1ºCONGRESSO INTERNACIONAL TRAUMACLINIC

DO REPROCESSAMENTO À REESTRUTURAÇÃO:

Terapia de EMDR integrada à Terapia dos Esquemas.

SÉRGIO FONSECA

MINI CURRÍCULO SÉRGIO FONSECA 2026

- Psicólogo há 34 anos, pela FUMEC-BH, MG / CRP04-10572.
- Pós-graduado em Psicologia Educacional, pela PUC/MG
- Pós-graduado em Acupuntura, pelo Instituto Superior de Ciências da Saúde BH/MG.
- Pós-graduado em Neurociência,Trauma e Saúde Mental, pela Unineuroconsciente (em curso).
- Especialização em Terapia Cognitiva Comportamental pela UFMG
- Especialização em Terapia dos Esquemas, pela Wainer Brasil, credenciada da New Jersey for Schema Therapy .
- Especialização em Terapia de EMDR, pelo Trauma CliniC-Brasil e membro da Associação Brasileira de EMDR
- Especialização em Hipnose Ericksoniana, pelo Instituto Milton Erickson Foundation/Phoenix/Arizona
- Analista comportamental, pela Global Coaching Community
- Acessor téc. em Psicologia na pesquisa UFJF GV
- Especialista em Neuromodulação/TDCS e por estimulação auricular do nervo vago e ondas binaurais pela Braen Pro.
- Membro do Departamento de Neurociências e Desenvolvimento Humano da Unilogos e University Internacional
- Atualmente professor-educacional da Universidade Vale do Rio Doce- UNIVALE , Governador Valadares, projeto cuidando da Saúde Mental dos estudantes de Medicina.

Introdução

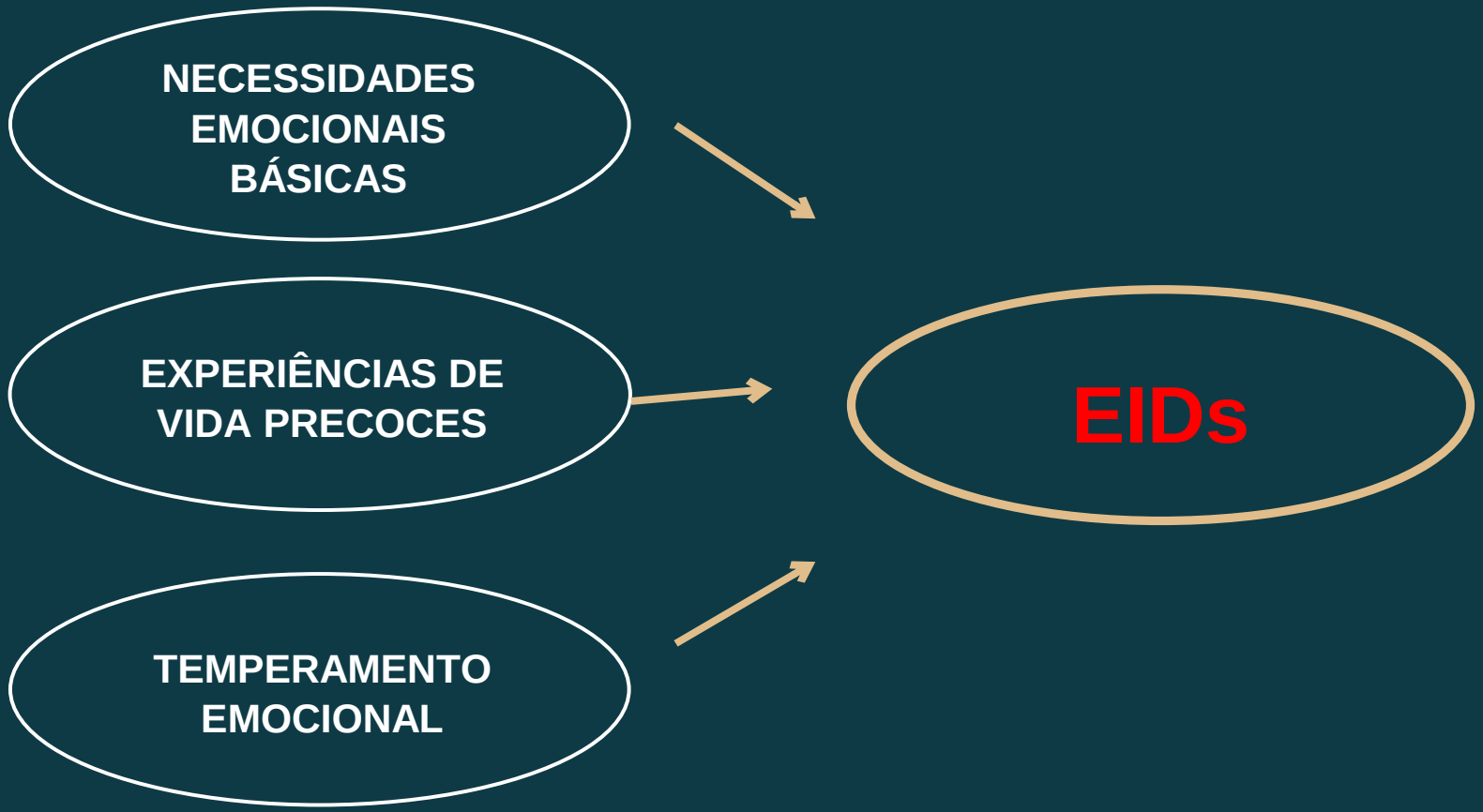
O que é EMDR?

