

**INSTITUTO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR LATINO-AMERICANO IESLA**

**PSICOLOGIA**

**FABRIZIA GONÇALVES DOS ANJOS**

**MARIA NOCÉLIA SIMÕES GOMES**

**AS CONTRIBUIÇÕES DA TERAPIA  
COGNITIVO-COMPORTAMENTAL PARA A EDUCAÇÃO  
FINANCEIRA DE CRIANÇAS, ADOLESCENTES E ADULTOS**

**Belo Horizonte**

**2025**

Fabrizia Gonçalves dos Anjos  
Maria Nocélia Simões Gomes

**AS CONTRIBUIÇÕES DA TERAPIA  
COGNITIVO-COMPORTAMENTAL PARA A EDUCAÇÃO  
FINANCEIRA DE CRIANÇAS, ADOLESCENTES E ADULTOS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado no Instituto de Educação Superior LatinoAmericano-IESLA no Curso de Psicologia como requisito parcial para obtenção do título de Bacharelado em Psicologia.

Prof. Orientadora: Sara Fonseca

Belo Horizonte  
2025

## **AGRADECIMENTOS**

Damos graças a Deus, por causa da sua graça que nos alcançou pelo sacrifício do seu filho Jesus Cristo, o nosso Senhor e Salvador que nos resgatou das trevas e nos conduziu à sua maravilhosa luz. Antes não éramos nada, mas agora somos seu povo eleito. Sua grandeza em nossas vidas é evidente, palpável, é um cheiro suave e agradável que nos envolve plenamente. Senhor Deus, nós te agradecemos por tudo que o Senhor é e por essa conquista, louvado seja para sempre.

Agradecemos especialmente a Ana Laura G. de Paula, nossa menininha linda de voz suave e de gestos tão grandiosos que nos ajudou durante toda nossa formação. Sua dedicação, sua criatividade, amor, carinho e sua lealdade jamais serão esquecidas. Linda, princesa, menina dos olhos de Deus, nossos sinceros agradecimentos, te amamos!

Aos nossos professores e professoras do curso de Psicologia do IESLA, em especial à Professora Juliana Mendes que tanto nos incentivou e nos inspirou e a Professora Priscilla Paiva que prontamente aceitou nosso convite em participar da nossa banca examinadora.

Agradecemos à nossa orientadora, Professora Sara Fonseca, pela disponibilidade, escuta, e acolhimento que nos proporcionou renovo para continuar e não desistirmos do nosso sonho de graduar.

Agradecemos a todos os nossos familiares, amigos, colegas de curso, que caminharam diretamente ou indiretamente conosco nesses cinco anos, principalmente Ana Paula Nicolau que nos motivou a não desistir no momento de maior fragilidade e ao Heitor que nos agraciou com sua gentileza e acolhimento. Com vocês nossa jornada foi mais feliz.

Nossos sinceros agradecimentos,

Fabrizia G.dos Anjos e Maria Nocélia Simões Gomes

**INSTITUTO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR LATINO-AMERICANO IESLA****AS CONTRIBUIÇÕES DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL PARA A EDUCAÇÃO FINANCEIRA DE CRIANÇAS, ADOLESCENTES E ADULTOS<sup>1</sup>**

Fabrizia Gonçalves dos Anjos  
Maria Nocélia Simões Gomes<sup>2</sup>  
Orientadora e professora Sara Fonseca<sup>3</sup>

**RESUMO:**

As questões financeiras e a forma como as pessoas lidam com elas não são uma novidade na história humana. Tais questões são capazes de gerar guerras, conflitos interpessoais e problemas psicossociais diversos. Contudo, esses últimos, apesar de sua importância, não recebiam toda relevância e atenção necessária. Porém, com o passar do tempo, foi-se reconhecendo gradualmente os impactos gerados por tais questões à vida emocional, mental e social dos indivíduos. Dessa forma, a necessidade de uma educação específica, contínua e estruturada sobre finanças passou a ser objeto de interesse da Psicologia contemporânea. Pensando nisso, o presente artigo apresenta uma revisão narrativa com enfoque qualitativo sobre a aplicação dos conceitos da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) à educação financeira de crianças, jovens e adultos. Para isso, serão utilizadas obras fundamentais de autores como Judith Beck, Daniel Kahneman, Amos Tversky e Morgan Housel, o trabalho vai discutir como crenças centrais, distorções cognitivas e vieses de julgamento influenciam nas tomadas de decisões financeiras.

**PALAVRAS-CHAVE:**

Terapia Cognitivo-Comportamental. Educação Financeira. Psicologia Econômica. Psicologia Financeira.

**ABSTRACT:**

The financial issues and the way people deal with them are nothing new in human history. Such matters have the potential to cause wars, interpersonal conflicts and various psychosocial problems. Nevertheless, the latter, despite their matter, did not receive the necessary relevance and attention. Over time, though, the impact of financial matters on people's emotional, mental and social lives began to be gradually recognized. As a result, the need for specific, continuous and structured education on finances became a subject of interest in contemporary Psychology. With that in mind, this article presents a narrative literature review with a qualitative focus on the application of Cognitive Behavioral Therapy (CBT) concepts to the financial education of children, adolescents and adults. To this end, fundamental works by authors such as Judith Beck, Daniel Kahneman, Amos

---

<sup>1</sup> Artigo científico desenvolvido e apresentado ao Instituto de Educação Superior Latino-Americano como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

<sup>2</sup> Discentes do 10º período do Curso de Psicologia, 1º semestre de 2025.

<sup>3</sup> Orientadora e professora do IESLA.

Tversky and Morgan Housel will be used to discuss how core beliefs, cognitive distortions and judgment biases influence financial decision-making.

**Keywords:**

Cognitive Behavioral Therapy. Financial Education. Economic Psychology. Financial Psychology.

## 1. INTRODUÇÃO

Com o avanço do capitalismo industrial e, posteriormente, do capitalismo financeiro no século XX, as relações humanas com o dinheiro se intensificaram e se tornaram mais complexas. Nesse contexto, o dinheiro passou a exercer papel central nas dinâmicas sociais, influenciando não apenas a economia, mas também os aspectos emocionais e comportamentais dos indivíduos. Como destaca Housel (2020), entender o comportamento financeiro requer mais do que números; exige compreender o modo como as pessoas pensam, sentem e se relacionam com o dinheiro.

Outrossim, a escassez e até mesmo a abundância financeira podem trazer efeitos danosos aos indivíduos. Segundo Kahneman e Tversky (1979) esses efeitos por muito tempo não foram considerados pelos estudiosos de saúde mental.

Um dos exemplos que foi decisivo nessa questão, ocorreu no ano de 1929 com a Grande Depressão, causada pela “quebra” da bolsa de Nova Iorque. Esse fato histórico, além de consequências financeiras, também trouxe vários efeitos sociais e emocionais que afetarão, além dos americanos, o mundo de maneira geral, expondo-os à aversão ao risco (MALMENDIER; NAGEL, 2011).

