

Aliança terapêutica na terapia cognitivo-comportamental baseada em internet: uma revisão narrativa

Therapeutic alliance in internet-based cognitive behavioral therapy: a narrative review

Leonardo Romeira Salati¹ e Ingrid D'Avila Francke²

Resumo: Considerando que a Aliança Terapêutica (AT) assume um papel central na psicoterapia, presencial e online, e que nesta última podem existir peculiaridades, este estudo objetivou investigar os desfechos relacionados à AT na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) Baseada em Internet. Conforme os artigos verificados nesta revisão narrativa da literatura, nos tratamentos síncronos e assíncronos existe uma necessidade de vinculação e de ajustes na AT. A literatura destaca cuidados a serem tomados acerca das tecnologias utilizadas e a importância de contratos e medidas de segurança quanto ao sigilo e possíveis problemas técnicos. Por ocorrerem de forma remota, via meios digitais, fatores individuais e ambientais podem tanto beneficiar quanto prejudicar a AT, interferindo na condução do processo terapêutico. É necessário destacar que o profissional deve atentar-se a estes fatores, utilizando o empirismo colaborativo e a flexibilização cognitiva para facilitar estas adequações. De modo geral, a AT mostrou-se um fator importante para a TCC Baseada em Internet, revelando-se um fator a ser observado e que deve receber atenção dos psicoterapeutas, já que podem interferir no tratamento. Dessa forma, verifica-se a importância de novos estudos que investiguem as peculiaridades e desfechos da AT nas diferentes modalidades de TCC Baseada em Internet.

Palavras-chave: Terapia cognitivo-comportamental; Aliança Terapêutica; Intervenção baseada em internet.

Abstract: Considering that the Therapeutic Alliance (TA) assumes a central role in psychotherapy, in person and online, and that in the latter there may be peculiarities, this study aimed to investigate the outcomes related to TA in Internet-Based Cognitive Behavioral Therapy (CBT). According to the articles verified in this narrative review of the literature, in synchronous and asynchronous treatments there is a need for linkage and adjustments in TA. The literature highlights care to be taken about the technologies used and the importance of contracts and security measures regarding confidentiality and possible technical problems. Because they occur remotely, via digital media, individual and environmental factors can both benefit and harm TA, interfering in the conduct of the therapeutic process. It is necessary to highlight that the professional must pay attention to these factors, using collaborative empiricism and cognitive flexibility to facilitate these adjustments. In general, TA proved to be an important factor for Internet-Based CBT, proving to be a factor to be observed and that should receive attention from psychotherapists, since they can interfere with treatment. Thus, it is possible to verify the importance of new studies that investigate the peculiarities and outcomes of TA in the different modalities of Internet-Based CBT.

Keywords: Cognitive behavioral therapy; Therapeutic alliance; Internet-based intervention.

¹ Psicólogo graduado pela Universidade Luterana do Brasil (ULBRA). Pós-graduando em Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) pelo Centro Brasileiro de Ciência Comportamental Contextual (CECONTE). E-mail: leonardo.salati@rede.ulbra.br

² Psicóloga. Doutora em Saúde Coletiva (UNISINOS) e Mestre em Cognição Humana (PUCRS). Docente titular do Curso de Psicologia da Universidade Luterana do Brasil (ULBRA). E-mail: franckeingrid@gmail.com

Introdução

O vínculo terapêutico, ou seja, um bom relacionamento entre o psicoterapeuta e seu cliente, é um dos principais fatores para que o processo terapêutico tenha bons resultados (Alves, 2017). O vínculo está presente nas diversas abordagens da psicologia. Nas terapias cognitivas e comportamentais, o desenvolvimento de uma boa Relação Terapêutica (RT) assume um dos principais objetivos durante o tratamento (Alves, 2017).

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) caracteriza-se por ser uma psicoterapia breve, estruturada e colaborativa (Beck, 2013; Wenzel, 2018). Seguindo o empirismo colaborativo, o psicoterapeuta e cliente trabalham juntos para avaliar, compreender e modificar os pensamentos, crenças e subsequentemente, emoções e comportamentos disfuncionais (Knapp & Beck, 2008; Wright, Basco, Michael & Thase, 2008; Beck, 2013). Para isso, o profissional deve manter uma postura que demonstre empatia, segurança, habilidade, consistência, sinceridade e interesse, além de solicitar e dar feedback, ser colaborativo e variar o seu estilo (Alves, 2017; Knapp & Beck, 2008; Wright et al., 2008; Beck, 2013).

