

TERAPIA DE SESSÃO ÚNICA: TERAPIA COLABORATIVA E ENCONTROS PONTUAIS

SINGLE SESSION THERAPY:
COLLABORATIVE THERAPY AND ONE-OFF MEETINGS

TERAPIA EN SESIÓN ÚNICA:
TERAPIA COLABORATIVA Y ENCUNTROS PUNTUALES

BRUNO LENZI¹

EVELIZE
DALLA COSTA¹

¹ Instituto Movimento,
Florianópolis/SC, Brasil

RESUMO: Neste artigo apresentamos a prática com terapia de sessão única realizada em uma organização sem fins lucrativos. Essa prática está fundamentada nas sensibilidades filosóficas das práticas colaborativas dialógicas e se articula com o conceito de terapia de sessão única. A partir de relatos de clientes de sessão única, é feita uma síntese teórico-prática, associando estrutura e organização de tempo da sessão única à curiosidade do terapeuta na posição de não-saber, o qual está comprometido com o cliente na investigação terapêutica. Concluímos com o pensamento de que as transformações vividas não demandaram estruturas tradicionais de terapia, mas a sensibilidade para a colaboração.

Palavras-chave: terapia de sessão única; terapia colaborativa dialógica; processos reflexivos; psicoterapia.

ABSTRACT: In this article we present the practice with single-session therapy carried out in a non-profit organization. This practice is based on the philosophical sensibilities of dialogic collaborative practices and is articulated with the concept of single-session therapy. Based on reports from single-session clients, a theoretical-practical synthesis is made, associating the structure and time organization of the single session with the curiosity of the therapist in the position of not-knowing, who is committed to the client in the therapeutic investigation. We conclude with the thought that the transformations experienced did not demand traditional therapy structures, but the sensitivity for collaboration.

Keywords: single session therapy; dialogic collaborative therapy; reflective processes; psychotherapy.

RESUMEN: En este artículo presentamos la práctica con terapia de sesión única realizada en una organización sin fines de lucro. Esta práctica se basa en las sensibilidades filosóficas de las prácticas colaborativas dialógicas y se articula con el concepto de terapia de sesión única. A partir de informes de clientes de sesión única, se realiza una síntesis teórico-práctica, asociando la estructura y organización temporal de la sesión única con la curiosidad del terapeuta en la posición de no saber, que se compromete con el cliente en el plano terapéutico. Concluimos con el pensamiento de que las transformaciones vividas no exigieron estructuras terapéuticas tradicionales, sino sensibilidad para la colaboración.

Palabras clave: terapia de sesión única; terapia colaborativa dialógica; procesos reflexivos; psicoterapia.

Recebido em: 17/06/2023

Aprovado em: 14/09/2023



Os atendimentos de sessão única são um assunto novo nas publicações nacionais (Marcelino, 2020; Silva & Vandenberghe, 2009;), especialmente na comunidade construcionista social (Vilela e Souza, Martins Lion, Trombini Vidotto, & Moscheta, 2020), mas sua prática já ocorre na clínica há mais tempo do que registrado nos estudos. Entendemos como sessão única o encontro dialógico pontual em terapia, podendo ele ocorrer com certa periodicidade ou até mesmo nem se repetir. Se recebermos um cliente para uma primeira sessão e ele não voltar para continuar um processo, nós realizamos uma sessão única. Dessa maneira, podemos nos inspirar neste formato para diversas configurações de encontro. Ao nos referirmos ao processo, estamos falando de múltiplas sessões de terapia entre cliente(s) e terapeuta. Quando nos referimos à sessão única, falamos de uma sessão autocontida, sem expectativa de continuidade, mas não necessariamente a primeira ou a última entre os envolvidos.

Utilizamos uma estrutura de atendimento de sessão única para pessoas e famílias com poucos recursos financeiros em uma organização da sociedade civil de Florianópolis, Santa Catarina. Estabelecemos, através da prática e da avaliação com nossos terapeutas e clientes, uma estrutura que facilita um encontro único, para ser experienciado sob demanda e/ou quando possível ao cliente. Essa experiência vem sendo desenvolvida desde 2018 por esta comunidade. Semelhante ao serviço descrito por Miller e Slive (2004), encontramos com representatividades de minorias que buscam ajuda ágil e têm dificuldades e frustrações diversas para se adequarem ao processo psicoterapêutico tradicional. Comprometidos com esta população, desenvolvemos uma estrutura de atendimento de sessão única que pretende responder a este fenômeno, quando nos encontramos em uma conversação que não terá continuidade.

Iniciamos este artigo apresentando uma revisão bibliográfica de conceitos e sensibilidades filosóficas da terapia colaborativa dialógica, que norteiam nossos encontros conversacionais. Em seguida, fazemos um apanhado teórico do atendimento de sessão única, como desenvolvido por autores referências da terapia breve e de sessão única internacionais e dos autores nacionais Vilela e Souza *et al.* (2020), também praticantes do formato e referências na produção de conhecimento sócio construcionista. A partir deste referencial teórico, propomos uma síntese conceitual, para a apresentação da prática que desenvolvemos em um encontro único, terapêutico, colaborativo e dialógico com clientes, através de breves relatos de experiências vividas, tanto pela voz de clientes, quanto pela voz de profissionais.

SENSIBILIDADES À PRÁTICA COLABORATIVA DIALÓGICA

A prática colaborativa dialógica é fundamentada a partir da teoria do construcionismo social, compartilhando do entendimento de *self* e de realidade como construções dinâmicas dos relacionamentos; da linguagem como formativa, em vez de representativa; e, do conhecimento como um produto coletivo (Anderson, 2009). A seguir, trazemos algumas das sensibilidades filosóficas desenvolvidas em nossa prática, as quais sentimos presentes na forma como nos colocamos com clientes, enquanto engajados na investigação conjunta, sendo **com** a palavra de importância. Interessados em suas realidades relacionais, em uma posição de não-saber, para, então, podermos refletir e responder a partir de um lugar de colaboração, curiosidade e diálogo.

Estar com

O conceito de *withness* não tem tradução exata para o português, pois a palavra *with* — que significa *com* — acrescida do sufixo *-ness*, fala de um estado de coisas, o que nos aproxima de um estar com, ou *being with* — estando com, em português —, como também aparece em algumas citações (e.g. Anderson, 2023). Em pesquisa histórica sobre este conceito, Hoffman (2007) afirma que o desenvolvimento deste entendimento começou com John Shotter em suas reflexões a partir de seus estudos de Bakhtin, quando o autor fala sobre a diferença entre pensar sobre, e pensar com (*withness thinking*). Esta é uma das principais sensibilidades que informam a prática colaborativa dialógica e embasam sua postura filosófica (Anderson 2007; 2009; 2023).