Na contemporaneidade, as ciências sociais e as ciências da saúde se voltam para estudar os impactos que a relação com o dinheiro pode causar na psique e no bem-estar mental das pessoas. Essa preocupação também se reflete na elaboração de políticas públicas no Brasil, Leal (2020) argumenta que a educação financeira vai além dos vieses econômicos, ela deve ser compreendida como um direito social para promover autonomia e a atuação plena da cidadania. Desse modo, foram escritos diferentes artigos científicos e livros a respeito do assunto (HOUSEL, 2020; KAHNEMAN; TVERSKY, 1979). Tais obras foram relevantes para os estudos e a produção de literatura sobre o tema.

Considerando a importância desses estudos mais recentes, é possível afirmar que as decisões financeiras estão influenciadas por fatores emocionais e cognitivos, ultrapassando a lógica racional (HOUSEL, 2020; KAHNEMAN, 2012). Nesta perspectiva, compreender os processos mentais que geram o comportamento financeiro se torna de suma importância, pois, na modernidade, é observado um grande índice de endividamento e instabilidade econômica e social, como aponta pesquisa de Amorim, (2024). Em março de 2023, 29,4% das famílias brasileiras estavam inadimplentes, o que mostra um crescimento com relação à fevereiro de 2022, indicando essa crescente (AMORIM, 2024). Nos anos seguintes o cenário sofreu forte agravamento devido a grande aceleração da concessão de crédito, mesmo diante de juros elevados, o impacto atingiu especialmente as famílias de maior vulnerabilidade, segundo o relatório do Banco Central do Brasil (2025). Destacou ainda segundo a Confederação Nacional do Comércio (CNC), que em dezembro de 2024, 76,7% das famílias brasileiras estavam endividadadas e 29,3% apresentavam dívidas em atraso, chegando assim a 37,8% entre as famílias de menor renda (CNC, 2025). Alinhando o crescimento do endividamento ao contexto de inflação persistente e instabilidade econômica no período pós-pandemia, reforça a necessidade de intervenções psicoeducativas que ajudem os indivíduos a desenvolverem hábitos financeiros mais saudáveis e conscientes (ABDALA, 2024; PATI, 2025).

No Brasil, uma das precursoras de psicologia econômica, Ferreira (2007), apresenta razões que se aliam com as ideias de Kahneman (2012) sobre racionalidade limitada, principalmente entre o público que vive na escassez como a população brasileira, a autora descreve que as

tomadas de decisões financeiras nesse cenário é significativamente afetada por fatores emocionais, culturais e também pelo baixo nível de educação financeira do cidadãos brasileiros.

Dentro do contexto da educação financeira, a aplicação da TCC pode favorecer o fortalecimento do autoconhecimento e autocontrole, assim como de hábitos mais saudáveis em relação ao dinheiro. A Terapia Cognitivo-Comportamental originalmente descrita por Beck (1979), foi desenvolvida para tratamento de transtornos mentais, como depressão, ansiedade e fobias, este trabalho não se propõe a abordar tais condições clínicas. A proposta foca em explicar a aplicação dos conceitos da TCC no campo da psicoeducação, especialmente na formação de hábitos financeiros, tomada de decisões e desenvolvimento de habilidades de autorregulação emocional e comportamental. Justificamos a delimitação para defender o objetivo de ampliar a compreensão sobre como estratégias cognitivas e comportamentais podem promover a saúde financeira e bem-estar psicológico em contextos cotidianos. Nesse sentido, é possível considerar que a combinação entre os princípios da psicologia econômica e as visões cognitivas, heurísticas, a teoria da perspectiva Kahneman e Tversky (1979) e fundamentos da TCC poderia contribuir para a modificação de pensamentos disfuncionais, favorecendo a construção de avaliações mais racionais envolvendo os riscos financeiros.

Embora os fundamentos da Terapia Cognitiva Comportamental e da psicologia financeira sejam distintos, há potencial para aproximações teóricas entre esses dois fatores, como sugerem Klontz e Klontz (2017) cujos estudos apontam que ideias sobre dinheiro, denominadas “preceitos financeiros”, moldam os padrões de comportamento financeiro, podendo ser trabalhadas por meio de intervenções estruturadas. A TCC, nesse contexto, apresenta um potencial de aplicação, não somente em adultos, mas também em crianças e adolescentes para melhor organização de tais pensamentos e formas de agir. Sob essa perspectiva, estudos como os de Gualtieri e Denison (2023) e a revisão de Gisbert-Péres *et al.* (2022) indicam que crianças pequenas já demonstram capacidade de realizar julgamentos probabilísticos quando inseridas em contextos de aprendizagem estruturados.

Considerando os pressupostos da Terapia Cognitivo-Comportamental, este artigo tem como objetivo analisar de que maneiras emoções, padrões comportamentais e crenças influenciam a educação financeira de crianças, jovens e adultos, destacando as contribuições da psicologia econômica e suas implicações psicoeducativas. Para isso, será investigado como experiências emocionais e cognitivas moldam a relação dos indivíduos com o dinheiro, como crenças financeiras inconsistentes podem influenciar o desenvolvimento humano e os principais conceitos da TCC que se aplicam ao comportamento financeiro. Este estudo também busca compreender como a TCC pode ser adaptada para diferentes faixas etárias, além das possíveis implicações práticas e sociais dessa abordagem terapêutica, considerando, de que forma essa pode contribuir para mudar hábitos financeiros desadaptativos e promover escolhas mais conscientes ao longo do ciclo da vida.

## **2. METODOLOGIA**

Este artigo é uma revisão narrativa, com abordagem qualitativa e não sistemática, por ser mais adequado aos objetivos exploratórios e integrativos deste estudo. Segundo Gil (2019), esse tipo de revisão permite ao pesquisador reunir e interpretar, de forma crítica, contribuições teóricas relevantes sobre determinado tema, especialmente quando se pretende construir uma análise ampla e fundamentada.

Já Rother (2007), destaca que a revisão narrativa é apropriada para descrever e compreender o “estado da arte” de um campo ainda pouco sistematizado, permitindo a articulação entre diferentes áreas do conhecimento.

Reforçando a baixa representatividade na literatura acadêmica, um levantamento bibliométrico recente indicou que, entre os 31 artigos acadêmicos sobre Educação Financeira publicados encontrados no banco de dados Scielo entre 2012 e 2021, apenas 25,8% abordam diretamente fundamentos da Psicologia Comportamental. Os autores destacam que, apesar do potencial de crescimento dessa interface, a produção científica nacional ainda carece de aprofundamento sobre os aspectos psicológicos envolvidos nas decisões financeiras (DITTA; RAMIREZ, 2021).

Nesse contexto, essa abordagem mostrou-se pertinente para este trabalho, considerando que está no começo das pesquisas que relacionem diretamente a educação financeira com a aplicação prática da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), além de possibilitar uma leitura reflexiva e multidisciplinar a partir da psicologia clínica, economia comportamental e educação.

Considerando esse cenário inicial de estudos científicos, esse artigo tem como objetivo compreender as possíveis contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) para a educação financeira em diferentes faixas etárias. Para isso, optou-se pelo modelo de revisão bibliográfica narrativa, tendo em vista as características de versatilidade e flexibilidade que apresenta. Assim, o intuito desta obra será promover uma compreensão ampliada e contextualizada dos fatos investigados, tendo como proposta explorar cruzamentos entre áreas distintas de conhecimento.