Nas Terapias Comportamentais, como a Psicoterapia Analítico-Comportamental e as terapias de terceira geração, a RT assume papel central na condução das intervenções e mudanças dos comportamentos do cliente (Braga & Vandenberghe, 2006; Marangoni & Ferreira, 2018; Pérez-Alvarez, 2012). Nestas abordagens psicoterápicas a RT é tida como um espaço de interação, até mesmo íntima, de aprendizagem experiencial, tornando-a em si, palco para a intervenção e mudança dos comportamentos que surgirem (Braga & Vandenberghe, 2006; Marangoni & Ferreira, 2018; Pérez-Alvarez, 2012).

Uma boa RT, além de proporcionar uma relação de trabalho colaborativa, confiança, abertura para a comunicação e aplicação efetiva de intervenções, também permite o estabelecimento de uma Aliança Terapêutica (AT; Alves, 2017; Braga & Vandenberghe, 2006). A AT, termo ateuológico e integrador, utilizado por diferentes abordagens de forma universal, foi descrita por Bordin (1979) e refere-se a aliança colaborativa entre o psicoterapeuta e o cliente, norteada por três componentes chave: o acordo sobre os objetivos, formulação de tarefas e o desenvolvimento de vínculos satisfatórios (Oliveira & Benetti, 2015).

A AT pode ser entendida como um componente profundo e colaborativo da relação entre o cliente e o psicoterapeuta. Tal vínculo cria condições para que seja possível, mesmo que com interferências, que a RT caminhe em direção dos objetivos terapêuticos (Cordioli & Grevet, 2019). Ela é um dos fatores comuns a todas as psicoterapias e influencia os resultados do processo psicoterápico, relacionando-se com aspectos individuais do profissional e cliente, com a RT e com a modalidade da terapia (Alves, 2017; Oliveira & Benetti, 2015; Cordioli & Grevet, 2019).

Um dos instrumentos mais utilizados para avaliação da AT em contexto clínico, o *Working Alliance Inventory* (WAI), é um inventário baseado na perspectiva de Bordin (1979), tendo três subescalas: objetivos, tarefas e vínculo (Horvath & Greenberg, 1989; Maia, Araujo, Silva & Maia, 2017). O WAI é indicado para avaliar a AT e seus desfechos no tratamento, até mesmo de profissionais de outras áreas de atuação, porém, no Brasil ainda se tem limitações quanto às suas características psicométricas (Maia et al., 2017; Araujo, Filho, Oliveira, Ferreira & Pinto, 2017; Prado & Meyer, 2006). Atualmente existem novas adaptações que serão apresentadas ao longo da discussão, inclusive para intervenções baseadas em internet.

Ao longo dos últimos anos a psicoterapia online vem ganhando espaço no Brasil. Esta, caracteriza-se como uma psicoterapia realizada por meios tecnológicos de informação e comunicação via internet, proporcionando uma interação remota entre psicoterapeuta e cliente (Crestena, 2015). Além do cadastro no e-Psi para prestação de serviços psicológicos online, o profissional deve seguir os preceitos éticos, prestar serviços de qualidade, dignos e apropriados a sua natureza e utilizar embasamento técnico e científico em sua prática (Crestena, 2015, Conselho Federal De Psicologia, 2018; 2020).

A AT neste contexto é um importante fator para a garantia dessas condições, principalmente quanto à vinculação do cliente com o profissional (Siegmund & Lisboa, 2015). Estudos que avaliaram a aplicabilidade da psicoterapia online concluíram que a AT se estabeleceu de forma semelhante às descritas na literatura, apresentando potencialidades e propiciando uma relação produtiva e eficaz (Prado & Meyer, 2006; Siegmund & Lisboa, 2015).

Considerando que a AT assume um papel central na psicoterapia tanto presencial quanto online, e que nesta última podem existir peculiaridades, este estudo tem como objetivo investigar os desfechos relacionados à Aliança Terapêutica na Terapia Cognitivo-Comportamental Baseada em Internet, ou seja, online.

Método

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura. Optou-se pela revisão narrativa por seu caráter compreensivo, sem adotar um rigor metodológico, objetivando-se uma análise qualitativa abrangente (Rother, 2007). Foram consultadas as bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Portal de Periódicos da Capes e PubMed. Os descritores utilizados foram “Aliança Terapêutica”, “Relação Terapêutica”, “Terapia Cognitivo-Comportamental”, “Psicoterapia” e “Intervenção Baseada em Internet”, em português e inglês.

