilizou-se o filtro por línguas, visto que foram eleitos os idiomas inglês, português e espanhol para este estudo. Na BVS, após o uso deste filtro, restaram 52 registros. Já a busca no portal CAPES se deu em 02/04/23, reportando um total de 43 arquivos. Após o mesmo filtro por idioma, restaram 38 documentos. O total de registros, somando-se os dois portais, foi de 90.

Ambos as pesquisas foram salvas e exportadas para o portal *Rayyan*, uma ferramenta que auxilia na organização de revisões sistemáticas (Yu; Liu; Sharmin, 2022). O *Rayyan* encontrou, inicialmente, quatro arquivos duplicados. A análise pormenorizada possibilitou a identificação de outros nove documentos repetidos não elencados pelo

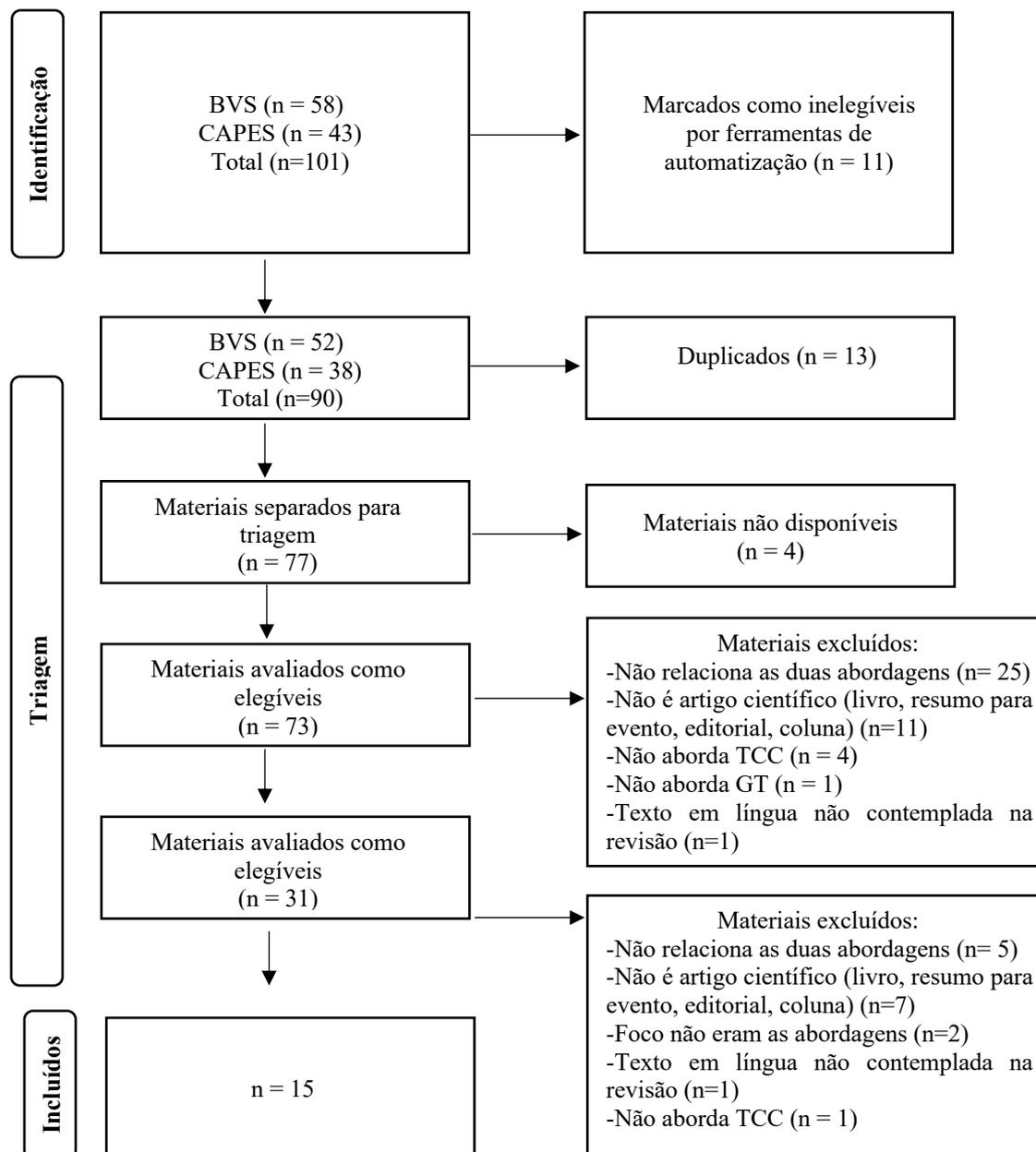
Rayyan, totalizando 13, que foram retirados. Somaram-se a esses, quatro arquivos que não estavam disponíveis.

Definiu-se critérios de inclusão e exclusão para a entrada de materiais no corpo de análise desta revisão. Os critérios de inclusão, foram: abordar ambas as psicoterapias (TCC e GT) ou variações destas (como as versões manualizadas da GT ou as diversas psicoterapias de base cognitivo-comportamental). Os critérios de exclusão foram: não estar em inglês, português ou espanhol, não ser artigo científico (por exemplo, livros, resumos apresentados em eventos, editoriais ou colunas de revista), não ter como foco analisar ou reportar experiências com ambas as abordagens.

Com base nos critérios de inclusão e exclusão, efetuou-se a leitura da totalidade dos resumos. Foram excluídos 42 arquivos, por não atenderem a tais critérios. Somando-se com os não disponíveis e duplicados, totalizam 31.