Withness é a maneira como procuramos *estar com*, nos colocar, ou ainda, nos orientar dentro do diálogo com o outro. Buscamos participar de forma que nosso cliente sintam-se convidado, através de nossa curiosidade, a realizar uma investigação conjunta sobre algum tema por ele escolhido, tomando o cuidado de colocarmos-nos lado a lado com ele, pois queremos acompanhá-lo neste processo sem, com isso, impedir que ele mantenha sua propriedade sobre o assunto, sendo também responsável pelas reflexões e pela criatividade emergidas do relacionamento, promovendo mais comprometimento com seu agenciamento. Uma abordagem colaborativa dialógica busca o *estar com* o cliente e suas palavras, movimentos e expressões, de maneira que possamos nos sentir tocados por estas enunciações, em uma espécie de *caminhar com*, no ritmo em que este nos conta a sua história, sem distraí-lo ou direcioná-lo sobre onde concentrar o seu relato, enquanto investigamos, conjuntamente, os cenários onde ele se localiza (Anderson 2007; 2009; 2023).

A investigação com aquilo que há de único aos participantes e os entornos onde as interações ocorrem podem ser entendidos como curiosidade à alteridade situacional, aos momentos sutis da relação que revelam algo novo à descrição. Quando percebemos algo diferente sobre um tema do qual aparentemente não havia mais nada para se falar, ou quando uma pergunta curiosa, feita pelo terapeuta, toca em um lugar não explorado anteriormente e convida à criatividade para uma expressão continuada pelo cliente. Estes momentos emergentes das *conversações com*, estruturadas dialogicamente, que oferecem a possibilidade de seguirmos juntos com algo novo, até então imperceptível, têm o potencial de ampliar as formas de entendimento e de resposta à interação (Shotter, 2017).

Orientamo-nos para os tipos de realidades que podemos construir em uma conversação com, uma visão de mundo relacional, interconectada, como proposta por Bava (2023). Ao construirmos um conhecimento com, estamos subvertendo o uso do poder em terapia, nem o poder *sobre*, nem o poder *para*, mas um poder *com*, um poder inclusivo. A autora nos inspira ao fortalecimento em nossa luta contra injustiças criadas pelo exercício do poder elitista e dominador, em direção à resistência, libertação e colaboração (Bava, 2023).

Não-saber

Sinergicamente, para *estar com*, precisamos nos afastar dos saberes que nos distraem da investigação local, para tanto, a prática colaborativa dialógica apresenta o conceito de *não-saber*. Não-saber refere-se a nossa postura frente aos diferentes conhecimentos e como lidamos com eles, como proposto por Anderson (2007; 2009; 2023), entendemos o não-saber como um exercício do ser terapeuta. Este conceito significa encontrar clientes e ter interesse em conhecê-los em suas complexidades

por nos afastarmos do saber sobre — um saber simplificador e generalista — para o encontro com o outro, e, então, produzir um saber desde a sua experiência, a partir do relato, feito com o conteúdo do cliente e não de entendimentos *a priori*. O conceito envolve aceitar a vulnerabilidade da incerteza inerente a um novo relacionamento; a intenção aqui é aprender e nos deixar desenvolver pelo conhecimento construído no relacionamento.

Este conceito nos alerta aos riscos de supormos o que a pessoa precisa de nós, antes de termos tempo de qualidade para investigar desde a experiência dela, nos privando de informações importantes e levando à reprodução de estruturas socialmente construídas que podem não beneficiar os envolvidos. Logo, o conceito de não-saber se caracteriza como postura política e ética em relação à opressão e ao domínio de uns sobre os outros (Anderson, 2023).

Nosso treinamento se mostra na habilidade de escuta sem julgamento, em entender sem preencher lacunas com pré-conhecimento, ao refletir nosso impulso de editar aquela identidade, solucionar o problema, para incentivar o agenciamento do cliente na experimentação de novas ideias, enquanto participamos com nossas perguntas, reflexões e sentimentos, de forma a expandir a expressão e afirmar sua identidade. Nesse sentido, este processo promove um espaço de intimidade que convida a todos os participantes a se ouvirem sem interrupção, para investigarem juntos os recursos e os desafios em direção a futuros desejados (Anderson, 2007). O potencial de desenvolvimento de um conhecimento construído em investigação mútua e colaborativa é inabalável, quando nos esforçamos para manter a coerência com o saber local das pessoas, sua historicidade e cultura, simultaneamente, suspendendo nosso suposto saber profissional, para abrir espaço para a alteridade em nome da construção sob medida, relevante e sustentável para as pessoas (Anderson, 2023).

Responsividade Reflexiva

Bruno Lenzi (2020) apresenta este conceito como um convite a uma investigação conjunta com os clientes sobre os processos espontâneos pelos quais respondem em uma interação. Com base nos conceitos de responsividade corporificada de John Shotter (2012; 2017) e nos processos reflexivos de Tom Andersen (2019), entendemos que as histórias das pessoas são corporificadas, se expressam no corpo, como antecipação de dinâmicas relacionais feitas espontâneas. Buscamos ver o que é expresso pelas palavras e nos movimentos dos corpos — como entonação da voz, uma inspiração mais profunda, agitação, ruborização, lágrimas — percebido por todos os nossos órgãos sensoriais, uma habilidade relacional que desenvolvemos no diálogo. Através da atenção ao sentir corporificado e às histórias associadas, nos moldamos a um estilo de participação, uma forma de expressão, com movimentos corpóreos da nossa identidade. Podemos exercitar reflexividade ou diálogo interno para a construção de respostas alternativas às espontâneas, ou seja, criando novas responsabilidades. Como Shotter (2017) desenvolve em seu trabalho, entendemos o espontâneo como aquilo que foi muito treinado na história dos relacionamentos da pessoa. Temos, com este conceito, a oportunidade de tornar espontâneas novas respostas através da suplementação social.