As buscas ocorreram durante os meses de agosto de 2020 e abril de 2021. Os critérios de inclusão foram estudos que abordassem a Aliança Terapêutica nas Terapias Cognitivo-Comportamentais baseadas em internet, apresentando algum desfecho relacionado entre os dois termos. Os estudos que contemplaram os critérios de inclusão após leitura do título e resumo foram lidos integralmente e selecionados por conveniência pelos autores. Após, foi realizada uma síntese dos dados em que os principais resultados de cada estudo foram apresentados em uma discussão teórica.

Resultados e discussão

A partir das buscas foram selecionados 24 artigos completos e um capítulo de livro como material complementar. Observou-se diferentes abordagens referentes a TCC Baseada na Internet, o que vem a ser uma Intervenção Baseada em Internet (IBI). Cabe aqui destacar as diferenças entre elas para que possamos abordar a AT neste contexto. Conforme Lopes e Berger (2016), Andersson (2020) e Bittencourt et al. (2020), as mudanças da psicoterapia presencial para formatos online podem ser diferenciadas em tratamentos auto-guiados baseados na internet sem contato com o profissional clínico (assíncrono) e tratamentos com o apoio e contato imediato de algum profissional, face a face (síncrono). A TCC foi a pioneira nessas modalidades de intervenção, sendo que atualmente existem intervenções baseadas em outras abordagens (Lopes & Berger, 2016).

Tratamentos assíncronos

Os tratamentos que não envolvem o contato com o clínico podem ser programas de psicoeducação, grupos de apoio online e programas de intervenção guiados ou não, contando com a ajuda de materiais informativos como livros, folhetos ou vídeos (Andersson, 2020). No Brasil esses programas ainda não são populares, mas já contam com estudos que visam a sua implementação, como o Deprexis, focado em depressão (Lopes, Meyer, Berger & Svacina, 2020), e outro voltado para Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC; Siegmund, Nonohay & Gauer, 2016), ambos IBI's com embasamento cognitivo-comportamental. Tais programas contam com contato mínimo com profissionais, sendo os primeiros estudos com esse objetivo no Brasil.

Atualmente, por conta da pandemia de Covid-19, alguns serviços de teleatendimento foram disponibilizados para a população, como o TelePSI, que disponibiliza tanto vídeos psicoeducativos para população geral, quanto atendimento psicoterápico breve para profissionais da saúde (Ministério da Saúde, 2020).

É importante destacar que mesmo nos serviços ou intervenções realizadas por programas ou aplicativos, os usuários identificam a necessidade de formação de vínculos e espaço para se abrir (Berry, Salter, Morris, James & Bucci, 2018). Nesse sentido, os aplicativos podem não ser responsivos às necessidades humanas como os profissionais, sendo desprovidos de qualidades essenciais para a manutenção da AT, como simpatia, colaboração e concordância (Berry et al., 2018).

O estudo de Gómez Penedo et al. (2020) envolvendo 223 adultos diagnosticados com depressão e que participaram de uma intervenção pelo programa Deprexis e suporte por e-mail, mostrou resultados significativos no *Working Alliance Inventory for Guided Internet Intervention* (WAI-I). Conforme os autores, pontuações mais altas nas subescalas de tarefas e objetivos do WAI-I relacionaram-se com níveis mais baixos de sintomas depressivos e maior bem-estar ao final do tratamento. Porém, a subescala de vínculo não teve relação com estes marcadores (Gómez Penedo et al., 2020).

Os resultados da pesquisa Gómez Penedo et al. (2020) trazem um dado interessante. Mesmo em programas de IBI deve-se dar atenção à congruência das intervenções e as perspectivas dos usuários do programa, buscando concordância entre as tarefas e os objetivos terapêuticos (Gómez Penedo et al., 2020). Esses dados corroboram com os achados de Wehmann, Köhnen, Härter e Liebherz (2020).

Conforme Wehmann, Köhnen, Härter e Liebherz (2020), os dados quanto à AT nas IBI's, em suas inúmeras formas e abordagens, ainda são limitados e não estão claros. Entretanto, é nítido que mesmo nos tratamentos assíncronos baseados na internet a resposta às necessidades individuais dos usuários se faz necessária e importante (Berry et al., 2018; Gómez Penedo et al., 2020), talvez não relacionado a aspectos emocionais, mas sim as preferências dos indivíduos (Wehmann, Köhnen, Härter & Liebherz, 2020).

Tratamentos síncronos

Já os tratamentos que oferecem contato com o clínico são baseados na psicoterapia presencial e devem ser baseados em evidências (Andersson, 2020; Crestana, 2015). Nesse tipo de tratamento, o profissional utiliza diversos meios tecnológicos para obter uma comunicação remota com o cliente,

como smartphones, ligações, videoconferência e e-mails (Andersson, 2020; Crestana, 2015). Nesta forma de tratamento baseado na internet, como visto anteriormente, a RT assume um papel de extrema importância para o processo psicoterápico (Siegmund & Lisboa, 2015; Alves, 2017).

