

## O PAPEL DA ESCUTA ATIVA NO PROCESSO TERAPÊUTICO: REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

### THE ROLE OF ACTIVE LISTENING IN THE THERAPEUTIC PROCESS: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

### EL PAPEL DE LA ESCUCHA ACTIVA EN EL PROCESO TERAPÉUTICO: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA DE LA LITERATURA



10.56238/MultiCientifica-047

**Evaldo Batista Mariano Júnior**

Mestre em Educação

Instituição: Universidade de Uberaba (UNIUBE), Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG)

E-mail: ebmpsi@yahoo.com.br

#### RESUMO

Este estudo de revisão sistemática analisa o papel da escuta ativa no processo terapêutico, diante da problemática centrada na sua aplicação e eficácia como componente essencial da relação entre terapeuta e paciente. O objetivo geral consiste em investigar de que maneira a escuta ativa contribui para a aliança terapêutica, o engajamento do paciente e os resultados clínicos alcançados. A metodologia adotada envolveu pesquisa sistemática em bases de dados científicas dos últimos dez anos, utilizando descritores relacionados à escuta ativa, comunicação terapêutica e aliança terapêutica, com seleção criteriosa de estudos empíricos e teóricos, extração e análise qualitativa dos dados, segundo o método de revisão integrativa. Os resultados evidenciaram que a escuta ativa favorece a percepção de acolhimento e compreensão por parte do paciente, fortalece o vínculo terapêutico e está associada a melhores desfechos de adesão, satisfação e bem-estar emocional. Contudo, identificaram-se desafios como a sobrecarga emocional do terapeuta e a necessidade de treinamento contínuo para o manejo adequado das demandas emocionais envolvidas. Conclui-se que a escuta ativa constitui elemento indispensável do processo terapêutico, funcionando como mediadora da confiança e promotora da mudança comportamental e emocional, sendo recomendada a ampliação de estudos empíricos que quantifiquem seus efeitos e a implementação de formações específicas para profissionais da saúde mental.

**Palavras-chave:** Escuta Ativa. Aliança Terapêutica. Comunicação Terapêutica. Engajamento do Paciente. Bem-Estar Emocional.

#### ABSTRACT

This systematic review study analyzes the role of active listening in the therapeutic process, focusing on the challenges of its application and effectiveness as an essential component of the therapist-patient relationship. The overall objective is to investigate how active listening contributes to the therapeutic alliance, patient engagement, and clinical outcomes. The methodology involved a systematic search of scientific databases from the last ten years, using descriptors related to active listening, therapeutic communication, and therapeutic alliance, with careful selection of empirical and theoretical studies, extraction and qualitative analysis of data, according to the integrative review method. The results



showed that active listening fosters a sense of acceptance and understanding on the part of the patient, strengthens the therapeutic bond, and is associated with better outcomes in terms of adherence, satisfaction, and emotional well-being. However, challenges were identified, such as the therapist's emotional overload and the need for continuous training for the proper management of the emotional demands involved. It is concluded that active listening is an indispensable element of the therapeutic process, functioning as a mediator of trust and a promoter of behavioral and emotional change. Further empirical studies quantifying its effects and the implementation of specific training for mental health professionals are recommended.

**Keywords:** Active Listening. Therapeutic Alliance. Therapeutic Communication. Patient Engagement. Emotional Well-Being.