São perguntas de Responsividade Reflexiva aquelas que buscam entender o ocorrido na circunstância relatada e as possibilidades de futuras circunstâncias e influências que estarão presentes para ampliar a reflexão, trazendo o já dito (experiência/historicidade) para o contato com o ainda não dito (futuro antecipado), em direção

a um novo tornar-se, diferente do anterior (Shotter, 2012). A partir da exploração da espontaneidade, o cliente constrói alternativas mais atuais (úteis) às futuras interações, conforme o autor,

nesses encontros, o que muda em nós não é a nossa aprendizagem de novos fatos ou de informação, mas nossa aprendizagem de novas maneiras de nos relacionarmos com os outros e com a alteridade no mundo que nos cerca, maneiras estas mais apropriadas para as nossas necessidades e para o nosso florescer humano (Shotter, 2017, p. 143).

Através da prática suplementar no cotidiano dos relacionamentos que evocam tais respostas, em um processo de tentativa e reflexão, avaliação e nova tentativa, elas são incorporadas ao repertório de respostas mais espontâneas. Em suma, nada é espontâneo, natural ou automático, se não for praticado em interações que respondem de forma a legitimar tal enunciado, a ponto de sua expressão ocorrer sem intenção. Na prática, o cliente passa a experimentar, tanto na imaginação quanto nas interações ao vivo, reflexões para um processo mais qualitativo de construção da sua forma de ser com outrem (Lenzi, B. 2020).

Nossas perguntas conversacionais podem ser entendidas como a sutileza que mais diferencia a nossa prática de outras abordagens, inclusive sócio construcionistas. Temos desenvolvido a participação colaborativa e dialógica, não intervencionista, estando conscientes dos riscos citados anteriormente e comprometidos em estar com a conscientização dos clientes desde suas realidades relacionais, principalmente motivados pela crítica a práticas alienadoras do agenciamento das pessoas sobre sua criatividade para atividades transformadoras, ou revolucionárias. Fazemos referência à Bava (2023), e levando em conta uma posição de não-saber, quando nos esforçamos para acolher o desconforto da incerteza como uma ação política de resistência à performance de especialista como demonstração de conhecimento. Dito de outro modo, não nos colocamos como oposição, mas como orientação ao relacionamento e às transformações que surgem do processo dialógico, uma orientação à incerteza.

Sessão única

Começamos nossos estudos de sessão única, uma vez que percebemos que muitos dos nossos clientes não voltavam após o primeiro encontro para seguir o processo. Em outros casos, como em atendimentos de grupo, dispúnhamos de encontros com pessoas diferentes a cada sessão, o que nos convidava a estruturar cada conversa de forma a não necessitar de continuidade no próximo encontro, entendendo que muitas práticas grupais e comunitárias se caracterizam como atendimento de sessão única, como desenvolvido no trabalho de Lenzi e Demarco (2022). Identificamos com a pesquisa de Bobele, López, Scamardo e Solórzano (2008) que trouxe números significativos de clientes que não retornaram à terapia após a primeira sessão, porém, estes mesmos clientes relataram satisfação com um único encontro.

Em sua revisão de literatura sobre as sessões únicas, Bloom (2001) encontrou evidências sobre os resultados em terapia estarem associados ao início dos processos, com diminuição dos resultados ao longo de períodos maiores de atendimento. Praticantes da terapia breve têm feito uso desses dados para acompanhamentos

espaçados e breves para situações específicas que se apresentam aos clientes, propondo, dessa forma, a reflexão da experiência de processos curtos e múltiplos entre terapeuta e cliente sobre essas situações.

Selecionamos alguns conceitos de terapia de sessão única que se aproximaram e expandiram a nossa prática. A oferta inicial é de uma sessão empenhada na necessidade do usuário e na efetividade do primeiro encontro. De acesso rápido para aproveitamento da motivação do cliente, é realizada de forma a ser autocontida, focando no tema trazido no encontro, ou seja, o terapeuta responde de maneira a não criar necessidade de continuidade. Simultaneamente, outros encontros podem vir a acontecer conforme demanda e possibilidade do cliente, ainda que não caracterize um processo contínuo de terapia (Bloom, 2001; Bobele et al, 2008; Slive, McElheran e Lawson, 2008).

O terapeuta precisa renunciar às estruturas convencionais de atendimento e ser sensível à expressão do cliente, enquanto escolhe suas perguntas com cuidado para investigar a situação vivida no presente. Engajar-se em processos diagnósticos, históricos e inconscientes atrasam o processo. Os autores propõem a aceitação da descrição do cliente e o interesse em entender os aspectos interacionais do cotidiano para a manifestação do problema e da criatividade para fortalecer recursos já disponíveis aos próprios clientes (Bloom, 2001; Slive et al, 2008).

O foco da conversa precisa ser negociado. O contexto da sessão única demanda, do terapeuta, uma posição responsiva que apresenta o espaço disponível e define o conteúdo com o cliente para que ele possa falar do que é mais importante para aquela sessão, e o apresente ilustrando sua participação, os outros envolvidos e o contexto em que estavam interagindo (Bloom, 2001). O cliente vai guiar o terapeuta, mas o terapeuta precisa facilitar a definição daquilo que o cliente quer com a terapia, para perseguir este objetivo (Slive et al, 2008).

Vilela e Souza *et al.* (2020) oferecem algumas perguntas, a partir de sua prática, que facilitam o momento da negociação. Eles evidenciam o limite de tempo e solicitam a escolha de um dilema ou angústia que a pessoa sente que pode falar em uma sessão, o que pode ser desafiador para um cliente que vive múltiplas dores. Os autores explicam a importância da escolha do tema, mas também deixam aberta a sua checagem durante a conversa para seleção daquilo que é mais importante para o dia. Em seguida, os autores relatam seu interesse em saber do cliente o que ele imagina como um resultado útil e possível para aquele encontro, traçando um direcionamento para a conversa.

Fica evidente a importância deste momento da sessão única, quando os autores compartilham *feedbacks* dos clientes sobre o sentimento de organização de tudo o que estavam vivendo e a capacidade de identificar os primeiros passos que poderiam dar em direção à mudança (Vilela e Souza *et al.*, 2020). Este retorno faz referência às reflexões de Andersen (2019) sobre o poder transformador da escuta que o cliente faz de si mesmo em uma sessão de terapia, com um interlocutor interessado em conhecer e aprender sobre a realidade que o cliente vive em toda a sua complexidade.

Mesmo com o limite de tempo, os autores são unânimes na afirmação de que o cliente precisa do espaço para a descrição detalhada do problema, que deve ser enriquecida através das perguntas do profissional. Bobele *et al.* (2008) destacam a busca por entendimento e uso da linguagem do cliente, as informações de dentro do que foi dito, para promover as potencialidades e a criatividade para experimentos no cotidiano. Os autores investigam o futuro imaginário e os participantes que estão comprometidos com a mudança.