O atendimento online, de modo geral, apresenta resultados semelhantes ao presencial (Bittencourt et al., 2020). Para isso se faz necessário o estabelecimento de contratos e adequação/estruturação do setting para que se mantenha uma escuta ética e eficiente (Bittencourt et al., 2020; Markowitz, 2020). Estes autores destacam que a pandemia de Covid-19 ocasionou situações que demandam de IBI's. Devido ao distanciamento físico, muitos profissionais que antes não realizavam este tipo de atendimento necessitaram se adaptar rapidamente, ocasionando peculiaridades e adequações quanto à prática clínica (Bittencourt et al., 2020; Markowitz, 2020; Wright & Caudill, 2020).

Ao avaliar a qualidade da AT em pacientes e psicoterapeutas de diferentes abordagens, Tschuschke, Koemeda-Lutz, von Wyl, Cramer e Schulthess (2020) constataram que os psicoterapeutas precisam, constantemente, se adaptar a perspectiva de AT dos pacientes. Conforme estes autores, profissionais que estavam em convergência com seus pacientes quanto a AT obtiveram resultados bem-sucedidos no processo terapêutico. Na psicoterapia online ou IBI esses cuidados devem ser reforçados por meio da comunicação, principalmente quanto a falta de experiência em tecnologias, confiabilidade e sigilo, garantia de backup e continuidade da comunicação em caso de problemas técnicos, como conexão com a internet (Lopez, Schwenk, Schneck, Griffin & Mishkind, 2019; Wright & Caudill, 2020).

Nesse sentido, observa-se que a Terapia Cognitivo-Comportamental por videoconferência apresenta AT semelhante a presencial, o que pressupõe uma boa RT (Singulane & Sartes, 2017). Pieta et al. (2015) corroboram com estes dados, ressaltando que a AT por videoconferência equivale a presença física do psicoterapeuta, necessitando para isto, de adaptações no contato remoto.

Carpenter, Pincus, Furr e Comer (2018), em um estudo piloto envolvendo 13 jovens com transtorno de ansiedade, verificaram que a TCC por videoconferência foi viável e aceita pelas famílias estudadas. Utilizando o WAI e outros instrumentos constaram forte AT, boa retenção de tratamento, boa satisfação dos clientes e familiares e baixas barreiras à participação. A comodidade e facilidade de acesso ao tratamento online foram preditores de bons resultados (Carpenter, Pincus, Furr & Comer, 2018).

Matsumoto et al. (2018), obtiveram resultados semelhantes na TCC por videoconferência em um estudo piloto com 30 japoneses. Além dos bons resultados quanto a melhoras clínicas para transtornos de ansiedade e TOC, constaram alta AT por meio do *Working Alliance Inventory-Short Form* (WAI-SF), versão reduzida do WAI. Os escores de AT aumentaram ao longo do tratamento. Além disso, a maioria dos participantes ficou satisfeita com a forma de tratamento, preferindo a TCC por videoconferência ao invés da presencial. Esses autores referem baixa taxa de abandono (3%), estando relacionada com a alta AT e boa satisfação com o tratamento (Matsumoto et al., 2018).

Em um estudo recente, Herrero et al. (2020) avaliaram as características psicométricas do instrumento *The Working Alliance Inventory for online interventions* (WAI-TECH-SF), uma adaptação do WAI-SF para o contexto de IBI. Uma amostra de 193 pessoas diagnosticadas com depressão recebeu IBI's envolvendo a TCC combinada (sessões presenciais e online). A escala teve boa consistência interna, mas com estrutura unidimensional (escore total) e não tridimensional como o WAI, e esteve relacionado a melhora

dos sintomas e satisfação com o tratamento. Um ponto importante é que as análises demonstram que quanto maior a idade dos indivíduos e menor o seu grau de escolaridade, menores foram os escores de AT (Herrero et al., 2020). Os autores consideram que essas diferenças possam estar relacionadas com maiores dificuldades ao acesso às tecnologias de informação.