Para fundamentar esse trabalho, foram utilizados livros clássicos de autores reconhecidos nas áreas da psicologia econômica, financeira e da TCC, com destaque para: **“Terapia Cognitivo-Comportamental Teoria e Prática”** (BECK, 2022), que apresenta uma atualização dos fundamentos da TCC, com estrutura teórica e prática, que possibilita analisar como os pensamentos automáticos, crenças centrais e os esquemas cognitivos influenciam os comportamentos emocionais. O livro **“Rápido e Devagar – Duas Formas de Pensar”** (KAHNEMAN, 2012), que traz uma síntese de seus estudos sobre os sistemas de pensamentos e dos vieses cognitivos que afetam o julgamento e a tomada de decisão sob incerteza, os quais são importantes para as escolhas financeiras racionais do cotidiano. Vale ressaltar que Kahneman foi reconhecido pela Royal Swedish Academy of Sciences (2002), recebendo prêmio Nobel de Economia por suas contribuições que integram conceitos da psicologia à economia, com ênfase na compreensão do julgamento humano e da tomada de decisões em contextos de incerteza. Housel (2020), em seu livro **“A psicologia Financeira”** traz uma visão de como os fatores emocionais e crenças subjetivas moldam a vida financeira do indivíduo sobre os sistemas de pensamentos e dos vieses cognitivos que afetam o julgamento e a tomada de decisão sob incerteza, que são importantes para as escolhas financeiras racionais do cotidiano.

Além dessas referências, também foram incluídos artigos científicos publicados nos últimos dez anos, priorizando estudos recentes que contribuam com a visão mais atual e aplicada da temática, como as contribuições dos estudos de Gualtieri e Denison (2023), a revisão de Gisbert-Pérez *et al.* (2022), e a obra **“Mente acima do dinheiro”** de Klontz, Brad e Klontz, Ted (2017). Obras fundamentais da psicologia econômica, como os originais *“Judgment under Uncertainty: Heuristics and Biases”* (TVERSKY; KAHNEMAN, 1974) e *“Prospect Theory: An Analysis of Decision under Risk”* (KAHNEMAN; TVERSKY, 1979), também foram utilizadas, devido a sua relevância histórica e conceitual.

Os materiais foram escolhidos com base em critérios de relevância teórica, atualidade (no caso dos artigos, aqueles publicados nos últimos dez anos), abordagem multidisciplinar e a aplicabilidade clínica e educacional com ênfase em autores que produziram obras que conversam entre si. A decisão sobre o que seria relevante levou em conta a contribuição das obras para os objetos do trabalho, sua consistência teórica e sua capacidade de sustentar

criticamente a análise proposta. Essa seleção permitiu uma leitura multidimensional e contemporânea da educação financeira a partir do olhar da psicologia.

### 3. DESENVOLVIMENTO

#### 1. Conceitos Fundamentais da Educação Financeira

Diante da crescente necessidade de lidar com um ambiente financeiro complexo, Housel (2020) argumenta que a educação financeira vai além da aquisição de conhecimento técnico: ela envolve a compreensão de como emoções, experiências e hábitos moldam a forma como cada pessoa lida com o dinheiro. Assim, compreende-se que a educação financeira é um processo educativo que promove a capacitação de indivíduos que passam a compreender a importância de tomadas de decisões assertivas ao administrar gastos de forma responsável individualmente ou juntamente com a família.

A Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE) preconiza que:

[...] a educação financeira é o processo pelo qual os indivíduos aprimoram sua compreensão sobre produtos e conceitos financeiros, desenvolvendo habilidades e confiança para reconhecer riscos e oportunidades financeiras, tomar decisões informadas e, em última análise, melhorar seu bem-estar financeiro. (OCDE, 2021, p. 15).

Mesmo com o avanço da educação financeira nos últimos anos, as pesquisas que relacionam diretamente os aspectos psicológicos e os impactos da gestão financeira na saúde mental ainda são recentes. De acordo com Gualtieri e Denison (2023), os efeitos emocionais e cognitivos das decisões financeiras começaram a ser discutidos com mais ênfase apenas recentemente, especialmente em situações de endividamento e instabilidade emocional.

Nesse contexto, no Brasil, o conteúdo de educação financeira tem sido gradativamente inserido no ambiente escolar, sendo respaldado por políticas públicas recentes como a Estratégia Nacional de Educação Financeira (ENEF), prevista no Decreto 10.393, de 9 de junho de 2020. O artigo 1º do referido decreto afirma:

“A Estratégia Nacional de Educação Financeira - ENEF constitui uma mobilização multissetorial permanente, com ações gratuitas e imparciais, buscando promover a educação financeira, securitária, previdenciária e fiscal, bem como fortalecer a cidadania e a tomada de decisões conscientes por parte dos consumidores.”. (BRASIL. Decreto nº 10.393, de 9 de junho de 2020).

Embora amplamente difundida e aplicada em políticas públicas, essa definição parte de uma perspectiva centrada no indivíduo, o que tem gerado críticas por negligenciar os determinantes sociais e estruturais que influenciam a saúde financeira das populações. Alguns autores apontam que esse modelo tende a responsabilizar o sujeito por sua própria condição econômica, o que pode ser limitante em contextos de desigualdade, como o brasileiro (STAPLETON, 2021; MARCONDES, 2022).

Além disso, autores como Cordeiro *et al.* (2018) ressaltam a importância de que esse processo de instrução financeira aconteça desde a educação básica, visto que impacta positivamente no manejo prudente das finanças pessoais e familiares. No entanto, não somente crianças e adolescentes devem ser contemplados: adultos também necessitam de abordagens educacionais voltadas ao desenvolvimento da saúde financeira, já que, muitas vezes, não tiveram acesso a essa formação em suas gerações.

A OCDE (2021), define que a educação financeira deve ser contínua, abrangendo habilidades, atitudes e conhecimentos que favoreçam decisões conscientes e sustentáveis. Assim, mais do

que fornecer instruções sobre matemática financeira, trata-se da formação de cidadãos autônomos e economicamente responsáveis.

Housel (2020) reforça esse pensamento ao argumentar que o conhecimento técnico, por si só, não garante comportamentos racionais. Emoções, experiências passadas e influências sociais são elementos determinantes no modo como as pessoas lidam com o dinheiro.

Nesse cenário, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) surge como uma ferramenta relevante ao proporcionar meios de identificar e modificar pensamentos automáticos e comportamentos compulsivos relacionados ao consumo. Nesse contexto, (KLONTZ;TZ; KLONTZ, 2017) introduz o conceito de “preceitos financeiros”, que são crenças formadas a partir de influências familiares e sociais, gerando padrões de consumo impulsivo e descontrole financeiro. A proposta da terapia financeira, formulada pelo autor, integra a educação financeira com intervenções cognitivas, oferecendo novas formas de lidar com o dinheiro por meio da reestruturação de crenças disfuncionais.