Criada por Francine Shapiro nos anos 80, atua por meio da estimulação bilateral (visual, auditiva ou tátil) para facilitar o reprocessamento de memórias traumáticas, baseada no modelo de Processamento Adaptativo da Informação.

O que é Terapia dos Esquemas?

- Desenvolvida por Jeffrey Young, na década de 80.
- Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs).
- Técnicas cognitivas, emocionais e experienciais.
- Tratar dificuldades emocionais arraigadas.

Terapia Focada em Esquemas



¨Cada sujeito vivencia eventos estressores de forma singular, tendendo a relacionar o trauma com seus modelos esquemáticos iniciais desadaptativos, aprendidos e vivenciados, principalmente na primeira infância, na relação com os pais e/ou cuidadores¨.

CAHILL& FOA

¨Apesar de nem todos os EIDs se originarem de traumas na infância, todos são destrutivos e, em grande parte, devido a experiências prejudiciais durante o início da vida¨.

JEFFREYYOUNG

Terapia dos Esquemas

5 necessidades emocionais básicas essenciais

Aceitação e Pertencimento

ESQUEMAS

- Privação emocional;
- Abandono;
- Desconfiança;
- Defeito;
- Isolamento social.

Autonomia e Competência

ESQUEMAS

- Fracasso;
- Incompetência;
- Dependência;
- Emaranhameto;
- Vulnerabilidade.

Limites Realistas

ESQUEMAS

- Autocontrole e Autodisciplina insuficientes;
- Merecimento.

Respeito aos Desejos e Apirações

ESQUEMAS

- Autosacrificio;
- Subjugação;
- Busca de aprovação e reconhecimento

Expressão Emocional Autêntica

ESQUEMAS

- Inibição emocional;
- Padrões inflexíveis;
- Negativismo.

EIDs	Emoções e sentimentos frequentes
Aban dono	Medo, raiva, tristeza e desespero
Desconfiança / abuso	Medo, raiva, solidão, ciúmes e desamparo
Privação emocional	Solidão, desamparo, tristeza e raiva
Defectividade / vergonha	Vergonha, tristeza e ansiedade
Isolamento social	Solidão, ansiedade, raiva e vergonha
Dependência / incompetência	Ansiedade e insegurança
Fracasso	Tristeza, ansiedade, raiva, vergonha e inveja
Emaranhamento	Ansiedade, culpa e raiva
Vulnerabilidade	Ansie dade
Autodisciplina / autocontrole insuficientes	Ansiedade, irritação, raiva
Grandiosidade / arrogo	Raiva, solidão, ansiedade
Subjugação	Culpa, raiva e ansiedade
Autossacrifício	Culpa e ansiedade
Busca de aprovação	Ansiedade, tristeza, ciúmes e inveja
Padrões inflexíveis	Raiva, ansiedade e culpa
Inibição emocional	Vergonha, medo e solidão
Negativismo	Ansiedade e tristeza
Postura punitiva	Raiva, culpa e tristeza

Qto Maior o número de **ESQUEMAS DESADAPTATIVOS**

Maior a chance de **TRAUMATIZAÇÃO**

Dalgleish (2004)

TRAUMA

Nessa ótica,otermo "trauma" se restringiria a descrever o evento impactanteque aconteceu com o paciente.