Vilela e Souza *et al.* (2020) concordam com a investigação pela linguagem local dos nomes que a pessoa dá para os seus dilemas, inclusive aproveitando as metáforas apresentadas no relato para expandir o entendimento do que é falado. Também buscam caracterizar o relacionamento dos envolvidos com o problema, atentos às formas como a pessoa, os outros participantes e até os discursos macro sociais influenciam este relacionamento. Essa sensibilidade desenvolve uma terapia que serve ao cliente, desconstruindo influências normatizadoras com suas perguntas curiosas pela origem das crenças, uma curiosidade relacionada à reflexão do cliente quanto à utilidade de um discurso normativo no seu cotidiano.

Sobre as perguntas feitas por estes autores, Telma Lenzi (2020) reflete sua própria prática com sessões únicas:

Escolho destacar a atenção que o terapeuta precisa ter com as etapas para máximo aproveitamento do tempo com o cliente. Em processos em que temos a expectativa de encontros posteriores, podemos deixar o cliente se organizar com tempo, utilizando uma sessão inteira para falar de problemas e angústias diversas, mas, na sessão única, temos uma responsabilidade de resposta, o foco da conversa precisa ser negociado. Isso demanda do terapeuta uma posição responsiva que apresenta o espaço disponível e define o conteúdo com o cliente para que ele possa falar do que é mais importante para aquela sessão (Bloom, 2001). A importância dessa etapa é evidenciada quando os autores relatam o *feedback* da cliente para 'o fato de auxiliarmos na organização de tudo o que ela está vivendo, no sentido de desemaranhar esses problemas, já foi algo importante para auxiliá-la a identificar quais seriam os primeiros passos' (Souza et al, 2020, p. 15) (Lenzi, T. 2020, p. 110, grifos da autora).

Slive *et al.* (2008) investigam o presente ao perguntarem os motivos da busca de terapia naquele momento da vida. Os autores trabalham a responsabilidade do terapeuta com pedidos de avaliação pelo cliente para melhor atenderem sua expectativa, buscando se inspirar em relacionamentos significativos dos clientes, que ajudaram ou atrapalharam, para facilitar a interação. Além disso, oferecem recomendações a partir daquilo que é expresso na sessão.

Estes autores discorrem sobre a finalização da sessão ser um momento para reforçar aquilo que foi desenvolvido durante a conversa, gerando compromisso do cliente com aquilo que ele define como útil da sessão. É uma oportunidade de verificações finais sobre as expectativas para a sessão única e também para os profissionais compartilharem aquilo que entenderam como recursos dos envolvidos que podem gerar mais reflexões e resultados no cotidiano (Bloom, 2001; Bobele et al, 2008; Slive et al, 2008; Vilela e Souza et al, 2020).

TERAPIA COLABORATIVA DIALÓGICA DE SESSÃO ÚNICA

A partir desses conhecimentos e da avaliação dos usuários, desenvolvemos uma estrutura para facilitação do diálogo em sessão única semelhante ao que Mahrer e Roberge (1993) propõem. Iniciamos com uma apresentação do espaço pelo terapeuta, que pede que o cliente pense no que é mais importante para aquela breve conversa e que apresente esse conteúdo situado em uma interação marcante, um episódio. Explicamos que é importante, para nós, sabermos como ele participa,

quem mais está envolvido e onde se passou essa história. Também estimulamos que o cliente se expresse livremente, sem interrupção, mas que se estiver curioso para ouvir o terapeuta, que faça uma pausa e peça por nossa participação oral.

A segunda etapa é a escuta interessada em aprender através da livre expressão do cliente. Buscamos não interromper, porém atentamos para o tempo, de forma que reste, ao final do encontro, um período suficiente para expor nossas curiosidades e reflexões. Fazemos referência a Andersen (2019) ao ouvir sem interromper, pois acreditamos que a interrupção é uma edição da identidade do cliente pelo terapeuta e comunica um poder avaliativo do outro, que buscamos afastar, ao assumirmos uma posição de confiança na expressão e na escuta de si pelo cliente.

Na terceira etapa, fazemos perguntas conversacionais exploratórias. Estas buscam aprender com o cliente sobre aquilo que ele vem falando. Evitamos perguntas que estão, metaforicamente, fora da conversa; ou ainda, que usem de teorias ou hipóteses do terapeuta, mas escapam, ou usam detalhes pouco importantes, da conversa presente. Perguntamos, para aprender como nosso cliente responde; como participam as outras pessoas; o que o entorno facilita ou dificulta; o que há nesse momento do presente de diferente de outros momentos; como ele imagina as próximas interações; quem mais pode participar etc. Nossas perguntas são objetivas e buscam expandir a descrição da situação através da reflexividade (Lenzi, B. 2020). Isso pode favorecer ideias criativas para experimentos interacionais futuros e posterior avaliação da utilidade de seus recursos.

A quarta etapa, já próxima do fim da sessão, é um espaço solicitado pelo terapeuta para trazer mais algumas perguntas — que pode não ter tido a oportunidade de fazer e ouvir a resposta — que fazemos para o cliente avaliar sua utilidade ou não para refletir, embora não tenhamos tempo para ouvir a resposta na sessão, visamos oferecer essas perguntas para o julgo do cliente após o atendimento. Também podemos trazer reflexões que nos ocorreram durante a escuta, sentimentos que tivemos e formas como saímos transformados pelo cliente. Nesse momento, procuramos falar na primeira pessoa, de como nós vivenciamos a escuta e fomos tocados por aquele momento específico, ou lembramos de uma experiência, num exercício de não sugestividade. Não sabemos se aquilo será ou não útil ao cliente, então oferecemos, de forma humilde e tentativa, enquanto reforçamos que apenas ele poderá dizer se aquilo lhe é relevante.

Na última etapa, solicitamos as palavras finais do cliente. Como o tempo da sessão deve estar prestes a acabar, pedimos que, objetivamente, o cliente compartilhe conosco se ouviu algo de si mesmo, ou do terapeuta, que o impressionou ou considerou útil. Além disso, perguntamos o que ele poderia nos dizer para encerrar o atendimento. Essa etapa não apenas é uma oportunidade para o cliente se comprometer verbalmente com o que foi relevante, mas também mais uma oportunidade de livre expressão, para fortalecer sua voz e saber.