Os 31 artigos restantes foram lidos integralmente com o intuito de sintetizar os achados e dirimir dúvidas ainda presentes sobre sua pertinência ou não para o escopo da revisão com base nos critérios de inclusão e exclusão estabelecidos. Outros 16 artigos foram retirados, restando, como efetivo corpus de análise, 15 artigos. A figura 1 resume o processo de identificação e triagem os artigos.

Figura 1 – Identificação e triagem dos estudos via bases de dados



Nota: Produzido pelo autor, adaptado do fluxograma proposto por Page et al (2021).

Os 15 estudos selecionados, como dito, foram relidos na íntegra e sumarizados em planilha do *software* Excel. Esse fichamento permitiu identificar semelhanças entre os objetivos e os resultados dos estudos. De modo indutivo, criaram-se categorias à *posteriori*, agrupando os artigos. O conteúdo de cada categoria será exposto na seção que segue.

Resultados

Dos 15 artigos selecionados, 14 foram escritos em inglês e um em espanhol. O estudo mais antigo identificado datava de 1994, enquanto os mais recentes, de 2022. Dividindo-se os artigos por décadas, percebe-se que a década de 2010 a 2019 foi a que apresentou maior profusão de produções (n=5), juntamente com os três primeiros anos da década atual, que já apresentam um número de pesquisas igual à anterior (n=5).

Buscou-se observar a vinculação institucional dos autores, de forma a estabelecer os países de onde partiram suas produções. A Alemanha teve maior destaque, com quatro produções – aparentemente oriundas de um mesmo grupo de pesquisadores – seguida pelos Estados Unidos (EUA). Um estudo, ainda, teve a participação de pesquisadores estadunidenses e alemães conjuntamente.

Além de estudos empíricos quantitativos e qualitativo, observou-se a existência de produções teóricas (aproximando conceitos), históricas (recapitulando a aproximação entre as abordagens), e relatos de experiência/estudos de caso. Entendeu-se que havia pertinência na entrada desses tipos de estudo também, tendo em vista o ineditismo desta proposta de revisão, de caráter exploratório. A tabela 1 apresenta os artigos Tabela 1 – Artigos incluídos na revisão em ordem crescente de ano de publicação.

N	Título	Autores	Ano	País (vínculo dos pesquisadores)	Tipo
1	An eclectic inpatient treatment model for Vietnam and Desert Storm veterans suffering from posttraumatic stress disorder.	Viola; McCarthy	1994	EUA	Relato de experiência
2	Vicarious emotional experience and emotional expression in group psychotherapy.	Rosner et al	2000	Alemanha e EUA	Empírico
3	Let a hundred flowers blossom, let a hundred schools of thought contend': a case for therapeutic pluralism in mental health nursing	Hurley et al	2006	Reino Unido	Teórico
4	Restructuring implicational meaning through memory-based imagery: some historical notes.	Edwards	2007	Africa do Sul	Histórico
5	La razón y la emoción: integración de las intervenciones cognitivo conductuales y experienciales en el tratamiento de los trastornos de alimentación de larga evolución	Besteiro et al	2009	Espanha	Relato de experiência

6	Gestalt therapy and cognitive therapy--contrasts or complementarities?	Tønnesvang et al	2010	Dinamarca	Teórico
7	Differential therapeutic outcomes of community-based group interventions for women and children exposed to intimate partner violence.	McWhirter	2011	EUA	Empírico
8	Sudden gains in two psychotherapies for posttraumatic stress disorder.	König et al	2014	Alemanha	Empírico
9	A Randomized Controlled Clinical Trial of Dialogical Exposure Therapy versus Cognitive Processing Therapy for Adult Outpatients Suffering from PTSD after Type I Trauma in Adulthood.	Buttolo et al	2016	Alemanha	Empírico
10	Interpersonal Subtypes and Therapy Response in Patients Treated for Posttraumatic Stress Disorder.	König et al	2016	Alemanha	Empírico
11	Accelerated Resolution Therapy-Based Intervention in the Treatment of Acute Stress Reactions During Deployed Military Operations.	Toukolehto et al	2020	EUA	Estudo de caso
12	What was helpful in today's session? Responses of clients in two different psychotherapies for posttraumatic stress disorder	König et al	2020	Alemanha	Empírico
13	Case Report: Why Sleep and Dream Related Psychological Treatments, Such as Sleepcoaching (According to Holzinger & Klösch) and CBT-I Should Be Implemented in Treatment Concepts in the Public Health System - Description of the Nightmare Treatment Process in the Context of PTSD	Holzinger et al	2021	Áustria	Estudo de caso
14	Comparing the Effectiveness of Cognitive-Behavioral Therapy With an Integrated Package of Gestalt Therapy and Cognitive-behavioral Therapy on the Self-efficacy of Women With Breast Cancer	Mokrivala et al	2022a	Irã	Empírico
15	Effectiveness of Gestalt Therapy alone and in Combination with Cognitive-behavioral Therapy on Hope and Pain Intensity in Women with Breast Cancer	Mokrivala et al	2022b	Irã	Empírico

Fonte: O autor

A análise dos documentos possibilitou que emergissem as seguintes categorias, a partir da proximidade entre os objetivos e os resultados: 1) Comparações entre TCC e GT; 2) Integração entre TCC e GT; 3) Estudos Teóricos ou Históricos. A seguir, serão sintetizados os achados dos artigos que compuseram cada categoria.

Comparações entre TCC e GT

Esta categoria abarcou estudos que, de alguma forma, procuravam identificar diferenças entre abordagens baseadas em TCC e em GT, seja de uma perspectiva mais objetiva de eficácia, seja de uma perspectiva mais subjetiva, como a experiência dos participantes com a psicoterapia. Foram agrupados nesta categoria seis estudos, sendo cinco quantitativos e um qualitativo (são os estudos 2, 7, 8, 9,10,12 da Tabela 1).