X

TRAUMATIZAÇÃO

Enquanto "traumatização"seria os sinais e sintomas que perduram notempo,podendose tornar padrões de comportamento, relacionamento ou adoecimento.

¨Traumatização não é o que acontece com você, mas sim o que o sistema nervoso não foi capaz de processar a respeito do que aconteceu com você¨.

PETER LEVINE

LUTA
Hipercompensação

CONGELAMENTO
Resignação

FUGA
Evitação

Quanto maior o congelamento, maior o trauma e a traumatização.

Integração Clínica

- EMDR dessensibiliza memórias ligadas ao esquema.
- Terapia dos Esquemas fornece o mapa dos traumas e traumatizações.
- A combinação promove mudança profunda.

Pontos de Convergência

- Foco em experiências precoces.
- Neurociência do trauma.
- Vivência emocional.
- Integração clínica complementar.

No consultório

Escuta

Questionário Esquemas de Young

Psicoeducação

ALGUNS INSTRUMENTOS DA TERAPIA DOS ESQUEMAS

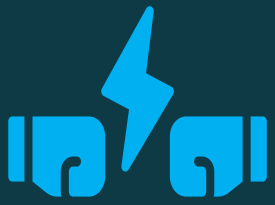
Questionário dos Esquemas

Psicoeducação

Vínculo Seguro

Reparentalização Limitada

Imagens Mentais



Confrontação Empática

Reparentalização Limitada

Jeffrey Yung postulou o papel do terapeuta na RL, sendo este "base segura" para o paciente, estabelecendo um envolvimento consistente, na qual se busca reparar as experiências disfuncionais do passado. Para tanto, faz uso de premissas da teoria do apego procurando explicar as dificuldades de apego do indivíduo devido às interações primárias desadaptativas, ao mesmo tempo que objetiva proporcionar uma experiência reparadora. A diferença é que, na terapia do esquema, essa experiência é vivenciada no aqui-agora, sendo a relação terapêutica o principal instrumento para a reparação (Weertman, 2012).

Caso Clínico

Paciente X: mulher, 29anos.Problemasde ansiedade extrema e dificuldade em relacionamentos interpessoais.

- **Identificação do esquema:** Questionário de Esquemas de Young (YSQ-S3) — abandono, desconfiança e abuso. Ativação de memórias de perda.
- **EMDR:** dessensibilizar e reprocessar memórias traumáticas ligadas aos esquemas de abandono, desconfiança e abuso, com redefinição de crenças negativas.
- **Terapia dos Esquemas:** reparentalização da criança vulnerável, fortalecimento do Adulto Saudável e a conexão entre ambas.

Benefícios da Integração

- Profundidade cognitiva, emocional e experiencial.
- Resultados mais rápidos em casos complexos e resistentes.
- Fortalecimento de recursos internos.
- Transformação de padrões de vida.

Limitações e Cuidados

- Formação sólida nas duas abordagens.
- Seleção criteriosa de pacientes.
- Risco, na terapia dos esquemas, de retraumatização, se mal aplicado.

Concluindo

- EMDR libera a memória.
- Terapia dos Esquemas identifica e constrói novos caminhos para ressignificação
- Juntas: transformam não apenas memórias, mas histórias de vida.