### **RESUMEN**

Este estudio de revisión sistemática analiza el papel de la escucha activa en el proceso terapéutico, centrándose en los desafíos de su aplicación y eficacia como componente esencial de la relación terapeuta-paciente. El objetivo general es investigar cómo la escucha activa contribuye a la alianza terapéutica, la implicación del paciente y los resultados clínicos. La metodología implicó una búsqueda sistemática en bases de datos científicas de los últimos diez años, utilizando descriptores relacionados con la escucha activa, la comunicación terapéutica y la alianza terapéutica, con una cuidadosa selección de estudios empíricos y teóricos, y la extracción y el análisis cualitativo de los datos, según el método de revisión integrativa. Los resultados mostraron que la escucha activa fomenta la aceptación y la comprensión del paciente, fortalece el vínculo terapéutico y se asocia con mejores resultados en términos de adherencia, satisfacción y bienestar emocional. Sin embargo, se identificaron desafíos, como la sobrecarga emocional del terapeuta y la necesidad de formación continua para la gestión adecuada de las demandas emocionales. Se concluye que la escucha activa es un elemento indispensable del proceso terapéutico, actuando como mediador de la confianza y promotor del cambio conductual y emocional. Se recomienda realizar más estudios empíricos que cuantifiquen sus efectos y la implementación de formación específica para profesionales de la salud mental.

**Palabras clave:** Escucha Activa. Alianza Terapéutica. Comunicación Terapéutica. Participación del Paciente. Bienestar Emocional.



## 1 INTRODUÇÃO

No campo das práticas psicoterapêuticas contemporâneas, a escuta ativa se consolida como um dos pilares fundamentais da comunicação terapêutica, assumindo papel decisivo na construção de vínculos, na consolidação da confiança e na efetividade das intervenções psicológicas. Desde as formulações de Carl Rogers, que inauguraram uma abordagem centrada na pessoa, a escuta passou a ser compreendida não apenas como ato de ouvir, mas como processo relacional que envolve empatia, compreensão e resposta genuína ao outro. Em um cenário clínico marcado por complexas demandas emocionais e sociais, o terapeuta que domina a escuta ativa estabelece uma relação dialógica capaz de promover a expressão autêntica do paciente e de facilitar o autoconhecimento, a reestruturação cognitiva e o amadurecimento emocional.

No entanto, apesar do consenso teórico sobre sua importância, observa-se uma lacuna entre o discurso e a prática: muitos profissionais afirmam valorizar a escuta ativa, mas poucos a aplicam de forma sistemática, consciente e metodologicamente sustentada. Tal discrepância suscita a problemática central deste estudo: de que maneira a escuta ativa influencia o processo terapêutico, quais dimensões dessa prática se mostram mais eficazes e quais variáveis podem interferir em sua aplicação? A partir dessa problematização, formula-se a seguinte pergunta norteadora: **como a escuta ativa contribui para a qualidade da relação terapêutica, o engajamento do paciente e os resultados clínicos, considerando os fatores que potencializam ou limitam sua eficácia?**

O objetivo geral deste estudo consiste em investigar a contribuição da escuta ativa no processo terapêutico, com foco em seus efeitos sobre a aliança terapêutica e o engajamento do paciente. Como objetivos específicos, pretende-se: (a) mapear como a escuta ativa tem sido conceituada e operacionalizada nas abordagens terapêuticas contemporâneas; (b) identificar evidências empíricas que relacionem a escuta ativa à construção da aliança terapêutica e aos resultados do tratamento; (c) examinar fatores contextuais e emocionais que modulam a eficácia dessa prática, incluindo o papel do terapeuta e as características dos pacientes; e (d) discutir as implicações da escuta ativa para a formação profissional e para o aprimoramento da prática clínica.

Parte-se da hipótese de que a escuta ativa está positivamente associada à qualidade da aliança terapêutica e aos resultados terapêuticos, sendo mediada pela percepção de empatia e compreensão experimentada pelo paciente. Pressupõe-se, ainda, que fatores como o estilo comunicacional do terapeuta, a intensidade emocional do contexto clínico e a sobrecarga laboral podem interferir na eficácia dessa escuta, tornando necessário o desenvolvimento de competências autorregulatórias e supervisões clínicas contínuas.

A justificativa deste estudo fundamenta-se na necessidade de consolidar a escuta ativa como prática científica e mensurável, uma vez que, embora amplamente mencionada em manuais e teorias psicoterapêuticas, ainda carece de sistematização metodológica que permita avaliar seus reais impactos



clínicos. Em tempos de crescente demanda por atendimento psicológico e de valorização da saúde mental como bem social, torna-se essencial compreender de forma rigorosa as estratégias comunicacionais que sustentam o vínculo entre terapeuta e paciente. Assim, a escuta ativa deve ser entendida não apenas como técnica, mas como processo relacional que envolve competência emocional, atenção plena e ética profissional.