TESTEMUNHOS DESDE A EXPERIÊNCIA DE UMA SESSÃO ÚNICA

A seguir compartilhamos testemunhos de clientes que vivenciaram a experiência de um atendimento de sessão única que usa das estruturas apresentadas anteriormente. Esses clientes têm sua identidade protegida e aceitaram participar com os textos oferecidos para esta produção. Os relatos foram solicitados a seis pessoas, todas mulheres, com idades entre 25 e 40 anos, com demandas diversas, algumas semanas após a sessão única. Dos relatos solicitados, foram selecionados três que

acreditamos ilustrar, de maneira didática, os momentos significativos da facilitação pelos terapeutas. Algumas alterações no texto se fizeram necessárias para proteger o sigilo e garantir a ética deste compartilhamento. Na sequência de cada testemunho serão apresentadas reflexões nossas quanto aos conceitos importantes, como relatados pelos clientes, para expansão das descrições de uma prática qualitativa deste formato.

Cliente 1

Eu achei que foi um golaço a abertura: você fez a proposta de estrutura (*check in*, desdobramento e encaminhamentos) e mostrou seu comprometimento/preocupação com a gestão do tempo. Para mim, serviu como um convite para selecionar as informações que eram mais importantes no momento, me ajudou a priorizar e a lembrar que são 60 minutos.

Sua escuta ativa permitiu que eu fosse falando e quando encerrei, você já tinha a lista com as perguntas de temas que te deram mais curiosidade. Quando você compartilhou comigo as possibilidades de temas ou subtemas a serem explorados, por mais que tenha declarado qual o tema que tenha mais te impactado, senti que eu poderia mudar o curso da conversa, se os outros temas tivessem me tocado mais. E saber quais foram os itens que mais te tocaram também me ajudou a ficar pensando neles após a sessão.

Uma coisa que foi muito legal foi você não ter demonstrado afobação. Parecia que estava consciente que tinha 60 minutos e estava focado em fazer o que era possível ser feito em 60 minutos, não tentou fazer duas sessões caberem em apenas uma. Isso fez eu me manter calma para aprofundar naquilo que era tema da sessão, ao invés de “fuçar”, tocar a superfície de vários pontos.

No final foi super relevante você compartilhar tudo o que viu e o que ainda poderia ser trabalhado e ter me deixado à vontade para decidir se seguiria no aprofundamento destes temas ou não. Vejo que existe uma certa semelhança com os atendimentos em grupo da ASSIM, vamos escolher um tema e trabalhar este tema com qualidade. Ao trabalhar este tema, outros temas vão sendo descobertos, vão sendo nomeados, mas não vão sendo aprofundados, pois não podemos deixar o primeiro tema de escanteio, ele pode virar pano de fundo, temporariamente, na sessão, mas ele não é preterido.

Neste primeiro caso, destacamos inicialmente a importância do investimento na qualidade da abertura da sessão, com a descrição clara das possibilidades de um atendimento de sessão única, com o objetivo de facilitar o direcionamento, pelo cliente, de sua responsabilidade para uma expressão legítima, garantindo seu amparo na relação terapêutica. Com isso, é possível abordar os conteúdos que o cliente tem vontade de expressar e ouvir inteiramente. O processo de se ouvir, de refletir e de escolher, pode ser um momento diferente da linguagem comum em uso, no cotidiano da pessoa. Pelo processo de sentir e dar palavras, descrições, àquilo que é nomeado como o mais importante, aspectos da vivência podem ser revelados, os quais possibilitem novas formas de relacionamento com o tema/problema. Isso acontece antes mesmo do início da sessão, quando a pessoa reflete sobre a busca pela terapia, por um profissional, por algo novo ou diferente.

Isto também foi um dado significativo no testemunho: enquanto ouvimos, não interrompemos o cliente; se necessário, podemos tomar uma nota rápida de uma palavra ou frase que gerou sentimentos próprios, ou no cliente, durante a escuta. Estes são momentos importantes, em que um cliente pode ouvir-se a si mesmo, enquanto se expressa, e se impressionar, emocionar, responder corporificadamente, aquilo que ele ouviu falar. Para esses momentos, reforçamos nossa atenção para o conjunto de outras palavras e relações que possam estar aglomeradas naquele momento. Com frequência muitos temas podem ocupar espaço de expressão na linguagem do cliente, divergindo do tema principal que foi citado anteriormente. Assim, quando nos é dada voz, podemos oferecer estes momentos que nos sensibilizaram, mas sempre colocando-os como ofertas para que o cliente exercite o agenciamento, ao escolher o caminho que sente ser mais importante para a continuidade da conversa. Todavia, para não gerar confusão, sentimos mais conforto em escolher uma pergunta alinhada com o objetivo do cliente, deixando outros momentos marcantes para a etapa final da sessão.

A experiência de gestar o tempo de uma sessão também aparece no testemunho. É importante que nós tenhamos responsabilidades diferentes para os espaços de tempos diferentes que o cliente nos oferece. Entregamos o espaço de voz e escutamos. Se chegarmos aos quinze minutos finais de uma sessão com bastante conteúdo, pedimos por uma finalização para que possa haver espaço para realizar as reflexões finais com qualidade e cumprir com o acordo da relação.

Finalmente, quando compartilhamos as palavras que vieram no aglomerado de expressões, mas que não eram as que nos faziam sentir mais vontade de expandir, fazemo-lo não como se fosse uma lista de tarefas, nem mesmo de forma organizada; muitas vezes apenas repetimos uma palavra ou frase — o que sentimos, seja uma tensão, medo, esperança —, propondo um questionamento sobre o tópico, mas sem deixar que o cliente responda, pedindo apenas que ele escute com seus filtros, em nome da qualidade do fechamento da sessão. Um aspecto importante das perguntas oferecidas: elas são construídas de forma a não convidarem a uma resposta pronta. Exemplos dessas perguntas poderiam ser: “você comentou sobre a relação com a sua mãe, como ela poderá responder diferentemente depois de hoje?”; “você disse ter encontrado novas palavras e ideias de como voltar para essa situação, como essas vão ganhar espaço na relação, outras ainda surgirão depois de praticar as reflexões que desenvolveu hoje?”; “durante a conversa você citou essa pessoa, sobre quem não tivemos a oportunidade de investigar mais, porém, as reflexões dos outros relacionamentos investigados podem participar daquele que teve menos espaço hoje?”. Em outras palavras, aproveitamos o que foi dito, que tocou os sentimentos de um ou de ambos, enquanto também aproveitamos os recursos que surgiram daquilo que recebeu mais espaço de expressão para encaminhar os futuros diálogos em direção ao auto agenciamento.