Dentre esses estudos, quatro avaliaram as abordagens em pacientes diagnosticados com TEPT. A abordagem baseada em TCC mais utilizada foi a *Cognitive Processing Therapy* (CPT); já a abordagem baseada em GT mais usada foi a DET. Sabe-se que, na TCC, o TEPT envolve padrões de pensamento e de enfrentamento disfuncionais ante a uma memória traumática insatisfatoriamente processada, que demandam uma terapêutica voltada à exposição, reestruturação cognitiva e psicoeducação (Ehlers, & Clark, 2000). Na GT, o trauma é compreendido como um evento não assimilado pelo organismo devido à falta de suporte interno, que sugere intervenções terapêuticas vivenciais com as situações inacabadas e com as interrupções de contato (Brito, 2020). De maneira geral, observou-se que não houve diferenças significativas quanto à eficácia nos estudos selecionados, na medida que ambas as abordagens, oriundas de diferentes tradições, tiveram impacto sobre as variáveis de estudo.

Esse impacto, contudo, foi diferente. Butollo e colaboradores (2016) em seu estudo, por exemplo, evidenciaram que, no acompanhamento pós-intervenção, houve redução de sintomas e de cognições pós-traumáticas maior no grupo da TCC, todavia, aumento na variável funcionamento interpessoal maior no grupo da DET. Dentre os pacientes submetidos à TCC, os mais jovens se beneficiaram mais. Não houve essa distinção na DET. Ambas as abordagens foram bem toleradas pelos pacientes. Os autores relatam que os resultados são promissores em relação à DET como possível alternativa à CPT.

König e colaboradores (2016) pesquisaram CPT e DET em pacientes diagnosticados com TEPT, porém procuraram verificar diferentes impactos a partir de diferentes características dos participantes no que tange ao comportamento interpessoal, baseados no Modelo do Circumplexo Interpessoal (MCI) de Leary. Seu objetivo não era entender apenas se as abordagens funcionariam, mas com quem elas funcionariam melhor. Descobriam que a CPT foi mais efetiva para os participantes que estavam no

quadrante “vingativo” do MCI, enquanto a DET foi mais efetiva para os que estavam no quadrante “evitativo”. Não houve diferenças significativas quanto aos demais quadrantes.

Em outro estudo da mesma autora com outros colaboradores (König et al 2014), a comparação entre a CPT e a DET com pessoas com diagnóstico de TEPT se deu a partir da mensuração do impacto sobre os ganhos súbitos em psicoterapia. Esse conceito remete às mudanças abruptas que podem ocorrer entre sessões de psicoterapia. Os pesquisadores investigaram se as abordagens diferiam em relação à frequência ou tempo de ganhos súbitos e se havia conexão com o desfecho terapêutico.

Os achados desse estudo mostraram que os dois tratamentos não diferiram em relação a frequência dos ganhos súbitos. Porém, os ganhos da DET ocorreram tardiamente no tratamento em comparação com os da CPT. Os resultados demonstraram ainda que os pacientes com ganhos súbitos são mais propensos a alcançar resultado melhor nas mensurações no pós-tratamento, mas essa diferença não se sustentou no acompanhamento de seis meses. Assim, os ganhos súbitos não foram fatores indispensáveis para o resultado positivo dos participantes deste estudo.

König e colaboradores (2020) investigaram também qualitativamente as opiniões dos pacientes acometidos por TEPT submetidos à CPT e DET. Visavam avaliar as experiências dos pacientes com as diferentes abordagens. Para tanto, escrutinaram as respostas por meio de Análise de Conteúdo de Mayring, um método que propõe também uma análise quantitativa após as codificações.

Os principais aspectos positivos levantados em relação à DET foram os "exercícios", por se tratar de uma abordagem experiencial, enquanto da CPT foi informação, estrutura e objetivos. “Emoção” foi a subcategoria mais presente em se tratando de DET, seguida de “relaxamento”, “exploração” e “confrontação”. Na CPT, “pensamentos” foi a subcategoria mais frequente, seguida de “emoções”, “ABC” e “falar sobre o trauma” (König et al, 2020).

Em relação à categoria relação terapêutica, na DET evidenciou-se a existência de uma mudança ao longo do processo, inicialmente caracterizado como sendo uma relação nutridora, que evolui para a promoção de autonomia; enquanto na CPT o que se evidenciou foi o sentir-se compreendido ao narrar o trauma. Em suma, os pacientes de DET destacaram os exercícios, e o trabalho com as emoções, enquanto clientes de CPT, o trabalho cognitivo, a psicoeducação e a abordagem estruturada. Respostas de ambos os

grupos de tratamento descreveram uma sessão útil como aquela que combina a clareza de um processo manualizado, com flexibilidade e suporte (König et al, 2020).

Rosner e demais pesquisadores (2000) também estudaram pacientes de TEPT submetidos à grupoterapia. Buscaram, compreender o papel da expressão emocional na recuperação dos participantes (a partir do modelo de Terapia Cognitiva adaptado a grupos de Yost e colaboradores), porém comparando com a FET, outra abordagem manualizada de GT. Não houve diferenças significativas na frequência de expressão de raiva ou emoções positivas nas duas terapias. Os pacientes observadores (que não estavam recebendo a intervenção no momento, apenas observando), reportaram mais emoções positivas e negativas na TCC do que na GT.