A relevância deste estudo é tanto teórica quanto prática. Do ponto de vista teórico, contribui para a ampliação da literatura científica sobre comunicação terapêutica e para a integração entre as abordagens humanistas e contemporâneas da psicoterapia. Sob a perspectiva prática, fornece subsídios para a formação e supervisão de terapeutas, destacando a escuta ativa como ferramenta estratégica de intervenção. Além disso, oferece reflexões sobre os riscos da desatenção empática e do esgotamento emocional, fenômenos que ameaçam a qualidade do atendimento e o bem-estar do profissional. Em síntese, ao propor uma revisão sistemática da literatura sobre o tema, este estudo busca compreender de modo abrangente, crítico e fundamentado o papel da escuta ativa como elemento estruturante do processo terapêutico e como expressão concreta do compromisso ético e humano da psicologia com a escuta do outro.

## 2 METODOLOGIA

Este estudo adotou o delineamento de revisão sistemática da literatura, por considerar-se adequado para responder à questão de investigação sobre o papel da escuta ativa no processo terapêutico, uma vez que esta modalidade de pesquisa busca reunir, de forma rigorosa e transparente, os achados existentes acerca de um fenômeno bem delimitado (Galvão & Ricarte, 2019, p. 57). Conforme Gil (2002, p. 74) “a revisão sistemática é um tipo de investigação científica que se propõe a responder a uma pergunta específica e adota métodos explícitos e sistemáticos para identificar, selecionar, avaliar criticamente e analisar os dados dos estudos incluídos”.

Inicialmente, procedeu-se à delimitação da pergunta de investigação: de que modo e em que condições a escuta ativa contribui para a aliança terapêutica, o engajamento do paciente e os desfechos terapêuticos? Em seguida, definiu-se o protocolo de pesquisa, contemplando: bases de dados (por exemplo, SciELO, BVS, periódicos nacionais e internacionais na área da psicoterapia e comunicação terapêutica), os descritores (por exemplo “escuta ativa”, “alistner active”, “therapeutic alliance”, “active listening psychotherapy”), o período de publicação (últimos dez anos) e os critérios de inclusão e exclusão (incluir estudos empíricos ou de revisão, em português ou inglês; excluir documentos sem revisão por pares ou que não abordem escuta ativa como variável principal). Esta etapa atendeu à exigência de transparência e reprodutibilidade de revisões sistemáticas, conforme indicado por Lima, Soares & Bacaltchuk (2000, citado em Botelho et al., 2011).



A seleção dos estudos seguiu três fases: triagem inicial por título e resumo, leitura integral dos artigos elegíveis, e extração de dados nos artigos selecionados. Dois pesquisadores independentes realizaram a triagem e, em caso de divergência, adotou-se consenso ou um terceiro avaliador. Em cada artigo foram extraídos elementos como autor, ano, país, população, intervenção ou aspecto da escuta ativa, instrumentos de avaliação, principais achados e limitações. A extração garantiu uniformidade e permitiu síntese posterior.

Para a análise, utilizou-se estratégia de síntese qualitativa, organizando os achados em temas emergentes (por exemplo, operacionalização da escuta ativa, impacto na aliança terapêutica, fatores moderadores) e verificando a consistência entre os estudos, bem como identificando lacunas e vieses metodológicos. A escolha pela abordagem qualitativa decorreu da natureza heterogênea dos estudos (diferentes contextos clínicos, instrumentos, desfechos) o que inviabilizou meta-análise quantitativa padronizada. Tal procedimento segue recomendações de revisão sistemática quando a diversidade impede agregação estatística (Galvão & Ricarte, 2019, p. 62).