Cliente 2

Estava um pouco ansiosa dentro do carro. Parei no estacionamento de uma loja e esperei pelo momento. Lembro que, quando começou a sessão, eu falei bastante e, numa pausa, o terapeuta perguntou por onde iríamos caminhar, não com essas palavras, mas o convite era encontrarmos o caminho que iríamos percorrer. Qual ‘assunto/problema’ iríamos explorar nessa sessão. Isso me ajudou a organizar um pouco o que estava embaralhado internamente.

A palavra que me veio foi o medo. Precisava falar sobre essa palavra que estava me acompanhando de uma forma bem intensa por um tempo. Flagrei-me num processo interno de um medo gigante quando, no meio de uma pandemia, meu marido conseguiu um trabalho num estado distante de onde morávamos. Eu comecei a me imaginar sozinha com a minha filha e comecei quase que a paralisar de tanto medo. Eu não conseguia enxergar muita coisa na minha frente. Só me vinha uma pergunta: e se acontecer algo comigo? Quem cuidará da minha filha?

A partir daí foi se construindo um diálogo profundo sobre o tema. Através da minha narrativa e das perguntas feitas pelo terapeuta, fui reconhecendo e conhecendo o medo pela minha historicidade. Surgiram histórias da minha infância, histórias da relação com o meu pai, os medos dele. Falar sobre isso já foi um alento, adentrar nessas histórias fez eu olhar para a minha relação com a minha filha. Como será que ela me via? Muitas perguntas vieram a partir daí.

Lembro-me da curiosidade do terapeuta em conhecer um pouco mais: quem participava, de alguma forma, da minha vida? Como essas pessoas me viam? Se eu já tinha falado abertamente com alguma delas a esse respeito?

Isso foi muito significativo pra mim. A partir daí, fui me dando conta que, de fato, não estou sozinha. Tenho, sim, uma rede de apoio com quem contar. O fato de não ter a família por perto, não fazia com que eu não tivesse um apoio. Falar também em como eu achava que as pessoas me viam, me fez entrar em contato com uma visão de mim que dá conta. Corajosa. Fez eu entrar em contato com uma personagem interna, criança. Sempre fui uma criança muito corajosa! Isso era uma característica minha. Essa personagem estava quietinha por um bom tempo. Mas nesses tempos pandêmicos, entrar em contato com ela, me fez sair de um lugar cristalizado em que eu estava.

Quantos *insights* eu tive durante e, principalmente, depois da sessão. Várias fichas foram caindo durante os dias, semanas que se passaram a partir desse encontro. Lembro-me de ter saído com uma sensação muito boa. Consegui organizar meus pensamentos, sair do estado cristalizado que eu estava, ainda com muitos caminhos reflexivos pela frente. Enfim, foi uma única sessão, mas que reverbera em mim até hoje.

A cliente começa sua reflexão destacando a importância da definição do assunto, sobre o qual a sessão tratará, é um momento em que podemos participar com perguntas como: “enquanto me contava esses múltiplos e importantes temas, qual deles foi aquele que mais mexeu com seus sentimentos — ou seu corpo — que você gostaria de escolher como nosso foco para aproveitamento da sessão única?”. De outra forma, se o cliente reflete, mas não chega a uma conclusão, podemos oferecer gentilmente o tema que nos sensibilizou, para verificar se o cliente sente de maneira semelhante, ou se o ajuda a sentir de forma diferente. Essa oferta não é uma definição pelo terapeuta, ela deve funcionar mais como um convite para os sentimentos e expressões.

Ela também relata sobre a curiosidade do terapeuta, um exercício valioso para comunidade colaborativa dialógica. Recentemente, no congresso do ICCP, de 2021, foi dito, mais de uma vez e por mais de uma pessoa, que o diferencial de um terapeuta colaborativo dialógico está na sua habilidade de escutar. Escutar e ouvir

genuinamente, sem julgamento, sem pressa de responder. Escutar não apenas as palavras, mas escutar o tom. Escutar e ver, observar os movimentos dos corpos, da cliente e os nossos também. Escutar as vozes que não estão sendo oralizadas, mas que participam do jogo de sustentação da realidade que está sendo descrita.

Na sequência, a cliente expandiu sua descrição e afirmou ter chegado a perguntas que estava se fazendo enquanto falava de seus medos. Acreditamos que as perguntas que o cliente já está se fazendo têm grande valor para nossa investigação da linguagem. Muitas vezes elas estão sendo expressas pela primeira vez, ou têm um tom de encerramento da expressão, ou seja, após uma pergunta a si mesmo, o cliente faz uma pausa. Esse tipo de pausa, já bem explorado por Andersen (2019), pode ser aproveitado por nós no sentido de considerarmos com seriedade a pergunta feita, repetí-la e convidarmos o cliente a dar início à construção de respostas possíveis para suas perguntas. No caso, poderia ser perguntado: “e se acontecesse algo com você? Quem cuidaria da sua filha realmente?”. A pergunta que a cliente se fez, ouvida com interesse, levou-nos para uma investigação complexa das experiências de parentalidade e cuidado, reforçando nossa percepção de que o cliente sente e expressa aquilo que é o mais importante para se continuar conversa. O cliente precisa apenas de um parceiro interessado em instigar que se expresse, de formas desafiadoras, sem medo de, metaforicamente, entrarem nas memórias de dor ou nas imaginações de cenários amedrontadores. O papel de parceiros corajosos faz parte do nosso treinamento, de olharmos para as nossas dores e medos de forma a não respondermos com uma espontaneidade de fuga, mas de curiosidade e confiança na relação e na criatividade para superação.

A cliente relata ter recebido perguntas sociais, ou seja, perguntas que fazemos quando outros participantes aparecem no relato, sobre os quais podemos saber mais pelo cliente. Essas perguntas que demonstram interesse nos relacionamentos podem expressar aspectos diferentes de como o *self* relacional é manifesto em diferentes interações. Cada relação apresenta espontaneidade corporificada nas respostas dos envolvidos. Podemos estar curiosos sobre como um recurso aparece, ou não, com uma pessoa ou um contexto. Assim como podemos aprender sobre como os medos aparecem em alguns lugares, com algumas pessoas, mas não em outros. Esses aspectos de semelhança e de distinção, caracterizam o enriquecimento da descrição e da expansão da linguagem, momentos de potencial criativo para experimentação em situações desafiadoras e recorrentes (Lenzi, B. 2020).

A cliente conclui o relato com um aspecto valioso da sessão única, a continuidade do processo, da conversação, nos diálogos privados e em outros relacionamentos da pessoa. Nossa conclusão dos atendimentos com as perguntas que não foram feitas, visam, justamente, motivar a cliente a continuar se investigando, convidando novos parceiros para o diálogo e continuar se desafiando a ampliar sua linguagem e identidade.