Em outro contexto, Stewart, Orengo-aguayo, Wallace, Metzger e Rheingold (2019) relataram que a Terapia Cognitivo-Comportamental Focada no Trauma, disponibilizada de forma online para três jovens afro-americanos, foi eficaz e possibilitou o rompimento de diversas barreiras de acesso ao tratamento. Clientes e familiares relataram boa satisfação com a modalidade, principalmente quanto à acessibilidade. Os autores reiteram que adaptações culturais e quanto às tecnologias foram necessárias para a condução das intervenções. Para que houvesse AT e participação, diversos meios digitais foram utilizados, como webcam, jogos digitais, desenhos, documentos psicoeducativos e compartilhamento de tela (Stewart, Orengo-aguayo, Wallace, Metzger & Rheingold, 2019).

A Terapia Cognitiva Baseada em Mindfulness Baseada na Internet (*Internet-Based Mindfulness-Based Cognitive Therapy* - eMBCT) também teve a AT avaliada. Bisseling et al. (2019), em um Ensaio Clínico Randomizado (ECR) multicêntrico com 245 pessoas diagnosticadas com câncer em sofrimento psicológico, onde 125 receberam eMBCT e 120 MBCT em grupo, utilizaram o WAI em três momentos ao longo das intervenções para avaliar a AT. A eMBCT demonstrou maior taxa de abandono, tendo como principal motivo "outras expectativas" por parte dos sujeitos. Entretanto, ambas IBI's tiveram aumento na AT ao longo do tratamento e a AT no início do tratamento previu diminuição do sofrimento psicológico e melhora no bem-estar mental (Bisseling et al., 2019).

Já Nissen et al. (2021) sugerem que a AT na Terapia Cognitiva Baseada em Mindfulness entregue pela internet (*Internet-delivered Mindfulness-Based Cognitive Therapy* - iMBCT), com suporte de psicoterapeutas, não previu melhora no sofrimento psicológico de sobreviventes de câncer. Os autores salientam a necessidade de reavaliar o papel da AT nas IBI's.

Quanto a Terapia Cognitivo-Comportamental por Telefone (TCC-F), Dobkin et al. (2020), em um ECR, constataram que ela foi eficaz na melhora de pensamentos negativos e sintomatologia de indivíduos com depressão e doença de Parkinson. A TCC-F foi utilizada para flexibilizar os pensamentos negativos dos participantes e para treinar os familiares e cuidadores, refletindo em melhor envolvimento no tratamento (Dobkin et al., 2020).

Entretanto, deve-se atentar a questões individuais de profissionais e clientes, as quais podem dificultar a vinculação, confiança e AT, principalmente quanto à interação com variáveis ambientais (Lopes & Berger, 2016; Ulkowski, Silva & Ribeiro, 2017). Assi e Thieme (2020) constataram que quedas na conexão, problemas técnicos e presença de familiares no mesmo recinto são fatores que interferem na RT na psicoterapia online de abordagem Analítico-Comportamental e prejudicam o andamento da IBI. Lopes e Berger (2016) confirmam esses fatores e reiteram que alguns pacientes preferem tratamentos assíncronos por e-mail por conta da privacidade no ambiente, já que telefonemas ou vídeo conferências podem expô-los.

Nesse sentido, além das questões individuais, o ambiente também é um importante fator para a AT na TCC Baseada em Internet. Podendo ser um fator positivo, como ausência de deslocamento e o conforto da própria casa (Carpenter et al., 2018; Stewart et al., 2019), o que pode beneficiar pacientes com sintomas de trauma (Knaevelsrud, Böttche, Pietrzak, Freyberger & Kuwert,

2017). Ou negativo, como a falta de privacidade e os problemas com uso das tecnologias (Assi & Thieme, 2020; Herrero et al., 2020; Lopes & Berger, 2016; Stewart et al., 2019).

De modo geral, a AT é um fator importante para a TCC Baseada em Internet, em suas diversas modalidades, e ocorre de forma eficaz e semelhante à presencial. Diversos autores destacam a necessidade de cuidados com as tecnologias a serem usadas e a importância de contratos e combinações. É necessário destacar que o profissional atente-se a estes fatores que interferem na AT, utilizando a abordagem psicoterapia e suas técnicas para facilitar as adequações e ajustes necessários na RT, e consequentemente AT.

Considerações finais

Com base no levantamento bibliográfico, a Relação Terapêutica e a Aliança Terapêutica estão constantemente interligadas, sendo a AT o resultado de uma boa relação entre o cliente e o psicoterapeuta. Ao investigá-las no âmbito da psicoterapia online, observou-se que estas são fatores importantes para o processo terapêutico e preditores de resultados positivos.