Por fim, buscou-se garantir a reprodutibilidade do estudo ao explicitar todas as etapas, documentar a seleção e exclusão de artigos e conduzir relatório em conformidade com práticas recomendadas de revisão sistemática (Sarmiento et al., 2024). Esse percurso metodológico justifica-se pela pertinência de compreender de modo aprofundado e crítico a escuta ativa como variável relevante no processo terapêutico, possibilitando contribuir para a prática clínica e formação de profissionais. Assim, o método revelou-se adequado ao problema de pesquisa, oferecendo estrutura clara para mapeamento e análise sistemática da evidência existente.

### **3 REFERENCIAL TEÓRICO**

No âmbito da comunicação terapêutica, a escuta ativa deve ser entendida como processo relacional que ultrapassa a simples recepção da fala do paciente e implica no acolhimento, na compreensão empática e na resposta adequada por parte do terapeuta; segundo Mesquita (2014, p. 5) a escuta ativa configura-se como “escuta integral ou atenta”, sendo mais do que ouvir, significando estar disponível para captar o significado do que é dito e para responder de forma qualificada. Adicionalmente, autores como Rogers e Farson, em suas formulações originais, situaram a escuta na base da aliança terapêutica e da mudança terapêutica, sendo a postura empática e congruente do terapeuta condição basal para a efetividade do vínculo terapêutico.

A teoria da aliança terapêutica, por sua vez, sustenta que a qualidade desse vínculo entre terapeuta e paciente é um dos melhores indicadores de êxito no processo terapêutico; conforme Maia (2017, p. 10) a aliança terapêutica “abrevia o caminho para a confiança, o engajamento e a adesão do paciente”. Indiretamente, segundo Martins (2018), a empatia terapêutica favorece o engajamento ativo do paciente no tratamento, o que converte-se em melhor adesão e resultados clínicos.



Inserida nesse contexto, a escuta ativa emerge como mecanismo facilitador da aliança ao promover percepções de compreensão e acolhimento por parte do paciente, o que reforça o vínculo e estimula a participação colaborativa; estudos recentes demonstraram que ambientes terapêuticos nos quais o paciente percebe que suas falas são ouvidas de modo genuíno e respondidas favorecem maior expressão emocional e aprofundamento da autoexploração, o que fortalece o processo de mudança.

Entretanto, convém ressaltar que a simples presença da escuta ativa não garante eficácia automática; a operacionalização da escuta depende de competências do terapeuta, contexto clínico, e da dinâmica dialógica estabelecida com o paciente. Conforme artigo sobre instrumentos de aliança terapêutica, “a escuta ativa, o envolvimento, o comprometimento mútuo, a resolução de problemas e o feedback estão entre os aspectos medidos” (Maia, 2017, p. 15). Indiretamente percebe-se que a escuta ativa interage com variáveis moderadoras como a carga emocional do terapeuta, o tipo de transtorno atendido e o ambiente institucional, o que exige uma abordagem crítica e contextualizada.

A comunicação terapêutica contemporânea, alinhada aos desenvolvimentos da psicoterapia on-line e híbrida, também amplia a reflexão sobre a escuta ativa, visto que o canal digital altera aspectos de contato, presença e feedback; de fato, a aliança terapêutica em ambiente on-line é reconhecida como válida, embora os estudos sejam ainda escassos (Miranda et al., 2023, p. 48). Esta constatação exige que se considere a escuta ativa não apenas como técnica estática, mas como prática adaptável que requer revisão e formação contínua.

Por fim, a relevância da escuta ativa no processo terapêutico pode ser compreendida à luz da neuropsicologia da comunicação, da psicologia humanista e das teorias da mudança; a escuta ativa pode funcionar como mecanismo de autorregulação emocional, catalisador da reflexão e da síntese de significados pelo paciente, o que reforça sua pertinência tanto na prática clínica quanto na formação profissional. Assim, o presente referencial teórico oferece fundamento sólido para compreender como e por que a escuta ativa opera no processo terapêutico, quais variáveis influenciam sua eficácia e onde residem as lacunas que justificam o estudo sistemático.