## 2. Impactos Psicológicos do Endividamento a Saúde Mental

Dívidas excessivas e persistentes, trazem efeitos negativos para os indivíduos, especialmente psicológicos. Nesse contexto, de acordo com os estudos de Alves *et al.* (2021), publicados no jornal acadêmico “*Frontiers in Psychology*”, o acúmulo de dívidas prejudica a saúde mental e o sono, o que causa sofrimento emocional e diminui a satisfação com a vida. Esse estudo demonstra que pessoas com excesso de dívidas apresentam ansiedade e estresse, além de ter a concentração reduzida e dificuldades cognitivas.

Em 2022 a Serasa realizou um estudo que apontava que 83% dos brasileiros com dívidas em excesso se queixavam de insônia por questões financeiras, desses, 74% afirmaram que não conseguem se concentrar. Do total de entrevistados, 61% disseram sofrer de ansiedade por causa das dívidas. (SERASA, 2022). Diante desses números, observa-se que os impactos psicológicos do endividamento tendem a ser profundos, afetando não exclusivamente o emocional e o cognitivo, mas também a saúde física do indivíduo.

Além disso, a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2021) aponta que endividamentos severos, aumentam o risco de transtornos mentais graves e estão associados a maiores índices de suicídio. No entanto, é importante destacar que tais desfechos são multifatoriais: condições financeiras extremas podem contribuir para o agravamento do sofrimento psíquico, especialmente quando associadas à ausência de rede de apoio, histórico de transtornos mentais, desesperança e isolamento social. Sob essa ótica, a combinação desses fatores representa um importante risco para a idealização e o comportamento suicida. Tal perspectiva, demonstra a relevância do estudo da psicologia direcionada a solução e prevenção de problemas econômicos.

Estudos recentes demonstram que o sofrimento financeiro pode impactar de forma significativa a saúde mental dos indivíduos. Richardson *et al.* (2022), por meio da intervenção *online Space from Money Worries*, investigaram a aceitabilidade e a eficácia inicial de uma abordagem baseada na TCC voltada para como lidar com a relação entre dificuldades financeiras e problemas de saúde mental. Os resultados demonstraram melhorias estatísticas significativas em sintomas de ansiedade, depressão, bem-estar financeiro percebido e na escala “*Money and Mental Health*”. Embora o foco não seja aprofundar em transtornos mentais, essa evidência reforça a relevância da TCC como ferramenta para diminuir impactos emocionais negativos decorrentes de dificuldades financeiras, complementando a importância da educação financeira preventiva.

A Teoria da Perspectiva de Kahneman e Tversky (1979) demonstra que pessoas têm tendência a evitar perdas mais do que a buscar ganhos. Um exemplo desse fato é que muitos endividados evitam confrontar as dívidas existentes, gerando inclusive distanciamento das

instituições do qual são devedores, evitam atender o telefone, bloqueiam os números e podem até mentir informando que não conhecem a pessoa procurada, indivíduos têm essas atitudes mesmo conscientes que a negociação poderia gerar um alívio. Esses padrões de comportamento confirmam os dados da Amorim (2024), que demonstra que parte significativa da população inadimplente evita tratar seus débitos por medo ou vergonha.

Dessa forma, ter dívidas o tempo todo não afeta só a vida financeira ou social da pessoa, mas também representa um risco real para a saúde mental. A TCC pode ajudar nesses casos, com intervenções que tratam problemas como insônia, ansiedade, dificuldades de atenção e pensamento acelerado. Além disso, ela contribui para mudar padrões de comportamentos que acabam atrapalhando a vida financeira, ajudando a pessoa a lidar melhor com as emoções e a tomar decisões com mais clareza.

### **3. Terapia Cognitivo-Comportamental e Psicologia Financeira e Econômica**

Originada do modelo original de Beck (1960, 1970) e denominada inicialmente “terapia cognitiva”, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) ressalta que as interpretações feitas sobre os eventos influenciam diretamente nas emoções e comportamentos (BECK, 2022). A autora ressalta que os clientes têm uma melhora significativa no humor e no comportamento devido às mudanças cognitivas conduzidas pelo terapeuta.

O início dar-se-á pela conceitualização, ou seja, a redação das informações dadas pelo indivíduo nos encontros do caso. Essa construção auxilia o cliente e o terapeuta a compreender os padrões de pensamento, emoções e comportamentos, e a partir disso propor a intervenção mais adequada. Esse registro continua sendo atualizado durante a terapia, essa investigação considera o cliente tanto clinicamente quanto diante de problemas atuais que geram estressores e prejuízos para vida do paciente (BECK, 2022).

Nesse sentido, o terapeuta estará atento aos pensamentos automáticos, que surgem espontaneamente e são verbalizados pelo paciente durante as sessões (BECK, 2022). As crenças centrais ou nucleares são interpretações fundamentais que o indivíduo desenvolve sobre si mesmo, sobre os outros e sobre o mundo, podendo ser adaptativas (positivas) ou desadaptativas (negativas). As crenças centrais adaptativas tendem a ser realistas, flexíveis e funcionais. Já as crenças desadaptativas são geralmente rígidas, e mantidas por interpretações distorcidas da realidade (BECK, 2022). Trata-se de estruturas cognitivas duradouras e internalizadas que, muitas vezes, não são facilmente acessadas nem verbalizadas pelo próprio indivíduo. Essas crenças são geralmente percebidas como verdades absolutas, uma forma de enxergar o mundo como ele “é” Beck, Aron<sup>4</sup>(1987, apud BECK, 2022).

Muitas dessas crenças são formadas na infância, moldando assim pensamentos automáticos que podem gerar comportamentos desadaptativos. Mesmo dentro do contexto financeiro, considera-se que a TCC possa contribuir para identificar, avaliar e procurar substituí-las por forma mais realistas e funcionais de pensar, como propõem Beck (2022) e Klontz e Klontz (2017), ao enfatizarem que crenças disfuncionais aprendidas precocemente podem afetar a forma como o indivíduo lida com dinheiro ao longo da vida.

Além disso, Manso e Bernardes (2020) destacam que a TCC atua na identificação e reestruturação dessas crenças e pensamentos automáticos que dificultam a tomada de decisões financeiras saudáveis, auxiliando também no controle do estresse e da impulsividade relacionada ao dinheiro. Essa aplicação reforça o potencial da TCC para promover mudanças comportamentais e a construção de hábitos financeiros mais responsáveis.

Esse processo implica a reestruturação de pensamentos como “nunca vou ter dinheiro suficiente” ou “comprar me faz sentir melhor” para crenças mais realistas e funcionais, tais como: “posso não ter dinheiro agora, mas sou capaz de construir uma situação financeira

---

<sup>4</sup> BECK, Judith S. **Terapia Cognitivo Comportamental: Teoria e Prática**. 3 ed. Porto Alegre: Artmed, 2022.

melhor com o tempo” ou “comprar me dá alívio, mas tem outras coisas saudáveis que podem me ajudar a lidar com minhas emoções sem comprometer minhas finanças” .