O estudo de McWhirter (2011) foi o único a não abordar o TEPT diretamente. Contudo, teve como objetivo avaliar a eficácia de dois tratamentos para reduzir a violência familiar e aumentar o bem-estar social de mulheres e crianças previamente expostas à Violência por Parceiro Íntimo (VPI). Para tanto, usaram uma abordagem orientada para objetivos (baseada em TCC) e uma focada na emoção (com base em GT).

Crianças em ambas as condições de tratamento relataram diminuição no conflito familiar e entre pares e aumento no estado de bem-estar emocional e autoestima. Já as mães em ambos os grupos relataram diminuição da depressão e aumento do vínculo familiar e autoeficácia. A variável conflitos familiares reduziu mais na intervenção orientada para objetivos, porém qualidade do suporte social aumentou mais na intervenção focada em emoção. Nos dois grupos houve aumento de autoeficácia para descontinuar uso de álcool e prontidão para mudança na dinâmica de uso de álcool. O grupo orientado para objetivos teve redução de consumo de álcool (Mcwhirter, 2011).

Integração entre TCC e GT

Esta categoria abarcou estudos que procuraram investigar ou relatar desfechos e processos de intervenções que foram baseadas em ambas as abordagens (TCC e GT) conjuntamente. Quatro estudos foram caracterizados como relato de experiência ou estudo de caso. Outros dois eram estudos empíricos e quantitativos, totalizando seis na categoria (são os artigos 1, 5, 11, 13, 14, 15 da Tabela 1).

Dentre os estudos reportados como relato de experiência ou estudo de caso, três abordaram também o TEPT. Foram as pesquisas de Toukolehto e colaboradores (2020) e

Viola e McCarthy (1994), que reportaram achados com soldados da ativa e veteranos de guerra estadunidenses e Holzinger e pesquisadores (2021) que relataram o caso de uma só paciente internada.

Esses estudos procuraram mesclar aspectos da TCC – como o trabalho de reestruturação cognitiva, o treino de assertividade, o manejo de raiva, as habilidades de comunicação e a identificação de distorções cognitivas – com aspectos da GT – como a abordagem às situações inacabadas mediante o uso de estratégias vivenciais, com foco na expressão emocional e na relação terapêutica suportiva. À despeito de não serem estudos experimentais, foram relatados desfechos positivos pelos pacientes e profissionais, como melhorias na qualidade do sono e da carga emocional dos pesadelos relacionados ao trauma, melhorias no afeto e no humor e capacidade de retorno aos postos de trabalho (no caso dos soldados).

Outro relato de experiência procurou reportar a combinação de estratégias terapêuticas no tratamento de transtornos alimentares em um hospital da Espanha (Besteiro et al, 2009). Os autores desenvolveram uma intervenção multidisciplinar e focada em múltiplas abordagens (como TCC, GT, psicodrama, sistêmica, dentre outras) voltada para pacientes individualmente e em grupo, bem como a suas famílias.

Sem especificar exatamente como se deu essa integração teórica, os autores relataram tópicos de trabalho a serem desenvolvidos, tais como trabalho com ambivalência, com a função dos sintomas, imagem corporal, proibições alimentares, tomada de decisão, resolução de problemas, significados da gordura corporal, habilidades de comunicação e distorções cognitivas. Comentam o uso de técnicas mais vivenciais (típicas da tomada de consciência proposta nas terapias existenciais e fenomenológicas) para trabalho com alguns desses temas (Besteiro et al, 2009).

Dentre os estudos empíricos, dois foram desenvolvidos por um mesmo grupo de pesquisadores iranianos que trabalham com mulheres diagnosticadas com câncer de mama. Em um dos artigos, o objetivo foi comparar a efetividade da TCC sozinha com um modelo integrado à GT (TCC-GT) sobre a autoeficácia de mulheres com câncer de mama (Mokrivala et al, 2022a). O outro estudo procurou investigar as mesmas intervenções, porém em relação aos construtos esperança e intensidade da dor (Mokrivala et al, 2022b). Foram 8 sessões de grupo online de 60-90 minutos de duração. A TCC consistiu em trabalho com pensamentos automáticos, reestruturação cognitiva e relaxamento muscular progressivo. A TCC-GT consistiu nessas técnicas, somadas com

um trabalho da GT com assuntos inacabados, com emoções e com projeções, via técnicas experienciais (como a cadeira vazia), de forma a viabilizar a responsabilização e a expressão emocional. Os resultados de ambos os artigos foram positivos, indicando que tanto a TCC quanto a TCC-GT aumentaram significativamente a autoeficácia e a esperança das pacientes, bem como diminuíram a intensidade da dor. Não obstante, o acompanhamento indicou que a TCC-GT é mais eficaz que a TCC sozinha (Mokrivala, 2022a; 2022b).

Estudos Teóricos ou Históricos

Esta categoria abarcou três estudos teóricos ou históricos (são os artigos 3, 4, 6 da Tabela 1). Tønnesvang e pesquisadores (2010) objetivaram contribuir para diálogos entre a TCC e a GT, estabelecendo pontos de encontro entre as abordagens, investigando potenciais de complementaridade, distanciamentos e implicações clínicas. Esses autores sustentam a existência de menos diferenças do que se supõe entre as abordagens. Para eles, ambas entendem que a disfuncionalidade, na maior parte das vezes, surge de padrões de adaptação desenvolvidos no início da vida e perpetuados. Na GT esses padrões são abordados em termos de tendência de formação de figuras e na TCC como tendência de ativação de esquemas. Na GT a manutenção rígida desses padrões cria interrupções de contato, prejudicando as relações interpessoais no campo organismo-ambiente; na TCC os padrões se mantêm devido a estratégias comportamentais, interpretações e padrões de *coping* repetitivos (Tønnesvang et al, 2010).