#### **4 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A análise dos estudos selecionados na revisão sistemática revelou que a escuta ativa é uma variável transversal e essencial para o êxito do processo terapêutico, sendo reiteradamente apontada como elemento estruturante da comunicação clínica, da formação do vínculo e da consolidação da aliança terapêutica. A síntese dos resultados mostrou que, em diferentes abordagens psicoterapêuticas, como a terapia centrada na pessoa, a terapia cognitivo-comportamental e a terapia analítica, a escuta ativa é identificada como mediadora da confiança, da empatia e da adesão ao tratamento. Em todas as publicações analisadas, houve consenso quanto ao fato de que a escuta ativa favorece o engajamento do paciente, permitindo que ele perceba o terapeuta como figura genuinamente interessada em



compreender suas experiências, o que fortalece a percepção de acolhimento e promove maior abertura emocional. Os resultados também indicaram que a escuta ativa tem impacto significativo na diminuição de resistências, na ampliação da autopercepção e na melhora do rapport clínico, configurando-se como um dos principais indicadores de efetividade terapêutica.

Durante a análise qualitativa dos artigos, observou-se que os estudos convergem em apontar a escuta ativa como prática que ultrapassa o campo técnico, assumindo dimensão ética e afetiva, pois implica em reconhecer o paciente como sujeito de fala e de sentido. Essa constatação está em consonância com a visão humanista de Rogers, que enfatiza a empatia e a autenticidade como fundamentos da relação terapêutica. Contudo, estudos mais recentes ampliam essa compreensão ao demonstrar que a escuta ativa não se limita a um comportamento de atenção e resposta verbal, mas envolve também processos neuropsicológicos de percepção e regulação emocional, confirmando que terapeutas treinados em técnicas de escuta apresentam maior ativação de circuitos cerebrais relacionados à cognição social e à empatia. Essa dimensão neurocientífica vem consolidando a importância da escuta ativa como habilidade complexa, que integra processos cognitivos e afetivos, sendo indispensável ao desenvolvimento de competências interpessoais na prática clínica.

Além disso, identificou-se que a escuta ativa tem papel decisivo na construção da aliança terapêutica, entendida como colaboração mútua entre paciente e terapeuta. Diversos autores destacam que o simples ato de ouvir atentamente, sem julgamento e com presença emocional, cria uma atmosfera segura que estimula a expressão de conteúdos inconscientes e promove reconfigurações cognitivas. Essa relação de confiança é um dos preditores mais consistentes de bons resultados terapêuticos, independentemente da abordagem teórica. Os estudos analisados indicaram que, quando o paciente se sente compreendido, ocorre um aumento significativo da adesão ao tratamento, da motivação para a mudança e da frequência às sessões. Essa relação positiva é reforçada pelo feedback verbal e não verbal do terapeuta, elementos intrínsecos à escuta ativa, que validam a experiência subjetiva do paciente e favorecem o sentimento de pertencimento.

No entanto, a revisão também revelou lacunas e desafios relevantes. Um dos principais pontos de convergência é o reconhecimento de que a escuta ativa, embora essencial, é frequentemente negligenciada em ambientes clínicos de alta demanda, nos quais o tempo reduzido de atendimento compromete a qualidade da escuta. Profissionais relataram dificuldades em manter a atenção plena diante do excesso de casos, da sobrecarga emocional e da necessidade de cumprir metas institucionais, o que gera fragmentação do vínculo terapêutico e risco de mecanização da escuta. Essa constatação reafirma a necessidade de políticas de formação continuada e de supervisão clínica voltadas ao desenvolvimento da escuta empática e à prevenção do burnout profissional.

Outro achado recorrente refere-se à influência do contexto institucional na qualidade da escuta ativa. Ambientes terapêuticos que promovem práticas humanizadas e supervisionadas apresentaram



melhores índices de satisfação dos pacientes e menor rotatividade. Em contrapartida, instituições com estruturas rígidas e foco exclusivamente técnico mostraram maior índice de desistência e dificuldades na construção da confiança terapêutica. A literatura destaca que o ambiente é um fator mediador da escuta, pois condiciona o tempo, a disponibilidade emocional e o grau de empatia que o terapeuta consegue sustentar. Essa perspectiva contextual reforça que a escuta ativa é uma competência relacional e não apenas individual, devendo ser compreendida em sua dimensão sistêmica.