Cliente 3

A sessão única para mim foi avassaladora. Em 60 minutos exploramos lugares profundos dos questionamentos que estavam me cercando a algum tempo, e que eu não estava conseguindo elaborar de maneira mais concreta sozinha, ou até mesmo na minha terapia. O olhar da terapeuta foi bem pontual, senti sua presença em todos os momentos e sua curiosidade para a abertura do diálogo.

Minha questão a ser abordada estava em volta das dificuldades de me relacionar com minha companheira, por não me sentir livre pra ser quem eu sou, ou não conseguir explorar meus desejos de forma genuína diante das nossas dificuldades de comunicação. Passamos pelo lugar de como seria possível encontrar um acordo relacional para que eu pudesse focar mais em mim e que se criasse um espaço de acompanhamento desse meu momento de exploração e mais espaços para minhas outras relações.

Exploramos um lugar de contato comigo mesma e com minha vontade de ser autêntica diante das minhas relações. E cada reflexão e pergunta me fizeram abrir muitas caixinhas de possibilidades dentro das minhas perspectivas. Eu já me via sem uma saída real para o que eu estava passando. Um lugar de muita falta de criatividade.

Até que chegamos numa reflexão sobre como eu poderia ser responsável pelos meus próprios desejos e encarar uma maneira para validar minha própria maneira de viver. Sem ser extremista ao ponto do tudo ou nada, mas permeando um lugar de flexibilidade diante da relação, sem me perder de mim. O outro precisa aprender a lidar com as minhas decisões.

Terminamos a sessão refletindo em como seria criar o amanhã? Porque eu sozinha já não conseguia mais enxergar o futuro, planejar o amanhã, só envolvida nas dificuldades relacionais. No fim da sessão eu me senti muito leve, por ter explorado um espaço interno que estava escondido. Saí encorajada diante das nossas reflexões, ao explorar minhas vontades e fortalecer meus desejos genuínos sem estar estagnada na opinião de outra pessoa. Depois da nossa sessão uma grande revolução aconteceu na minha vida, me deu uma coragem profunda de ser eu. O olhar atento e a escuta ativa abriram um grande repertório para a exploração do assunto que eu trouxe, e as reflexões sobre autenticidade de cada um me abriu um grande leque de visão.

Ao início do seu relato, a cliente referencia a curiosidade e abertura da terapeuta para o diálogo, o que parece ter lhe auxiliado a elaborar, em suas próprias palavras, alguns pensamentos que vinha tendo de maneira que lhe parecia mais concreta. Quando fazemos perguntas, estamos procurando aprender o que o cliente está nos trazendo. Ao fazê-lo, o próprio cliente escuta e reflete, bem como acrescenta, organiza, ou alcança, através das suas enunciações, outros pensamentos ou entendimentos sobre o assunto trazido, podendo, através destas mesmas perguntas, percorrer lugares até então inexplorados. Essa tramitação é possível primeiramente, através das trocas linguísticas que realizamos em terapia.

A partir das perguntas, chegamos ao aspecto relacional do problema trazido pela cliente, quando ela relata dificuldades sentidas no relacionamento e como isso estava diretamente conectado ao sentimento de falta de liberdade. Nesse momento, procuramos entender um pouco mais sobre quem são as pessoas importantes na vida da cliente, quais relacionamentos têm mais relevância e participação, e como eles interagem com a situação problema; e mais à frente, como essas interações impactam a própria responsividade da cliente, a qual é trazida como fonte de insatisfação.

A busca da cliente pelo que chama de vontade de autenticidade, é, em nosso entendimento, uma busca por uma responsividade diferente da que performa no relacionamento atual, resposta essa que buscamos compreender mais. A investigação da vontade se refere à nossa curiosidade pela espontaneidade e pelas formas

de interação que legitimam algumas respostas e reprimem outras. Ao perguntar sobre como ela imagina que seria uma versão mais autêntica de si, por exemplo, ou ao explorarmos diferentes relacionamentos ou entornos nos quais a cliente sinta que expressa autenticidade, estamos procurando fazer uso da imaginação e reflexão para alcançar algo que está próximo de nós, mas que é sutilmente novo ou diferente do que já possuímos, uma criação emergente e inerente à fluidez do diálogo.

Com base em uma reflexão autoral da cliente, ela conseguiu perceber que o relacionamento consigo mesma e a responsabilidade sobre os próprios desejos e respostas também lhe tinham importância e necessidade de validação, e, a partir disso, pensamos em maneiras novas de responder, e *estar com*, no relacionamento em que se encontrava.

Finalizamos com as reflexões que partem do convite da terapeuta pelo futuro. Mesmo sabendo que não haverá uma próxima sessão, existe a curiosidade em relação àquilo que os clientes imaginam que pode resultar do que foi conversado, podendo ganhar espaço de espontaneidade nas futuras interações que forem investigadas. Isso é evidenciado pelo relato das transformações experienciadas após a sessão, comunicando o potencial do *poder com*, construído em uma conversa de sessão única orientada pelas sensibilidades filosóficas das práticas colaborativas dialógicas.

PENSAMENTOS FINAIS

Desde o ano de 2018, tivemos a oportunidade de oferecer diversos atendimentos de sessão única através de nossa participação como terapeutas colaborativos dialógicos na organização sem fins lucrativos que citamos anteriormente. Na época, a autora deste artigo vivia um momento de transição teórica em sua prática como terapeuta, passando de um modelo de psicoterapia de orientação analítica para um paradigma de pensamento pós-moderno. Para alguém que estava tão acostumada com a ideia de que processos terapêuticos demandam uma grande disposição de tempo, imaginar atender uma pessoa uma única vez provocava sentimentos de medo e de insegurança a respeito das limitações desse formato de atendimento. No entanto, estar trabalhando dentro de um projeto social contextualizou este formato de conversa de uma maneira que possibilitou novos significados.