A Aliança Terapêutica nas Intervenções Cognitivas e Comportamentais Baseadas em Internet revelou-se um fator a ser observado e que deve receber atenção dos profissionais. Tanto em tratamentos síncronos quanto assíncronos constatou-se a necessidade de vinculação e de ajustes na AT por conta da modalidade online. Por ocorrerem de forma remota e via meios digitais, fatores individuais, tanto do psicoterapeuta quanto do cliente, e ambientais podem beneficiar ou prejudicar relação e AT, interferindo na condução do processo terapêutico. Nesse sentido, o profissional deve investir na RT e em adaptações acerca das modalidades de tratamento, acesso a meios digitais, recursos utilizados, expectativas, aspectos culturais e setting.

Salienta-se que esta pesquisa apresenta limitações quanto a sua metodologia narrativa, sem adotar uma forma rigorosa de coleta de dados e por não buscar esgotar a literatura acerca do assunto. Ao mesmo tempo, a apresentação narrativa possibilitou uma abrangência maior na apresentação da literatura selecionada. Conforme a discussão dos dados observou-se uma falta de estudos qualitativos que investiguem as características da Aliança Terapêutica na TCC Baseada em Internet, sendo que a maioria dos estudos apresentou dados quantitativos e relacionados a desfechos clínicos. Dessa forma, se faz importante que novos estudos investiguem a AT nas diferentes Intervenções Cognitivas e Comportamentais Baseadas em Internet, investigando as suas peculiaridades e desfechos.

Referências

- Alves, D. L. (2017). O vínculo terapêutico nas terapias cognitivas. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, 19(1), 55-71. Recuperado de http://rbp.celg.org.br/detalhe_artigo.asp?id=221
- Andersson, G. (2020). A tecnologia da informação e o papel dinâmico da prática. In: S. C. Hayes, & S. G. Hofmann (Eds.). *Terapia cognitivo-comportamental baseada em processos: ciência e competências clínicas* (cap. 4, p. Epub.). Porto Alegre: Artmed.
- Araújo, A. C., Filho, R. N., Oliveira, C. B., Ferreira, P. H., & Pinto, R. Z. (2017). Measurement properties of the Brazilian version of the Working Alliance Inventory (patient and therapist short-forms) and Session Rating Scale for low back pain. *Journal of back and musculoskeletal rehabilitation*, 30(4), 879-887. doi: 10.3233/BMR-160563