Para eles, ainda, em ambas as abordagens os padrões rígidos e repetitivos são definidos em função da memória. A diferença seria que na GT se dá importância para a memória procedural, enquanto na TCC, para a semântica. A memória procedural remete ao corpo e aos movimentos aprendidos, ocorrendo sem uso da linguagem. Já a memória semântica se desenvolve e muda através de processos de reestruturação, nos quais formamos representações internas (crenças ou esquemas) que podem ser processados e manipulados em um nível puramente mental (Tønnesvang et al, 2010).

A TCC possui uma operacionalidade mais focada no indivíduo e como ele interpreta as situações, enquanto a GT foca no contexto e nas relações. Desse modo, os autores consideram possível pensar as teorias como complementares, não apenas em nível técnico, mas teórico, pois abordariam o mesmo fenômeno de perspectivas diferentes. A

TCC estaria preocupada com o que a pessoa faz e como mudar o que ela faz; a GT estaria preocupada com o como ela faz e como se poderia facilitar seu funcionamento. Segundo eles, a GT e a TCC, por estarem ancoradas na fenomenologia, não teriam como característica o dogmatismo em relação à integração de novos elementos, desde que não violem princípios fenomenológicos estruturantes. Os autores terminam o texto lembrando as aproximações da terceira onda das TCCs com as filosofias budistas, aproximando ainda mais da GT, que compartilha desta influência desde sua origem (Tønnesvang et al, 2010).

O artigo de Edwards (2007) faz um levantamento de caráter histórico sobre o aumento da aplicação de técnicas imagéticas na TCC. O autor relata o processo de incorporação de tais elementos, típicos da GT, que parece ocorrer a partir do advento do conceito de esquemas e de memória emocional esquemática. Traz as opiniões de Beck acerca da importância da imaginação na terapia e de Freeman acerca da relevância do trabalho com sonhos. Comenta ainda que Jeffrey Young traz elementos da GT em seminários que somente viriam a compor uma obra na década de 90. O autor posiciona a TCC como um modelo integrativo e conclui afirmando que já é comum o uso de técnicas imagéticas no trabalho com TEPT, sequelas de abuso, transtornos de personalidade, fobia social, agorafobia, depressão e transtornos alimentares. Essa integração de perspectivas estabeleceu para o autor uma mudança de paradigma nas TCCs.

Hurley e colaboradores (2006), no entanto, destoam das perspectivas anteriormente expostas de que a integração é possível. Fazem severas críticas às TCCs e questionam a aplicabilidade delas ao fazer da enfermagem no campo da saúde mental, tendo em vista o paradigma humanista da profissão. Dentre as críticas, fazem menção à ênfase na reestruturação cognitiva que, implicitamente, seria uma maneira de desqualificação da experiência subjetiva do paciente, resultando em alguém que se entende como tendo pensamentos equivocados.

A TCC, ainda, estaria excessivamente voltada ao intrapsíquico, sem buscar um entendimento de como os contextos influenciam os pensamentos e sem uma visão sociológica integrada. Dessa forma, a TCC reproduziria a lógica de produtividade e individualismo, promovendo adequação acrítica. Pontuam ainda as evidências não naturalistas da TCC, que seriam pouco aplicáveis às demandas do mundo real (Hurley et al, 2006). Os autores comentam no artigo uma série de abordagens (dentre elas a GT) que seriam mais compatíveis com o fazer da enfermagem, defendendo o ecletismo de

orientações na área. A GT, em particular, proporcionaria um entendimento mais contextualizado, uma maior auto responsabilização e potencializaria a capacidade de fazer escolhas próprias e genuínas (Hurley et al, 2006).

Discussão

Os resultados observados dão conta de uma possibilidade de diálogo profícuo e de coexistência entre as abordagens. Além disso, não foi encontrada nenhuma revisão sistemática que trouxesse a mesma proposta deste trabalho. O tema aparece primeiro na literatura em 1994, mas cresce nos últimos 20 anos. Esses fatores evidenciam a relevância desta revisão.

Em relação à categoria “comparações entre TCC e GT”, observou-se que as abordagens apresentaram efetividade, porém com desfechos positivos diferentes para diferentes variáveis ou para diferentes características dos participantes dos estudos. Até mesmo o estudo qualitativo mostrou que as opiniões dos pacientes submetidos às diferentes terapias ressaltaram as diferenças positivas que elas efetivamente têm.

Esses dados apontam para uma possível complementaridade, não necessariamente integração. Desse modo, são necessários estudos que elucidem melhor quais abordagens têm maior efetividade para quem, para que tipo de situação problema ou psicopatologia e em que contexto. Além disso, a possível complementariedade entre essas psicoterapias – que se supõe a partir de resultados – evidencia a dificuldade de uma só abordagem contemplar toda a complexidade da experiência humana e dar conta de uma ampla variedade de questões.

Já a categoria “integração entre TCC e GT” avança uma possibilidade de intercâmbio, trazendo estudos que efetivamente propuseram tal mescla entre abordagens. A maioria deles, contudo, não era composta por pesquisas empíricas, o que dificulta avaliar a real efetividade dessas intervenções. Os estudos que eram empíricos, trabalharam com intervenções grupais, evidenciando a necessidade de ampliação de pesquisas que possam corroborar a ideia de integração tanto em grupo como na psicoterapia individual. Destaca-se que a ideia de que a GT poderia vir a convergir com o pensamento comportamentalista, componente fundamental nas TCCs, já havia sido debatida em um texto livro clássico da GT (Kepner; Brien, 1975).