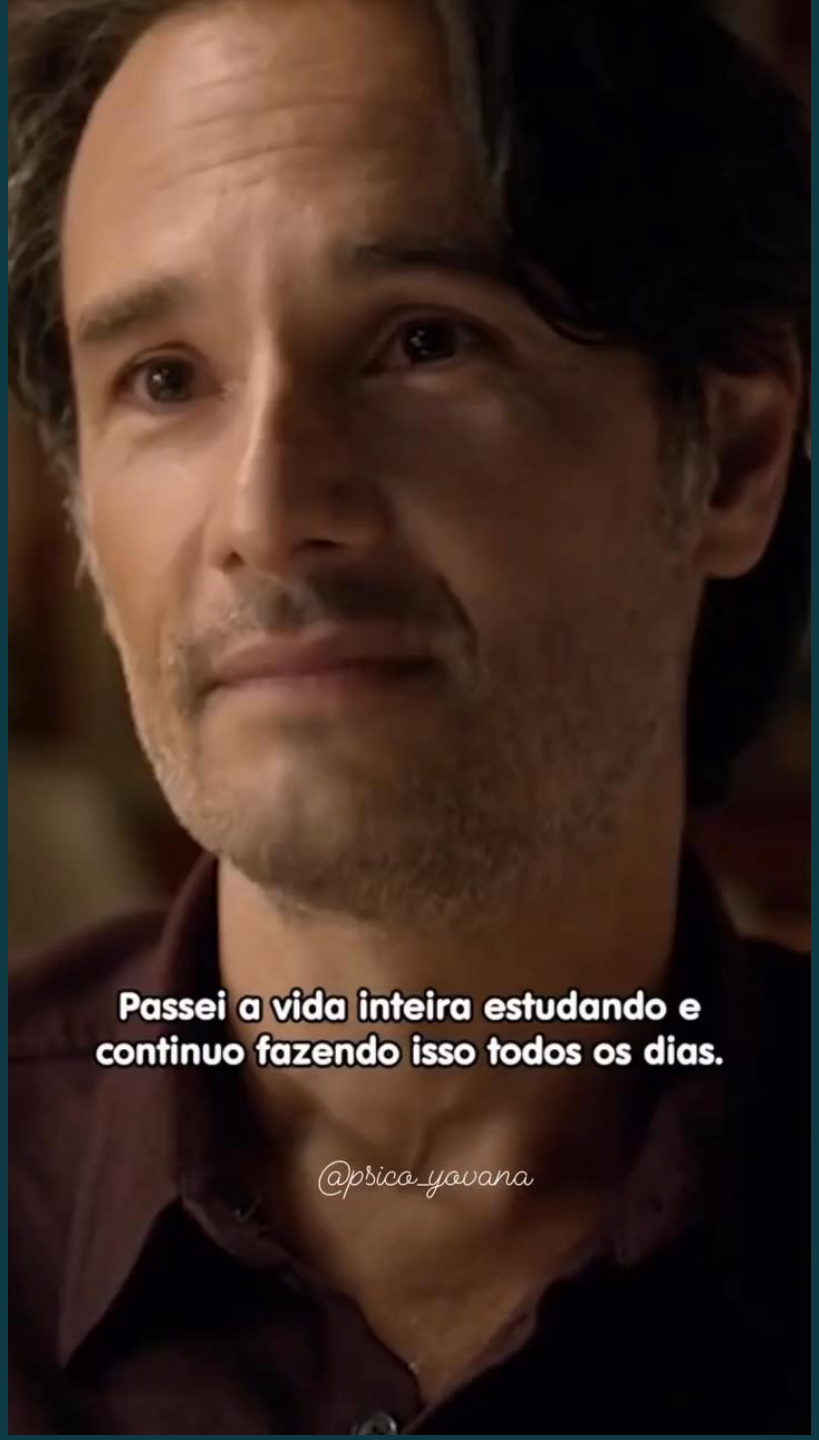
Referências Bibliográficas

- SHAPIRO,Francine. EMDR:teoriadedessensibilização e reprocessamentopor meiodos movimentos oculares. 3. ed. São Paulo: Amanuense, 2020.