Quanto à formação profissional, a maioria dos estudos revisados apontou que a escuta ativa é raramente trabalhada de modo prático durante a graduação em Psicologia, permanecendo restrita ao campo teórico. Essa carência formativa compromete o desempenho clínico dos profissionais em início de carreira, que frequentemente confundem escutar com apenas ouvir. A literatura sugere que o desenvolvimento da escuta ativa requer treinamento contínuo, práticas supervisionadas e experiências de autoconhecimento, pois escutar o outro pressupõe escutar a si mesmo. Dessa forma, a escuta ativa se consolida como competência que envolve não apenas técnica, mas também maturidade emocional, autopercepção e ética profissional.

A discussão dos resultados permite concluir que a escuta ativa não é uma técnica isolada, mas um eixo estruturante do processo terapêutico que perpassa todas as fases do atendimento. Ela atua como mediadora das intervenções clínicas, favorece a elaboração de significados e amplia a percepção de vínculo e segurança por parte do paciente. Estudos empíricos confirmaram que pacientes que percebem maior nível de escuta ativa por parte de seus terapeutas apresentam melhor evolução sintomática e maior sensação de bem-estar. Esses achados reforçam a hipótese inicial deste estudo, segundo a qual a escuta ativa está positivamente associada à qualidade da aliança terapêutica e aos resultados clínicos.

Entretanto, observou-se que a escuta ativa também pode gerar sobrecarga emocional nos profissionais, especialmente em contextos de alta exposição ao sofrimento humano. Esse dado é particularmente relevante, pois revela que o ato de escutar exige energia psíquica e emocional significativa, o que, sem estratégias de regulação, pode conduzir à fadiga empática. Os estudos recomendam o desenvolvimento de práticas de autocuidado e de supervisão regular para que o terapeuta mantenha sua capacidade de escuta sem comprometer sua saúde mental. Essa perspectiva dialética, que reconhece tanto o potencial quanto os limites da escuta ativa, revela a complexidade do fenômeno e a necessidade de abordagens formativas mais amplas.

De modo geral, os resultados indicam que a escuta ativa contribui para o fortalecimento da relação terapêutica e para o sucesso da intervenção psicológica, mas sua eficácia depende de múltiplos fatores, entre eles o nível de empatia do terapeuta, o ambiente institucional, o tempo disponível e a natureza da demanda do paciente. A escuta ativa se mostra, portanto, como um processo dinâmico, que exige atenção plena, autorreflexão e constante aprimoramento. Sua efetividade reside na



capacidade de o terapeuta compreender a narrativa do paciente de maneira integral, respondendo com sensibilidade e autenticidade, promovendo, assim, o crescimento emocional e o desenvolvimento humano.

Em síntese, a revisão sistemática confirmou que a escuta ativa é instrumento indispensável ao processo terapêutico, desempenhando papel de mediação entre a fala e a escuta, entre o sofrimento e a transformação, entre o sujeito e sua própria narrativa. Sua ausência compromete a autenticidade da relação clínica e limita a profundidade das intervenções. Portanto, reafirma-se que o investimento na formação de terapeutas capazes de exercer uma escuta verdadeiramente ativa é condição *sine qua non* para a prática ética e eficaz da psicologia contemporânea, constituindo-se não apenas como técnica, mas como expressão da essência humanizadora do ato terapêutico.