Segundo Klontz, Brad e Klontz, Ted (2017), muitos dos pensamentos negativos que os indivíduos desenvolvem com relação ao dinheiro são chamados de “preceitos financeiros”. Esses são formados ainda na infância e reforçados ao longo da vida por experiências emocionais vívidas. Tais padrões podem operar de forma inconsciente, levando a uma manutenção de comportamentos financeiros não funcionais.

Esses preceitos também se relacionam ao conceito de *money scripts*, que são crenças inconscientes sobre dinheiro, muitas vezes herdadas da família ou de experiências emocionais marcantes. Klontz e validado por Taylor, Klontz e Brintt (2016) desenvolveram o instrumento *Klontz Money Script Inventory Revised* (KMSI-R), que classifica essas crenças em quatro categorias: evitação do dinheiro, adoração ao dinheiro, associação do dinheiro ao status e vigilância em relação ao dinheiro. Esses recorrentes, procrastinação financeira ou extrema rigidez no controle de gastos. Compreender esses *scripts* é fundamental para que o terapeuta ajude o indivíduo a reconhecê-los, refletir sobre sua origem e reformulá-los com base em estratégias cognitivas e comportamentais mais saudáveis.

Estudos recentes confirmam que a teoria continua atual e aplicável, (GISBERT-PÉRES *et al.*, 2022) realizaram uma revisão sistemática demonstrando que a Teoria da Perspectiva continua sendo relevante nas tomadas de decisões sob risco como em contextos na área da saúde. Dessa forma, uma adaptação para a educação financeira juntamente com a TCC pode favorecer decisões mais equilibradas e conscientes nas decisões financeiras.

Segundo Kahneman (2012) existem dois grandes tipos de processos psíquicos em ação na mente, o Sistema 1 (intuitivo) , e Sistema 2, (deliberado).

O Sistema 1 é o responsável pelas operações rápidas, automáticas, que ocorrem sem esforço independente da vontade própria, como a percepção, emoção, julgamento e associações sobre as quais não se tem controle. São reações a curto prazo e não consideram as consequências. Nesse Sistema, as operações podem até ser treinadas e tornadas automáticas, mas a aprendizagem, o controle e as mudanças são difíceis de obter, pois necessitam de um contexto com uma razoável regularidade para que ocorra aprendizado. Contudo, esse não é o cenário da vida cotidiana e certamente não é o caso nos contextos econômicos e financeiros, que geralmente são dinâmicos e complexos (KAHNEMAN, 2012).

Já o Sistema 2, é lento, menos utilizado, possui capacidade de ponderação. Suas operações ocorrem de forma ordenada e envolvem uma maior reflexão, flexibilidade e controle. Dependem de raciocínio, representações conceituais, linguagem e dimensão temporal. Também exigem esforço para serem ativadas, demandando atenção, memória, julgamento criterioso, capacidade analítica e manutenção de foco (KAHNEMAN, 2012).

Apesar do Sistema 2 parecer mais apropriado para decisões financeiras, pois é o sistema de longo prazo, essas habilidades podem permanecer somente como intenções não efetivadas na realidade. Esse é o ponto central, embora o Sistema 2 pareça o mais habilitado a tomar decisões, não é ele que está presente no momento da ação, e sim o Sistema 1 que é o executor apesar de todas as suas limitações. Essas ações tendem a ser mantidas, uma vez que não parece ser possível educar o Sistema 1. O que se pode fazer, no máximo, é atualizá-lo por meio do Sistema 2, auxiliando-o a reconhecer riscos, vulnerabilidade a vieses e equívocos, e padrões repetitivos antes que eles dominem a cena, o que frequentemente ocorre em comportamentos automáticos como compras impulsivas ou negação de dívidas (KAHNEMAN, 2012).

Ainda que o adulto tenha informações sobre finanças, como ressalta o autor, muitos permanecem presos a comportamentos impulsivos. Isso ocorre porque agem de forma automática, sem refletir conforme descreve Kahneman (2012) ao tratar do sistema 1, que rege

decisões rápidas, intuitivas e emocionais, contrastando com o sistema 2, responsável por reflexões mais racionais e analíticas.

Mayiwar et al., 2024 realizaram a replicação rigorosa e pré-registrada de nove experimentos originais de Tversky e Kahneman (1974) confirmado oito desses efeitos à heurística da representatividade. Isso reforça que, mesmo após 50 anos, os indivíduos continuam utilizando julgamentos baseados na similaridade com protótipos que violam regras estatísticas. Esses achados sustentam a robustez do que Kahneman (2012) posteriormente denominou de Sistema 1 o modo de pensamento rápido, intuitivo e frequentemente enviesado.

As heurísticas cognitivas são atalhos mentais utilizados pelo cérebro para tomar decisões rápidas e eficientes, principalmente em situações de incerteza ou sob pressão (KAHNEMAN, 2012). Embora úteis para lidar com o excesso de informações no cotidiano, essas estratégias podem levar a erros sistemáticos de julgamento, conhecidos como vieses cognitivos. Um exemplo clássico é a heurística da representatividade, em que o protótipo mental, ignorando dados estatísticos. No contexto financeiro, isso pode levar, por exemplo, a investimentos impulsivos, baseados apenas em experiências anteriores ou em exemplos aparentes de sucesso, e não em análises racionais (TVERSKY; KAHNEMAN, 1974; MAYIWAR *et al.*, 2024)

Embora a TCC não aponte para algo como base na teoria dos dois sistemas de pensamento, observa-se ser um campo para possíveis pesquisas visto que a TCC identifica e reestrutura pensamentos automáticos e crenças disfuncionais, a terapia cognitivo-comportamental pode favorecer um modo de processamento mais deliberado e reflexivo, aproximando-se das características ressaltadas do sistema 2. Essa perspectiva é relevante para a educação financeira, onde decisões impulsivas e carregadas de emoções podem ser substituídas por escolhas mais conscientes e planejadas.

Sobre isso, Housel (2020), em seu livro “Psicologia Financeira”, afirma que o lidar com dinheiro é, em grande parte, direcionado por experiências emocionais e não pela racionalidade. O autor enfatiza que a chave para uma vida financeira saudável está muito mais em entender como pensamos sobre o dinheiro, do que em dominar fórmulas matemáticas complexas.

A partir disso, pode-se considerar que a integração entre TCC e psicologia financeira e econômica oferece uma base promissora para a compreensão e intervenção sobre os padrões de comportamentos financeiros de crianças, jovens e adultos. Isso se deve ao fato de que a estrutura fornecida pela TCC permite trabalhar a reestruturação de pensamentos automáticos e promover respostas mais conscientes e alinhadas com os valores e objetivos pessoais, o que pode favorecer a adoção de práticas como o planejamento e o autocontrole financeiro.

Os estudos de Tversky e Kahneman (1974) nos ajudam a compreender por que tendemos a persistir em escolhas irracionais, mesmo diante de informações racionais, entende-se que estão sendo guiadas por heurísticas e vieses cognitivos.

O quadro a seguir dispõe de forma reduzida os principais conceitos teóricos utilizados nesta pesquisa, apresenta quais os fundamentos da análise da aplicação da Terapia Cognitivo-Comportamental na educação financeira.