- Assi, G., & Thieme, A. L. (2020). Desafios na psicoterapia online: reflexões a partir de um relato de caso de uma paciente com ansiedade. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 10(2), 267-279. Recuperado de <https://www.revistaperspectivas.org/perspectivas/article/view/629>
- Beck, J. S. (2013). *Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática* (2. ed.). Porto Alegre: Artmed.
- Berry, K., Salter, A., Morris, R., James, S., & Bucci, S. (2018). Assessing Therapeutic Alliance in the Context of mHealth Interventions for Mental Health Problems: Development of the Mobile Agnew Relationship Measure (mARM) Questionnaire. *Journal of medical Internet research*, 20(4), e90. doi: 10.2196/jmir.8252
- Bisseling, E., Cillessen, L., Spinhoven, P., Schellekens, M., Compen, F., van der Lee, M., & Speckens, A. (2019). Development of the Therapeutic Alliance and its Association With Internet-Based Mindfulness-Based Cognitive Therapy for Distressed Cancer Patients: Secondary Analysis of a Multicenter Randomized Controlled Trial. *Journal of medical Internet research*, 21(10), e14065. doi: 10.2196/14065
- Bittencourt, H. B., Rodrigues, C. C., Santos, G. L., Silva, J. B., Quadros, L. G., Mallmann, L. S., . . . Fedrizzi, R. I. (2020). Psicoterapia on-line: uma revisão de literatura. *Diaphora*, 9(1), 41-46. doi: 10.29327/217869.9.2-6
- Bordin, E. S. (1979). The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 16(3), 252-260. doi: 10.1037/h0085885
- Braga, G. L. B., & Vandenbergh, L. (2006). Abrangência e função da relação terapêutica na terapia comportamental. *Estudos de Psicologia* (Campinas), 23(3), 307-314. doi: 10.1590/S0103-166X2006000300010
- Carpenter, A. L., Pincus, D. B., Furr, J. M., & Comer, J. S. (2018). Working From Home: An Initial Pilot Examination of Videoconferencing-Based Cognitive Behavioral Therapy for Anxious Youth Delivered to the Home Setting. *Behavior therapy*, 49(6), 917-930. doi: 10.1016/j.beth.2018.01.007
- Conselho Federal de Psicologia (2018). *Resolução CFP nº 11/2018*. Regulamenta a prestação de serviços psicológicos por meio de Tecnologias da Informação e Comunicação e revoga a Resolução CFP nº 11/2012. Recuperado de <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2018/05/RESOLUCAO%2011-DE-11-DE-MAIO-DE-2018.pdf>
- Conselho Federal de Psicologia (2020). *Resolução CFP nº 04/2020*. Regulamenta os serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do COVID-19. Recuperado de <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/resolucao-n-4-de-26-de-marco-de-2020-250189333>
- Cordioli, A. V., & Grevet, E. H. (Orgs.). (2019). *Psicoterapias: abordagens atuais* (4a. ed.). Porto Alegre: Artmed, 2019. E-pub.
- Crestana, T. (2015). Novas abordagens terapêuticas - terapias on-line. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, 17(2), 35-43. Recuperado de http://rbp.celg.org.br/detalhe_artigo.asp?id=176
- Dobkin, R. D., Mann, S. L., Gara, M. A., Interian, A., Rodriguez, K. M., & Menza, M. (2020). Telephone-based cognitive behavioral therapy for depression in Parkinson disease: A randomized controlled trial. *Neurology*, 94(16), e1764-e1773; doi: 10.1212/WNL.0000000000009292.
- Gómez Penedo, J. M., Babl, A. M., Grosse Holtforth, M., Hohagen, F., Krieger, T., Lutz, W., . . . Berger, T. (2020). The Association of Therapeutic Alliance With Long-Term Outcome in a Guided Internet Intervention for Depression: Secondary Analysis From a Randomized Control Trial. *Journal of medical Internet research*, 22(3), e15824. doi: 10.2196/15824
- Herrero, R., Vara, M. D., Miragall, M., Botella, C., García-Palacios, A., Riper, H., . . . Baños, R. M. (2020). Working Alliance Inventory for Online Interventions-Short Form (WAI-TECH-SF): The Role of the Therapeutic Alliance between Patient and Online Program in Therapeutic Outcomes. *International journal of environmental research and public health*, 17(17), 6169. doi: 10.3390/ijerph17176169
- Horvath, A. O., & Greenberg, L. S. (1989). Development and validation of the Working Alliance Inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 36(2), 223-233. doi: 10.1037/0022-0167.36.2.223
- Knaevelsrud, C., Böttche, M., Pietrzak, R. H., Freyberger, H. J., & Kuwert, P. (2017). Efficacy and Feasibility of a Therapist-Guided Internet-Based Intervention for Older Persons with Childhood Traumatization: A Randomized Controlled Trial. *The American journal of geriatric psychiatry*, 25(8), 878-888. doi: 10.1016/j.jagp.2017.02.024
- Knapp, P., & Beck, A. T. (2008). Fundamentos, modelos conceituais, aplicações e pesquisa da terapia cognitiva. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 30(Suppl. 2), s54-s64. doi: 10.1590/S1516-44462008000600002
- Lopes, R. T., & Berger, T. (2016). Intervenções auto-guiadas baseadas na internet: uma entrevista com o Dr. Thomas Berger. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 12(1), 57-61. doi: 10.5935/1808-5687.20160009
- Lopes, R. T., Meyer, B., Berger, T., & Svacina, M. A. (2020). Effectiveness of an internet-based self-guided program to treat depression in a sample of Brazilian users: a study protocol. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(3), 322-328. doi: 10.1590/1516-4446-2019-0582
- Lopez, A., Schwenk, S., Schneck, C. D., Griffin, R. J., & Mishkind, M. C. (2019). Technology-Based Mental Health Treatment and the Impact on the Therapeutic Alliance. *Current psychiatry reports*, 21(8), 76. doi: 10.1007/s11920-019-1055-7
- Maia, R. S., Araújo, T. C. S., Silva, N. G., & Maia, E. M. C. (2017). Instrumentos para avaliação da aliança terapêutica. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 13(1), 55-63. doi: 10.5935/1808-5687.20170009
- Marangoni, C., & Ferreira, V. R. T. (2018). Interação terapêutica e comportamento verbal em uma compreensão analítico-comportamental. *Revista Brasileira De Terapia Comportamental e Cognitiva*, 20(1), 59-71. doi: 10.31505/rbtcc.v20i1.1137
- Markowitz J. (2020). Virtual treatment and social distancing. *The lancet. Psychiatry*, 7(5), 388-389. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30140-1
- Matsumoto, K., Sutoh, C., Asano, K., Seki, Y., Urao, Y., Yokoo, M., . . . Shimizu, E. (2018). Internet-Based Cognitive Behavioral Therapy With Real-Time Therapist Support via Videoconference for Patients With Obsessive-Compulsive Disorder, Panic Disorder, and Social Anxiety Disorder: Pilot Single-Arm Trial. *Journal of medical Internet research*, 20(12), e12091. doi: 10.2196/12091
- Ministério da Saúde (2020). Profissionais do SUS já podem contar com suporte psicológico. Brasília, DF: Ministério da Saúde. Recuperado de <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/profissionais-do-sus-ja-podem-contar-com-suporte-psicologico>
- Nissen, E. R., Zachariae, R., O'Connor, M., Kaldø, V., Jørgensen, C. R., Højris, I., Borre, M., & Mehlsen, M. (2021). Internet-delivered Mindfulness-Based Cognitive Therapy for anxiety and depression in cancer survivors: Predictors of treatment response. *Internet interventions*, 23, 100365. doi: 10.1016/j.invent.2021.100365
- Oliveira, N. H., & Benetti, S. P. C. (2015). Aliança terapêutica: estabelecimento, manutenção e rupturas da relação. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 67(3), 125-138. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672015000300010&lng=pt&tlang=pt
- Pérez-Alvarez, M. (2012). Third-generation therapies: Achievements and challenges. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 12(2), 291-310. Retrieved from <http://www.aepc.es/ijchp/articulos.php?coi-d=English&id=413>
- Pieta, M. A. M., Siegmund, G., Gomes, W. B., & Gauer, G. (2015). Desenvolvimento de protocolos para acompanhamento de psicoterapia pela Internet. *Contextos Clínicos*, 8(2), 128-140. doi: 10.4013/ctc.2015.82.02
- Prado, O. Z., & Meyer, S. B. (2006). Avaliação da relação terapêutica na terapia assíncrona via internet. *Psicologia em Estudo*, 11(2), 247-257. doi: 10.1590/S1413-73722006000200003
- Rother, E. T. (2007). Revisão sistemática X revisão narrativa. *Acta Paulista de Enfermagem*, 20(2), v-vi. doi: 10.1590/S0103-21002007000200001