Para a construção deste formato de atendimento, buscamos participar como facilitadores do diálogo, perguntando sobre o que é mais importante — ou urgente — para o cliente naquele dia e no momento do nosso encontro. Nesse tipo de encontro, entendemos que nosso papel envolve facilitar uma estrutura conversacional, que permite ao cliente trazer sua expressão livremente, enquanto também contribuimos para estruturar a direção que estamos seguindo, conforme o tempo que temos juntos neste encontro. Orientamos nossas perguntas de maneira a verificar e estar alinhados com o que mais se destaca para o cliente, tomando o cuidado de selecionar nossa curiosidade, de forma a não fazer muitas perguntas de conteúdo, que possam nos distrair da questão principal. Percebemos que este tipo de encontro permitiu que o foco e os pensamentos estivessem muito mais próximos da fala do cliente no momento presente. Não tendo histórico de conteúdo de sessões prévias, nas quais buscar referências, nem a possibilidade de nos projetar para futuras conversas que teríamos em outros momentos, nossa atenção se concentra toda naquele momento único, toda a matéria prima com a qual poderíamos trabalhar já estava ali. Podemos nos impressionar com quantas palavras e perguntas cabem dentro de sessenta minutos, quantas reflexões podem surgir destes encontros aparentemente

pequenos, pelo menos a princípio. A situação singular na qual nos encontramos com os clientes tornava estes momentos de conversa extremamente preciosos para ambos, visivelmente investidos e focados em fazer bom uso do tempo que tínhamos juntos.

Talvez a maior aprendizagem com estas experiências foi que, embora tempo e frequência definitivamente façam um processo terapêutico acontecer, estes não são fatores determinantes da qualidade de um momento conversacional, já que pudemos observar momentos terapêuticos, transformativos e generativos de significado em diversos encontros com nossos clientes de sessão única.

REFERÊNCIAS

- Andersen, T.** (2019). Participação humana: “ser” humano é o primeiro passo para “tornar-se” humano. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 28(65), 7–18. Recuperado de <https://revistanps.com.br/nps/article/view/534>
- Anderson, H.** (2007). The heart and spirit of collaborative therapy: the philosophical stance - “a way of being” in relationship and conversation. In H. Anderson & H. Gehart (Eds.), *Collaborative Therapy: Relationships And Conversations That Make a Difference* (pp. 43-59) London: Routledge.
- Anderson, H.** (2009). *Conversação, linguagem e possibilidades: um enfoque pós-moderno da terapia*. São Paulo: Roca.
- Anderson, H.** (2023). Expressions of the Philosophical Stance: Creating a Relational and Dialogic Space and Process for Generativity. In H. Anderson & D. R. Gehart (Eds.), *Collaborative-Dialogic Practice: Relationships and Conversations that make a Difference Across Contexts and Cultures* (pp. 19-35). New York: Routledge.
- Bava, S.** (2023). A relationally Responsive World: The Politics of Collaborative-Dialogic Practices. In H. Anderson & D. R. Gehart (Eds.), *Collaborative-Dialogic Practice: Relationships and Conversations that make a Difference Across Contexts and Cultures* (pp. 37-53). New York: Routledge.
- Bloom, B. L.** (2001). Focused single-session psychotherapy: a review of the clinical and research literature. *Brief therapy and crisis interventions*. 1:1, summer. pp. 75-86.
- Bobele, M. López, S. S. G. Scamardo, M. Solórzano, B.** (2008). Single-session/walk-in therapy with mexican-american clients. *Journal of Systemic Therapies*. Vol. 27, n. 4. pp. 75-89.
- Hoffman, L.** (2007). The Art of “Witness”: A New Bright Edge. In H. Anderson & H. Gehart (Eds.), *Collaborative Therapy: Relationships And Conversations That Make a Difference* (pp. 63-79) London: Routledge.
- Lenzi, Bruno.** (2020). Responsividade Reflexiva: um conceito para meios criativos de transformação em práticas colaborativas-dialógicas. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 29(66), 22-35. <https://dx.doi.org/10.38034/nps.v29i66.503>
- Lenzi, B., & Demarco, B.** (2022). Terapia colaborativa da comunidade: diálogo transformador com grupos em espaço virtual. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 31(73), 41–56. <https://doi.org/10.38034/nps.v31i73.650>
- Lenzi, Telma. P.** (2021). Recursos da terapia narrativa de sessão única em tempos de pandemia e isolamento social. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 29(68), 109–111. *Ecos*. Recuperado de <https://www.revistanps.com.br/nps/article/view/637>

- Mahrer, A. R., & Roberge, M.** (1993). Single-session experiential therapy with any person whatsoever. In A. R., Mahrer & M, Roberge. *Casebook of the brief psychotherapies* (pp. 179-196). Boston, MA: Springer US.
- Marcelino, D. B.** (2020). Pandemia tsunami: análise simbólica e alquímica no Serviço de Psicologia em UBS. *Cadernos de PsicologiaS*, 1. Recuperado de <https://cadernos-depsicologias.crppr.org.br/pandemia-tsunami-analisesimbolica-e-alquimica-no-servico-de-psicologia-em-ubs>.
- Miller, J. K., & Slive, A.** (2004). Breaking down the barriers to clinical service delivery: Walk-in family therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30(1), 95-103. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2004.tb01225.x>
- Shotter, J.** (2012). *Wittgenstein, in practice: His philosophy of beginnings, and beginnings, and beginnings*. Chagrin Falls, Ohio. Taos Institute publications.
- Shotter, J.** (2017). Realidades Terapêuticas e o Diálogo: corpo, sentimentos, linguagem e mundo. In M. Grandesso (Ed.), *Práticas Colaborativas e Dialógicas em Distintos Contextos e Populações: um diálogo entre teoria e práticas* (pp. 143 - 166). Curitiba: CRV.
- Silva, L. P., & Vandenberghe, L.** (2009). Comunicação versus resolução de problemas numa sessão única de terapia comportamental de casal. *Revista Brasileira De Terapia Comportamental E Cognitiva*, 11(1), 43-60. <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v11i1.383>
- Slive, A. McElheran, N. Lawson, A.** (2008). How brief does it get? Walk-in single session therapy. *Journal of Systemic Therapies*. Vol. 27, n. 4. pp. 5-22.
- Vilela e Souza, L., Martins Lion, C., Trombini Vidotto, L., & Moscheta, M.** (2020). Recursos da terapia narrativa de sessão única em tempos de pandemia e isolamento social. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 29(67), 7-22. <https://doi.org/10.38034/nps.v29i67.571>

BRUNO LENZI

Instituto Movimento, associado honorário aos Taos Institute. Florianópolis/SC, Brasil.
<https://orcid.org/0000-0002-1024-4004>

EVELIZE DALLA COSTA

Instituto Movimento. Tem experiência na área de Psicologia, com ênfase em Tratamento e Prevenção Psicológica. Florianópolis/SC, Brasil.
<https://orcid.org/0009-0004-2434-9300>