#### **Quadro 1 – Fundamentos Teóricos Aplicados à Psicologia Financeira e à TCC**

| Ano       | Conceito              | Definição  | Autor(es)                  | Obra Referência  | Aplicação na Psicologia Financeira  |
|-----------|-----------------------|--|----------------------------|--|---|
| 1974      | Heurísticas           | Atalhos mentais que facilitam decisões rápidas com base em experiências anteriores, mas que podem levar a erros.             | Tversky e Kahneman         | Judgment under Uncertainty: Heuristics and Biases (1974)   | Explicam decisões rápidas e enviesadas em contextos financeiros.                                |
| 1974      | Vieses Cognitivos     | Tendências sistemáticas e previsíveis que distorcem o raciocínio lógico e afetam julgamentos.                                | Tversky e Kahneman         | Judgment under Uncertainty: Heuristics and Biases (1974)   | Influenciam decisões equivocadas, como o viés da confirmação ao buscar apenas dados favoráveis. |
| 1979      | Teoria da Perspectiva | Modelo que explica a tomada de decisão sob risco, mostrando que as pessoas evitam perdas mais do que buscam ganhos.          | Kahneman e Tversky         | Prospect Theory: An Analysis of Decision under Risk (1979) | Fundamenta a compreensão das aversões ao risco e decisões econômicas não racionais.             |
| 2012      | Sistema 1 e Sistema 2 | Dois sistemas de pensamento: um rápido, intuitivo e automático (Sistema 1); outro lento, deliberado e analítico (Sistema 2). | Kahneman                   | Rápido e Devagar: Duas Formas de Pensar (2012)             | Explica decisões impulsivas em finanças, mesmo diante de conhecimento racional prévio.          |
| 2015–2017 | Preceitos Financeiros | Crenças inconscientes sobre dinheiro formadas na infância, que moldam padrões de comportamento financeiro.                   | Klontz, Brad e Klontz, Ted | Mente Acima do Dinheiro (2017)                             | Auxilia na identificação e reestruturação de crenças disfuncionais.                             |
| 2017      | Terapia Financeira    | Abordagem integrativa que combina TCC com intervenções sobre crenças financeiras inconscientes sobre dinheiro.               | Klontz, Brad e Klontz, Ted | Mente Acima do Dinheiro (2017)                             | Propõe reestruturação cognitiva aplicada a padrões emocionais ligados ao dinheiro.              |

| Ano  | Conceito  | Definição   | Autor(es)           | Obra de Referência  | Aplicação na Psicologia Financeira  |
|------|---|---|---------------------|---|---|
| 2020 | Psicologia Financeira                             | Estudo de como emoções, experiências e crenças subjetivas moldam o comportamento financeiro das pessoas.              | Housel              | A Psicologia Financeira (2020)  | Amplia a compreensão dos fatores emocionais que impactam a educação financeira.                           |
| 2022 | Pensamentos Automáticos                           | Processos cognitivos espontâneos que influenciam emoções e comportamentos, podendo ser adaptativos ou desadaptativos. | Beck                | Terapia Cognitivo-Comportamental: Teoria e Prática (2022)                       | Base para intervenções da TCC em comportamentos impulsivos.   |
| 2022 | Esquemas Cognitivos                               | Estruturas mentais profundas e duradouras que moldam a percepção e a resposta aos eventos.                            | Beck                | Terapia Cognitivo-Comportamental: Teoria e Prática (2022)                       | Influenciam crenças sobre dinheiro ligadas a escassez, merecimento ou segurança.                          |
| 2022 | Reestruturação Cognitiva                          | Técnica da TCC que visa identificar, avaliar e modificar pensamentos e crenças disfuncionais.                         | Beck                | Terapia Cognitivo-Comportamental: Teoria e Prática (2022)                       | Permite modificar interpretações automáticas que mantêm padrões prejudiciais de consumo.                  |
| 2023 | Decisão Infantil sob Incerteza                    | Estudo das trajetórias de desenvolvimento e inferências que crianças fazem ao tomar decisões sob incerteza.           | Gualtieri e Denison | Children's decision-making under uncertainty: developmental trajectories (2023) | Fornecer insights para programas de educação financeira adequados ao desenvolvimento cognitivo.           |
| 2024 | Revisitação da Heurística da Representatividade e | Replicação e extensão de experimentos clássicos que investigam como julgamentos são influenciados por                 | Mayiwar et al.      | A systematic replication of representativeness heuristic experiments (2024)     | Atualiza e amplia o entendimento das heurísticas, refinando estratégias para reduzir erros de julgamento. |

| Ano | Conceito | Definição                     | Autor(es) | Obra Referência | de | Aplicação na Psicologia Financeira |
|-----|----------|-------------------------------|-----------|-----------------|----|------------------------------------|
|     |          | estereótipos e similaridades. |           |                 |    |                                    |

Fonte: Elaborado pela autora (2025), com base em Beck (2022), Kahneman e Tversky (1974; 1979), Klontz e Klontz (2017), Housel (2020), Gualtieri e Denison (2023), entre outros.

#### 4. Aplicação da TCC à Educação Financeira de Crianças

Na infância, formam-se e se desenvolvem os comportamentos que podem influenciar a vida financeira dos indivíduos. Nesse sentido, a aplicação da TCC na educação financeira apresenta-se como uma abordagem potencial para promover hábitos financeiros mais saudáveis desde cedo, embora ainda sejam necessários mais estudos para comprovar sua eficácia nessa faixa etária (KLONTZ; KLONTZ, 2017; BECK, 2022).

Em relação a esse desenvolvimento intelectual de crianças e adolescentes, a TCC traça uma relação entre as emoções, pensamentos e comportamentos (BECK, 2022), possuindo valiosas ferramentas para a elaboração de práticas saudáveis desde os primeiros anos.

No Brasil algumas iniciativas têm visado incluir a educação financeira ainda na infância, no entanto depara-se com a ausência de educadores com formação específica além de metodologias adaptadas para cada fase do desenvolvimento cognitivo das crianças. Segundo Tokarnia (2019), a existência de projetos impulsionados por programas como o da INEF e instituições com o Banco Central em crianças, ainda precisa seguir para uma continuidade e um melhor aprofundamento nos aspectos psicológicos sobre o aprendizado de como lidar com dinheiro. Essa limitação indica a necessidade de abordagens como TCC sejam consideradas não apenas para ensinar conteúdos, mas para trabalhar as emoções e as crenças formadas nessa fase da vida.

Gualtieri e Denison (2022) realizaram um estudo com crianças em idade escolar e observaram que elas já são capazes de fazer escolhas mesmo diante de incertezas, desde que estejam inseridas em ambientes de aprendizagem bem estruturados. Isso mostra que, com o apoio certo, elas conseguem desenvolver raciocínios mais complexos do que se acreditava anteriormente.

Tal pesquisa, reforça a ideia de que, quando apoiadas por psicoeducação adequada, derivada da TCC, as crianças podem desenvolver o raciocínio financeiro adequado compreendendo noções de risco e recompensa.