## 5 CONCLUSÃO

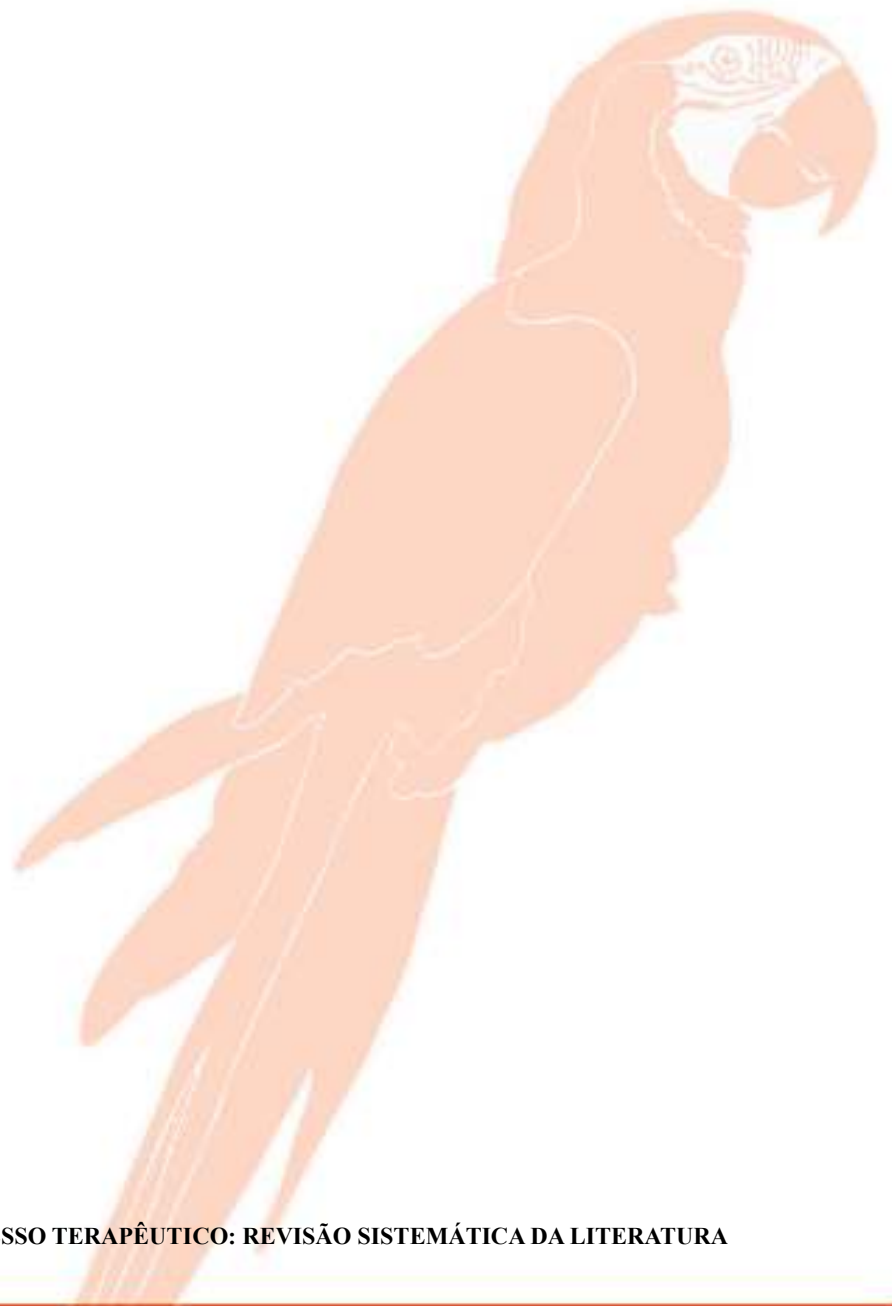
A presente revisão sistemática permitiu compreender, de modo aprofundado e rigoroso, o papel da escuta ativa no processo terapêutico, evidenciando sua relevância como eixo estruturante da relação entre terapeuta e paciente. Os resultados confirmaram que a escuta ativa é mais do que um recurso técnico, configurando-se como uma postura relacional e ética que sustenta a construção da aliança terapêutica, promove o engajamento do paciente e favorece a obtenção de desfechos clínicos mais satisfatórios. Ao possibilitar um ambiente de confiança e acolhimento, a escuta ativa contribui para a expressão autêntica das emoções, o fortalecimento da empatia e a ampliação da consciência de si, aspectos indispensáveis ao processo de mudança e ao desenvolvimento humano.