-
- Siegmund, G., & Lisboa, C. (2015). Orientação Psicológica On-line: Percepção dos Profissionais sobre a Relação com os Clientes. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 35(1), 168-181. doi: 10.1590/1982-3703001312012
- Siegmund, G., Nonohay, R. G., & Gauer, G. (2016). Ensaio de usabilidade de uma intervenção psicoeducacional computadorizada sobre transtorno obsessivo-compulsivo. *Temas em Psicologia*, 24(1), 261-276. doi: 10.9788/TP2016.1-18
- Singulane, B. A. R., & Sartes, L. M. A. (2017). Aliança Terapêutica nas Terapias Cognitivo-comportamentais por Videoconferência: uma Revisão da Literatura. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 37(3), 784-798. doi: 10.1590/1982-3703000832016
- Stewart, R. W., Orenco-Aguayo, R., Wallace, M., Metzger, I. W., & Rheingold, A. A. (2019). Leveraging Technology and Cultural Adaptations to Increase Access and Engagement Among Trauma-Exposed African American Youth: Exploratory Study of School-Based Telehealth Delivery of Trauma-Focused Cognitive Behavioral Therapy. *Journal of interpersonal violence*, 886260519831380. Advance online publication. doi: 10.1177/0886260519831380
- Tschuschke, V., Koemeda-Lutz, M., von Wyl, A., Cramer, A., & Schulthess, P. (2020). The Impact of Patients' and Therapists' Views of the Therapeutic Alliance on Treatment Outcome in Psychotherapy. *The Journal of nervous and mental disease*, 208(1), 56-64. doi: 10.1097/NMD.0000000000001111
- Ulkowski, E. P., Silva, L. P. D., & Ribeiro, A. B. (2017). Atendimento psicológico online: perspectivas e desafios atuais da psicoterapia. *Revista de Iniciação Científica da Universidade Vale do Rio Verde*, 7(1), 59-68. Recuperado de <http://periodicos.unincor.br/index.php/iniciacaocientifica/article/view/4029>
- Wehmann, E., Köhnen, M., Härter, M., & Liebherz, S. (2020). Therapeutic Alliance in Technology-Based Interventions for the Treatment of Depression: Systematic Review. *Journal of medical Internet research*, 22(6), e17195. doi: 10.2196/17195
- Wenzel, A. (2018). *Inovações em Terapia Cognitivo Comportamental: intervenções estratégicas para uma prática criativa*. Porto Alegre: Artmed.
- Wright, J. H., & Caudill, R. (2020). Remote Treatment Delivery in Response to the COVID-19 Pandemic. *Psychotherapy and psychosomatics*, 89(3), 130-132. doi: 10.1159/000507376