Segundo Housel (2020), as ideias construídas pelas pessoas são mais baseadas nas emoções vividas do que nas informações racionais disponíveis. Nesse contexto, uma das fontes que influenciam as primeiras crenças sobre dinheiro são provenientes do ambiente familiar o qual a criança está inserida. Crianças que convivem com adultos que têm impulsividade em relação ao dinheiro, por exemplo, tendem a internalizar essa experiência como verdade. A TCC oferece mecanismos para identificação e a reestruturá-las desses pensamentos desde cedo, proporcionando alternativas mais funcionais como “eu posso esperar para ter o que quero”. A assimilação prematura pode ser conduzida para utilização de ferramentas como psicoeducação que é adequada para a idade.

Por fim, os achados de Gualtieri *et al.* (2023), os conceitos de TCC e os princípios da psicologia econômica Kahneman (2012), Tversky e Kahneman (1974) demonstra que a educação financeira infantil não deve ser limitada a regras mas sim direcionadas ao desenvolvimento cognitivo e emocional, utilizando para tal ferramentas lúdicas e a

participação ativa da criança, as tomadas de decisões simples realizadas pelo público infantil consolida o aprendizado de forma mais significativa.

## **5. Aplicação da TCC à Educação Financeira de Jovens e Adolescentes**

Segundo Beck (2022), os adolescentes são permeados por distorções cognitivas como “catastrofização”, “pensamento tudo ou nada” e “leitura mental”. Esses pensamentos tendem a influenciar em suas decisões financeiras. Jovens podem acreditar por exemplo que “se eu não comprar um tênis de marca, eu serei rejeitado” ou que “guardar dinheiro é inútil porque nunca será o suficiente”. A TCC pode auxiliar o adolescente a questionar e reformular ideias equivocadas sobre dinheiro, ajudando-o a enxergar sua situação financeira de forma mais clara e realista. Essa fase da vida coincide com o amadurecimento das funções executivas do cérebro, especialmente na região pré-frontal, que influencia diretamente o autocontrole e a tomada de decisões. A plasticidade cerebral torna esse período do indivíduo apropriado para receber intervenções cognitivas (PAPALIA; MARTORELL, 2022).

Tais premissas podem ser observadas no experimento do Banco Mundial e por Bruhn et al. (2013), em que alunos do ensino médio dos estados de Minas Gerais, Ceará, Rio de Janeiro, São Paulo, Tocantins e do Distrito Federal da rede pública receberam um projeto piloto que visava trabalhar com diferentes aspectos do comportamento ligados à realização de escolhas mais conscientes. Como resultado, houve um aumento de 4 pontos percentuais na economia de compras, melhora no planejamento financeiro pessoal e maior participação nas decisões de gasto doméstico. Estudos posteriores acompanham esse impacto: Bruhn et al. (2022) analisaram o mesmo grupo até 2020 e mostraram que, a longo prazo, houve redução no uso de crédito caro, menor risco de inadimplência e maior probabilidade de abertura de microempresas, confirmando efeitos positivos duradouros de intervenção.

Uma explicação possível é que muitos adolescentes praticam compras por status ou gastos sem planejamento. A teoria da perspectiva de Kahneman e Tversky (1979) contribui na compreensão do porque jovens tendem a supervalorizar ganhos imediatos, subestimando as perdas futuras, tornando assim fundamental o uso de estratégias educativas que realcem o adiantamento da recompensa e a consciência sobre consequências.

Sendo esse um período importante para intervenções baseadas em TCC, com a inclusão de tarefas de autoconhecimento financeiro, auto-observação de gastos, diários de pensamentos e emoções ligadas ao consumo. Essas técnicas, como o diálogo socrático, conduzem a reflexão e mudança de comportamento. Um exemplo dessa conversa é “o que está gasto diz sobre quem você quer ser?”, o adolescente é levado a uma reflexão desenvolvendo assim um senso de propósito (BECK, 2022).

Housel (2020) destaca que muitos adultos replicam padrões financeiros inadequados adquiridos na juventude. Educar adolescentes a terem consciência de suas crenças e hábitos os conduzirá para a prevenção de uma vida adulta presa em um círculo de endividamento e frustração. Klontz, Brad e Klontz, Ted (2017) argumenta que boa parte dos comportamentos financeiros observados em adultos têm raízes em crenças internalizadas ainda na adolescência, os chamados de “preceitos financeiros”. A identificação e reestruturação desses padrões é relevante para prevenir dificuldades futuras.

A TCC oferece um espaço terapêutico estruturado, que pode oferecer a prática de escolhas financeiras conscientes. Nesse ambiente, errar é compreendido como parte do aprendizado, e a reflexão crítica é incentivada e não punida. Gauttieri e Denison (2023) sugerem que, ao serem expostos a contextos estruturados as tomadas de decisões dos jovens conseguem avaliar cenários de incerteza com maturidade, mesmo que essa não seja a característica predominante nesse estágio da vida.

## 6. Aplicação da TCC à Educação Financeira de Adultos

Na vida adulta, os fatores que influenciam o comportamento financeiro estão mais relacionados ao meio social, às emoções e às experiências passadas do que ao conhecimento técnico (HOUSEL, 2020). A consolidação de crenças e hábitos torna as intervenções mais desafiadoras, mas igualmente necessárias. É fundamental compreender o contexto emocional e cognitivo do adulto para a construção de uma educação financeira eficaz. Crenças centrais enraizadas como “dinheiro é sempre a fonte de problemas” ou “só vive bem quem gasta muito” moldam pensamentos automáticos, guiando o indivíduo a gastos impulsivos, negligência ou medo de investir (KLONTZ; KLONTZ, 2017).

A TCC busca auxiliar na identificação desses padrões, avaliando sua veracidade e promovendo estratégias de enfrentamento mais saudáveis (BECK, 2022). Ainda que o adulto tenha informações sobre finanças, muitos permanecem presos a comportamentos impulsivos. Isso acontece porque agem de forma automática, sem refletir, o processo já descrito por Kahneman (2012), ao tratar do sistema 1. A intervenção cognitiva, nesse sentido, favorece o desenvolvimento de decisões mais conscientes.

Esses comportamentos são alinhados por vieses cognitivos e crenças distorcidas, que impedem o planejamento e dificultam o controle financeiro. Housel (2020) reforça que o maior problema não está na falta de conhecimento, mas na forma como a pessoa lida com emoções como medo, inveja e arrependimento.

Assim, dentro desse processo de identificar e reestruturar os *money scripts* ou crenças disfuncionais sobre dinheiro, um instrumento amplamente utilizado é o *Klontz Money Script Inventory - Revised* (KMSI-R), desenvolvido por Klontz e validado por Taylor, Klontz e Britt (2016). O inventário permite mapear os chamados *money scripts*, ou seja, crenças inconscientes sobre dinheiro formadas ao longo da vida, que influenciam diretamente o comportamento financeiro.

É importante destacar a diferença conceitual entre preceitos financeiros e *money scripts* que são crenças inconscientes sobre dinheiro utilizados na Psicologia financeira e que neste trabalho serão utilizados conforme seu respectivo campo teórico para preservar a clareza conceitual.