Essas experiências parecem estabelecer uma justaposição de técnicas oriundas das duas abordagens, porém sem avançar tanto na discussão teórica e nas diferenças epistemológicas e ontológicas – o que poderia favorecer o estabelecimento de uma nova abordagem ou de uma atualização em ambas. Um movimento maior de integração do ponto de vista teórico parece ter ocorrido com a Terapia do Esquema (Young, 2009). A definição de esquema em Young claramente avança o pressuposto puramente cognitivo, visto que os esquemas remotos, para ele, são entendidos como formados por memórias, emoções e sensações corporais e que dão significado ao indivíduo e às suas relações (Young, 2009). O artigo de Edwards (2007), contemplado nesta revisão, faz uma recapitulação histórica do processo de incorporação do trabalho da GT com exposições imagéticas na TCC por meio da terapia do esquema, visando trabalhar, assim, com outros níveis da experiência, para além do cognitivo, sobretudo quando este se mostrava insuficiente.

Na categoria “Estudos Teóricos ou Históricos” houve apenas um artigo que questionou, não a integração, mas a TCC em um campo de práticas específico (a enfermagem) e colocou a GT como possibilidade alternativa e como abordagem contrastante. Os demais artigos, sejam teóricos, empíricos, estudos de caso, dentre outros, todos aventaram possíveis benefícios dessa integração ou evidências de eficácia das abordagens baseadas em GT tanto quanto das abordagens baseadas em TCC.

Observou-se que a influência do budismo nas abordagens de terceira onda da TCC pode ser outro fator a aproximar ainda mais à GT, visto que esta incorpora pressupostos de tais filosofias desde sua origem (Tønnesvang et al, 2010; Nunes & Souza, 2020). Dessa maneira, ambas passam a compartilhar ideias em comum acerca de mudança, atenção ao aqui-e-agora, aceitação e não julgamento. A questão do zen-budismo, contudo, apareceu pouco nos artigos da revisão, sendo este um ponto fraco da literatura, apontando para a necessidade de maior ampliação da investigação e do debate no sentido de compreender como esse tema se incorpora na história das abordagens, como impacta em sua aproximação, se é assimilado de maneiras diferentes entre TCC e GT e quais suas implicações clínicas.

Vasco (2001) debate o conceito de integração. Para esse autor, o termo não significa unificação ou indiferenciação, mas “complementariedade paradigmática”, uma capacidade de utilização de instrumentos de avaliação, conceitualizações e/ou

intervenções de distintas tradições teóricas de maneira conjunta com a finalidade de aumentar a eficácia da psicoterapia.

O autor sustenta que nenhuma perspectiva de mundo, seja de base ontológica ou epistemológica, é intrinsecamente superior às demais. Seus estudos com psicoterapeutas experientes apontaram que, quando há dissonância entre as situações enfrentadas e as crenças ontológicas e epistemológicas, eles tendem a rever e ampliar seus paradigmas de referência, apoiando-se em um ecletismo teórico. Terapeutas com esse funcionamento teriam maior capacidade de construção de alianças terapêuticas sólidas (Vasco, 2001).

A integração em psicoterapia é pouco incentivada nas graduações brasileiras, embora seja uma prática cada vez mais comum internacionalmente, mesmo com escassez de treinamentos formais acerca de como conduzi-la na prática (Doorn et al, 2018; Kronbauer et al, 2022). Sabe-se que até mesmo psicoterapeutas conhecidos por representar específicas abordagens terapêuticas (Fritz Perls, Carl Rogers, Aaron Beck, Albert Ellis, Leslie Greenberg) praticavam a integração em suas práticas (Solomon et al, 2016). Perls, um dos fundadores da GT, usava técnicas de outras abordagens mais do que a média, na comparação com outros nomes “clássicos” da psicologia, conforme um estudo que avaliou gravações de sessões (Solomon et al, 2016). Desta forma, é difícil pensar uma abordagem “pura”.

Destaca-se ainda o grande número de estudos que procuraram integrar ou avaliar separadamente a TCC e a GT a partir de intervenções com pacientes acometidos por TEPT, o que aponta para avanços na área dados a partir dessa aproximação e para possibilidades de aplicação clínica. À despeito dos indícios positivos desses tratamentos, não é possível fazer inferências sobre sua efetividade com pacientes diagnosticados com outros tipos de transtornos.

Considerações finais

Este artigo teve como objetivo realizar uma revisão sistemática da literatura a fim de compreender o que os estudos que tiveram por fundamento o uso das abordagens da TCC e da GT, conjuntamente, apontaram. Seus objetivos foram alcançados por intermédio da metodologia utilizada. Por meio desta, levantou-se artigos em bases de dados científicas, selecionou-se os considerados pertinentes por intermédio de critérios

de exclusão e inclusão e fez-se uma análise minuciosa dos dados apresentados, os quais foram articulados em uma nova composição.

Identificou-se alguns trabalhos que procuraram comparar o desempenho e efetividade entre as abordagens, outros que promoveram a investigação ou descrição de intervenções integrativas e textos teóricos ou históricos que discutiram questões conceituais e técnicas dessa aproximação. Não foi identificada nenhuma outra revisão sistemática com proposta similar a deste trabalho, o que evidencia o seu ineditismo e relevância para um tema em crescimento nos últimos 20 anos.