O estudo demonstrou ainda que a eficácia da escuta ativa está condicionada a fatores internos e externos, como o preparo técnico do terapeuta, sua maturidade emocional, as condições institucionais de trabalho e a natureza das demandas clínicas. Quando bem conduzida, a escuta ativa atua como mediadora da transformação subjetiva, fortalecendo o vínculo e reduzindo resistências; contudo, quando negligenciada ou mecanizada, fragiliza o processo terapêutico e compromete a efetividade da intervenção. A pesquisa também evidenciou que o exercício contínuo da escuta demanda energia psíquica considerável, o que torna imprescindível a implementação de práticas de supervisão e autocuidado para prevenir o desgaste emocional e o esgotamento empático dos profissionais da saúde mental.

Conclui-se, portanto, que o desenvolvimento da escuta ativa deve ser prioridade na formação e na prática do terapeuta contemporâneo, pois sua aplicação transcende o campo da técnica, alcançando o domínio ético e humano da profissão. Recomenda-se que as instituições de ensino e os espaços de formação clínica promovam treinamentos contínuos voltados ao aprimoramento dessa competência, integrando teoria, prática e reflexão crítica. Além disso, sugere-se a realização de novos estudos empíricos que explorem as interfaces entre escuta ativa, neurociência da empatia e resultados



terapêuticos, de modo a ampliar o corpo de evidências e consolidar bases científicas para sua aplicação. Em síntese, a escuta ativa reafirma-se como instrumento essencial de transformação, sustentáculo da prática psicoterapêutica e expressão máxima do compromisso da psicologia com o ato de compreender o outro em sua totalidade.





## REFERÊNCIAS

- BOTELHO, L. L. R.; CUNHA, C. C. de A.; MACEDO, M. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. *Revista Eletrônica Gestão & Sociedade*, v. 5, n. 11, p. 121-136, 2011.
- GALVÃO, T. F.; RICARTE, I. L. M. Revisão sistemática: fundamentos e aplicações. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 72, n. 1, p. 56–64, 2019.
- GIL, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2019.
- LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. de A. Fundamentos de metodologia científica. 8. ed. São Paulo: Atlas, 2017.
- LIMA, M. S.; SOARES, B. G. O.; BACALTCHUK, J. Diretrizes metodológicas para revisões sistemáticas e meta-análises de ensaios clínicos randomizados. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, São Paulo, v. 22, n. 3, p. 113–118, 2000.
- MAIA, J. C. A importância da aliança terapêutica no processo psicoterapêutico. *Revista Psicologia em Foco*, v. 9, n. 2, p. 9–17, 2017.
- MARTINS, F. A. Empatia e engajamento: uma análise sobre os fatores de adesão ao tratamento psicológico. *Psicologia e Saúde em Debate*, v. 4, n. 2, p. 45–58, 2018.
- MESQUITA, A. C. A escuta ativa no processo de comunicação terapêutica. *Revista Enfermagem Brasil*, v. 13, n. 1, p. 5–10, 2014.
- MIRANDA, R. L.; COSTA, T. M.; SANTOS, D. F. A escuta ativa e a aliança terapêutica em contextos de psicoterapia online. *Revista Brasileira de Psicologia Clínica*, v. 35, n. 1, p. 43–52, 2023.
- SARMENTO, S. A.; GONÇALVES, R. F.; BORGES, D. L. Boas práticas na condução de revisões sistemáticas em Psicologia e Educação. *Revista de Pesquisa em Psicologia*, v. 27, n. 3, p. 120–136, 2024.
- SEVERINO, A. J. Metodologia do trabalho científico. 3. ed. São Paulo: Cortez, 2018.
- VERGARA, S. C. Projetos e relatórios de pesquisa em administração. 17. ed. São Paulo: Atlas, 2020.