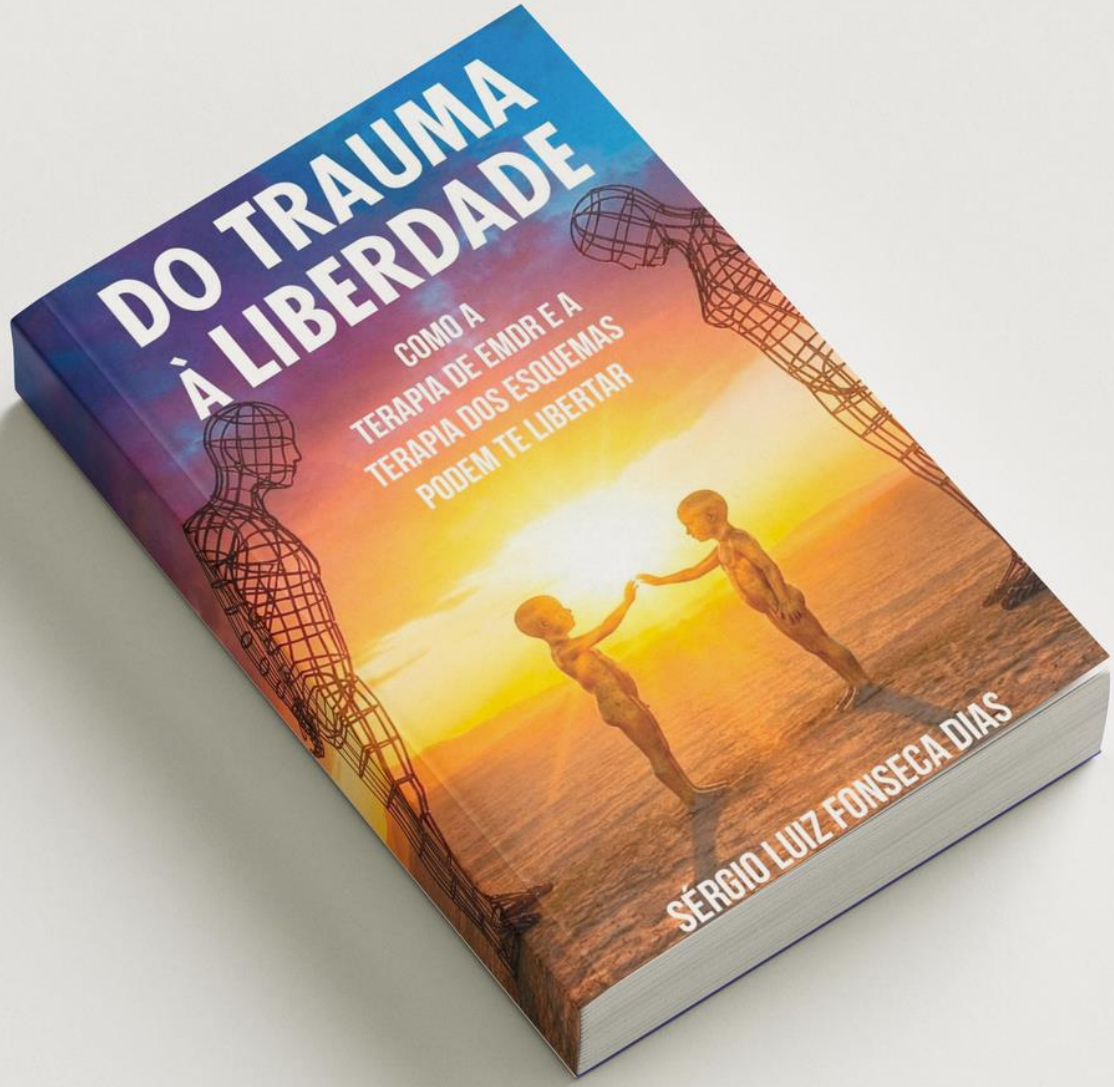
- SIEGEL, D. J. Mind: a journey to the heart of being human. Nova York: Norton, 2016.

- YOUNG, J. E. Terapia cognitiva para transtornos da personalidade: uma abordagem focada em esquemas. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2003.

- YOUNG, J. E. et al. Schema therapy: a practitioner's guide. Nova York: The Guilford Press, 2003.


Passei a vida inteira estudando e
continuo fazendo isso todos os dias.
@psico_yovana

APRESENTAÇÃO DO PRESIDENTE DA ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE EMDR



PREFÁCIO RICARDO WAINER REFERÊNCIA BRASILEIRA EM TERAPIA DO ESQUEMA

EDITORA SINOPSYS

OBRIGADO

@sergiofonsecapsicoterapeuta

(33) 9 9989-3444