Houve lacunas importantes na literatura levantada. A maior parte dos estudos investigou pessoas acometidas por TEPT e poucas outras psicopatologias, situações, públicos e contextos. A maior parte dos estudos integrativos foram relatos de experiências, estudos de caso ou estudos teóricos/históricos. Apesar de se saber que abordagens identificadas como integrantes do escopo das TCCs – como a Terapia do Esquema (Young; Klosko; Weishaar, 2008), a ACT (Hayes; Strosahl; Wilson, 2021), a Terapia Focada na Compaixão (Gilbert, 2019) e a Terapia Cognitiva Processual (Oliveira, 2016), por exemplo – integram tópicos e práticas da GT, apenas o estudo de Edwards (2007), focado na Terapia do Esquema, foi levantado na revisão. Isso possivelmente ocorre pois nem todos os artigos comentam minuciosamente a constituição histórica e teórica de suas abordagens.

Sugere-se a ampliação de estudos comparativos – que mantenham as características individuais das abordagens – e integrativos, visto que ambos podem apresentar, como visto nesta revisão, achados distintos e relevantes. Não obstante, é importante que as investigações também sejam realizadas com públicos mais diversos. Destaca-se ainda que pesquisas qualitativas, como a de König e colaboradores (2020), também podem ser de grande valia, visto que a GT tem como fundamento empírico a fenomenologia, sendo esse o método de investigação científico que menos a descaracteriza. Dentre as pesquisas quantitativas, boa parte investigou a DET e a CPT. A comparação de outros modelos manualizados também pode ser elucidativa.

À guisa de conclusão, é possível afirmar que este trabalho contribui trazendo à discussão e apresentando algumas aproximações profícuas entre abordagens de tradições, epistemologias e ontologias diversas. Filia-se, assim, a um movimento de integração em psicoterapia e de complementariedade paradigmática (Doorn et al, 2018; Kronbauer et al, 2022; Solomon et al, 2016; Vasco, 2001) na prática clínica e na pesquisa, algo ainda

pouco difundido no Brasil e ainda alvo de críticas. Tal movimento é menos dogmático, mais dialógico e pragmático, implicado em compreender o que funciona, para quem e para quais situações e contextos. Neste sentido, este trabalho pode ser útil também, somando-se a outros, na provocação dessa temática no país, para além do próprio objetivo a que se propôs.

Referências

- Azevedo, M. L. de et al. (2022). Terapias comportamentais e cognitivas: ondas do mesmo mar ou praias diferentes? *Revista Psicologia em Pesquisa*, 16 (2), 1–23. doi.org/10.34019/1982-1247.2022.v16.30871
- Beck, J. S. (2022). *Terapia cognitivo-comportamental*. Porto Alegre: Artmed.
- Besteiro, M. P. V. et al. (2009). La razón y la emoción: integración de las intervenciones cognitivoconductuales y experienciales en el tratamiento de los trastornos de alimentación de larga evolución. *Nutrición Hospitalaria*, 24(5), 614-617, doi.org/10.3305/nh.2009.24.5.4492
- Brito, M. A. Q. (2020). O Trauma segundo o enfoque da Gestalt-terapia. In Frazão, L. M. & Fukumitsu, K. O. *Enfrentando crises e fechando gestalten*. São Paulo: Summus.
- Butollo W & Karl R. (2012). *Dialogische Traumatherapie. Ein Manual zur Behandlung der posttraumatischen Belastungsstörung*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Butollo, W. et al. (2016). A Randomized Controlled Clinical Trial of Dialogical Exposure Therapy versus Cognitive Processing Therapy for Adult Outpatients Suffering from PTSD after Type I Trauma in Adulthood. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 85(1), 16–26. doi.org/10.1159/000440726
- Cendon, B. V. & Ribeiro, N. A. (2008). Análise da literatura acadêmica sobre o portal periódico CAPES. *Informação & Sociedade: Estudos*, 18(2), 157–178. Retrieved from: <https://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/ies/article/view/1784>
- Daldrup, R.J., Beutler, L.E., Engle, D., & Greenberg, L.S. (1988). *Focused expressive psychotherapy: Freeing the overcontrolled patient*. New York: Guilford Press.
- Doorn, K. A.; Alfaro, D. K.; Fialová, M. & Kamsteeg, C. (2018). Psychotherapy integration training around the globe: A personal and empirical perspective. *Journal of Psychotherapy Integration*, 28(4), 505–520. doi.org/10.1037/int0000135

- Edwards, D. (2007). Restructuring implicational meaning through memory-based imagery: Some historical notes. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 38(4), 306–316. doi.org/10.1016/j.jbtep.2007.10.001
- Ehlers, A., & Clark, D. M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour research and therapy*, 38(4), 319-345. doi.org/10.1016/S0005-7967(99)00123-0
- Gilbert, P. (2019). *Terapia focada na compaixão*. São Paulo: Hogrefe.
- Hayes, S. C.; Strosahl, K. D.; Wilson, K. G. (2021). *Terapia de aceitação e compromisso: o processo e a prática da mudança consciente*. Porto Alegre: Artmed.
- Holzinger, B; Nierwetberg, F & Klösch, G. (2011). Case Report: Why Sleep and Dream Related Psychological Treatments, Such as Sleepcoaching (According to Holzinger&Klösch) and CBT-I Should Be Implemented in Treatment Concepts in the Public Health System - Description of the Nightmare Treatment Process in the Context of PTSD. *Frontiers in Psychology*, 12. doi.org/10.3389/fpsyg.2021.733911
- Hurley, J.; Barrett, P.; Reet, P. (2006). “Let a hundred flowers blossom, let a hundred schools of thought contend”: A case for therapeutic pluralism in mental health nursing. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 13(2), 173–179. doi.org/10.1111/j.1365-2850.2006.00938.x
- Juliano, J. C. (2004). Gestalt-Terapia: revisitando as nossas histórias. *IGT na Rede*, 1(1). <https://igt.psc.br/ojs3/index.php/IGTnaRede/article/view/21>
- Kepner, E. & Brien, L. (1975). Gestalt-terapia: uma Fenomenologia Behaviorista. In: Fagan, J. & Shepherd, I. L. *Gestalt-terapia: Teorias, Técnicas e Aplicações* (2ª ed). Rio de Janeiro: Zahar.
- König, J. et al. (2014). Sudden gains in two psychotherapies for posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 60, 15–22. doi.org/10.1016/j.brat.2014.06.005
- König, J. et al. (2016). Interpersonal Subtypes and Therapy Response in Patients Treated for Posttraumatic Stress Disorder. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 23(2), 97–106. doi.org/10.1002/cpp.1946
- König, J. et al. (2020). What was helpful in today’s session? Responses of clients in two different psychotherapies for posttraumatic stress disorder. *Psychotherapy*, 57(3), 437–443. doi.org/10.1037/pst0000295
- Kronbauer, J. F.; Menezes, M.; Lopes, F. M. (2022). Psicoterapia de orientação analítica e psicoterapia cognitivo-comportamental: integração possível na prática clínica? *Research, Society and Development*, 11(10). Retrieved from: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/32730/27676>

- Mcwhirter, P. T. (2011). Differential therapeutic outcomes of community-based group interventions for women and children exposed to intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 26 (12), 2457–2482. doi.org/10.1177/0886260510383026
- Mokrivala, M. et al. (2022a). Comparing the Effectiveness of Cognitive-Behavioral Therapy With an Integrated Package of Gestalt Therapy and Cognitive-behavioral Therapy on the Self-efficacy of Women With Breast Cancer. *Journal of Client-Centered Nursing Care*, 8(1), 51–58. Retrieved from: <https://jccnc.iums.ac.ir/article-1-341-en.html>
- Mokrivala, M. et al. (2022b). Effectiveness of Gestalt Therapy alone and in Combination with Cognitive-behavioral Therapy on Hope and Pain Intensity in Women with Breast Cancer. *Journal of Client-Centered Nursing Care*, 8(3), 199–208. doi.org/10.32598/JCCNC.8.3.408.2
- Nunes, A. L. & Souza, M. L. de. (2020). Meditação mindfulness e gestalt- terapia: um encontro possível para a saúde humana. *Phenomenology, Humanities and Sciences*, 1(1), 164–176. Retrieved from: <https://phenomenology.com.br/index.php/phe/article/download/13/19>
- Page M.J. et al. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372(71). doi.org/10.1136/bmj.n71.
- Packer, A. L. (2005). A construção coletiva da Biblioteca Virtual em Saúde. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, 9(17), 249–272. doi.org/10.1590/s1414-32832005000200004
- Perls, F. S.; Hefferline, R.; Goodman, P. (1997). *Gestalt-terapia*. 3. ed. São Paulo: Summus.
- Perls, L. (2004). *Vivendo en los límites*. Cidade do México: Plaza y Valdés.
- Ribeiro, J. P. (2011). *O conceito de mundo e de pessoa em gestalt-terapia*. São Paulo: Summus.
- Rodrigues, H. E. (2011). *Introdução à Gestalt-terapia: conversando sobre os fundamentos da abordagem gestáltica* (8ª Ed.). Vozes.
- Rosner, R.; B., L. E.; Daldrup, R. J. (2000). Vicarious emotional experience and emotional expression in group psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology*, 56(1), 1–10. doi.org/10.1002
- Schnyder, U. (2005). Why new psychotherapies for posttraumatic stress disorder? *Psychotherapy and Psychosomatics*, 74(4), 199–201. doi.org/10.1159/000085142
- Solomonov, N. et al. (2016). What Do Psychotherapy Experts Actually Do in Their Sessions? An Analysis of Psychotherapy Integration in Prototypical

- Demonstrations. *Journal of Psychotherapy Integration*, 26(2), 202–216. doi.org/10.1037/int0000021
- Tønnesvang, J. et al. (2010). Gestalt therapy and cognitive therapy-contrasts or complementarities? *Psychotherapy*, 47(4), 586–602. doi.org/10.1037/a0021185
- Toukolehto, O. T. et al. (2020). Accelerated Resolution Therapy-Based Intervention in the Treatment of Acute Stress Reactions during Deployed Military Operations. *Military Medicine*, 185, 356–362. doi.org/10.1093/milmed/usz315
- Vasco, A. B. (2001). Fundamentos para um modelo integrativo de "complementaridade paradigmática". *Psicologia*, 15(2), 219–226. doi.org/10.17575/rpsicol.v15i2.497
- Viola, J. M. & Mccarthy, D. A. (1994). An eclectic inpatient treatment model for Vietnam and desert storm veterans suffering from posttraumatic stress disorder. *Military Medicine*, 159(3), 217–220. doi.org/10.1093/milmed/159.3.217
- Vilariño Besteiro, M. P. et al. (2009). La razón y la emoción: Integración de las intervenciones cognitivo-conductuales y experienciales en el tratamiento de los trastornos de alimentación de larga evolución. *Nutricion Hospitalaria*, 24(5), 614–617. doi.org/10.3305/nh.2009.24.5.4492
- Young, J. E.; Klosko, J. S. & Weishaar, M. E. (2008). *Terapia do esquema*. Porto Alegre: Artmed.
- Yu, F.; Liu, C & Sharmin, S. (2022). Performance, Usability, and User Experience of Rayyan for Systematic Reviews. *Proceedings of the Association for Information Science and Technology*, 59, 843-844. doi.org/10.1002/pra2.745