Os preceitos financeiros são crenças específicas sobre dinheiro formadas na infância e reforçadas por experiências emocionais marcantes ao longo da vida. Elas podem ser conscientes ou inconscientes e moldam padrões de comportamento financeiro que podem dificultar mudanças positivas em alguns momentos. Alguns exemplos podem incluir pensamentos como “dinheiro é fonte de estresse” ou “não sou nada bom com dinheiro” (KLONTZ; KLONTZ, 2017).

Os *money scripts* ou crenças inconscientes sobre dinheiro, onde o termo “inconsciente” tratado pelos autores da psicologia financeira não tem o mesmo sentido da psicanálise clássica. No modelo de Kontz e Kontz (2017), o inconsciente se refere a padrões de pensamento internalizados que operam de forma automática, sem percepção consciente imediata, influenciando decisões e comportamentos financeiros. Esses são padrões mais amplos e profundos, consistindo em crenças inconscientes e automáticas internalizadas ao longo da vida, que orientam a percepção e o comportamento financeiro de forma mais abrangente e menos acessível à consciência. O KMSI-R foi criado para identificar esses *scripts* inconscientes, que influenciam decisões e atitudes financeiras sem que o indivíduo perceba sua presença direta.

O KMSI-R avalia quatro categorias principais de *Scripts*: a evitação do dinheiro, a adoração ao dinheiro, a associação de dinheiro a status e a vigilância com o dinheiro. A aplicação clínica desse instrumento favorece o autoconhecimento e contribui para intervenções mais eficazes dentro da abordagem cognitivo-comportamental.

A Terapia Financeira proposta pelos autores combina a TCC com técnicas de reestruturação cognitiva, e permite modificar padrões prejudiciais, ajudando o adulto a construir uma nova forma de se relacionar com o dinheiro (KLONTZ; KLONTZ, 2017). Diante de desafios como manter o emprego estável, sustentar a família e planejar o futuro, essa abordagem pode proporcionar mais clareza e equilíbrio emocional. Ainda há poucos estudos práticos que validem essa aplicação, como apontam Gualtieri e Denison (2023), o que mostra a importância de novas pesquisas, principalmente em público de baixa renda.

#### 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS E IMPLICAÇÕES PRÁTICAS

Os estudos revisados neste artigo apontam que as decisões financeiras são influenciadas por vieses cognitivos, heurísticas, crenças inconscientes sobre dinheiro e experiências emocionais (TVERSKY; KAHNEMAN; TVERSKY 1974, 1979; KLONTZ; KLONTZ 2017; BECK 2022; HOUSEL 2020). Dado esse fato, é de suma importância a produção de conteúdo científico e literário que abordem a relação entre a psicologia e a educação financeira, visando a maior compreensão e aplicação prática para a solução e prevenção de problemas financeiros em diversas faixas etárias.

Sobre isso, é relevante mencionar que a TCC parte da concepção de que os pensamentos moldam as emoções e, por consequência, comportamentos, incluídos os financeiros. Essa psicoterapia tem se mostrado promissora no contexto financeiro, ao oferecer recursos que favorecem mudanças comportamentais. O autoconhecimento e a reestruturação de crenças desadaptativas ajudam as pessoas a fazer escolhas mais conscientes no dia a dia, como evitar compras impulsivas ou encontrar formas mais equilibradas de lidar com a ansiedade causada pelas dívidas.

Considerando que há evidências de que a Psicologia tem ganhado espaço no campo econômico e que a TCC oferece um acervo teórico robusto, ainda existe uma escassez de estudos práticos que comprovem a sua eficácia na educação financeira em diferentes contextos sociais.

Além disso, o levantamento bibliométrico realizado por Ditta e Ramires (2021) identificou que apenas 25,8% dos artigos publicados entre 2012 e 2021 sobre Educação Financeira abordam fundamentos da Psicologia Comportamental. Esse dado evidencia a carência de estudos que aprofundem a compreensão do comportamento financeiro a partir de bases psicológicas, o que fortalece a relevância de propostas que articulem a TCC como ferramenta de apoio à educação financeira ao longo do ciclo vital.

Diante disso, torna-se necessário preencher esse espaço com pesquisas que investiguem intervenções personalizadas, baseadas nas variáveis cognitivas e emocionais que estão envolvidas nas decisões financeiras.

Portanto, este estudo teve como objetivo analisar, por meio de uma revisão narrativa da literatura, de que maneira pensamentos, emoções e comportamentos, à luz da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), podem influenciar positivamente na educação financeira de crianças, adolescentes e adultos. Nas leituras encontradas, observou-se nesta pesquisa que ainda existe uma lacuna a ser preenchida entre a produção de material que ligue os campos da psicologia e das finanças, sobretudo no que diz respeito à aplicação prática das intervenções baseada em TCC nesse contexto.

No Brasil, iniciativas como a Estratégia Nacional de Educação Financeira (ENEF) e os esforços de outros órgãos como o próprio Banco Central e a CVM comprovam a existência do crescimento da implantação de projetos educacionais financeiros, esses, aliados à Psicologia, ampliaram ainda mais os recursos para essa finalidade. É preciso ressaltar que a literatura indica uma escassez de intervenções baseadas em TCC devidamente validadas, para a população, destacamos sobretudo a parcela economicamente vulnerável.

As limitações deste estudo foram a escassez de evidências experimentais que demonstram, de forma sistemática, a eficácia das ferramentas práticas da TCC no comportamento financeiro das pessoas. Embora a TCC ofereça estratégias para reestruturação cognitiva voltadas para a reestruturação dos pensamentos e comportamentos desadaptativos, não há, até o momento, uma base científica consolidada que comprove sua aplicação direta e adaptada para a educação financeira. Para mitigar essa situação, a conscientização, enquanto processo de discriminar variáveis que influenciam o comportamento, pode ser um dos caminhos. Dessa forma, ressalta-se que a integração, para ser bem sucedida, deve existir a capacitação de psicólogos e educadores, além da elaboração de programas baseados em evidências com foco na realidade brasileira. A efetividade desses programas educativos dependerá de uma investigação efetiva das variáveis socioculturais e emocionais que impactam o comportamento financeiro.

Por fim, conclui-se que há uma ligação entre práticas de educação financeira pessoal e qualidade de vida, sendo o primeiro uma ferramenta para alcançar o segundo. No entanto, mais estudos são necessários para explorar de forma mais efetiva essa intersecção entre psicologia, comportamento financeiro e bem-estar. Sobre isso, recomenda-se que investigações futuras ampliem suas fontes, especialmente a literatura internacional, e busquem alinhar os conceitos da Economia Comportamental com os fundamentos da TCC para que novas práticas possam ser desenvolvidas com base em evidências.

Mesmo assim, o conjunto de estudos analisados aponta que a Psicologia está ganhando espaço no campo econômico e que a TCC tem um arcabouço teórico promissor para contribuir com a mudança de comportamentos financeiros distorcidos.

Assim, espera-se que esse trabalho possa servir como base introdutória dessas novas investigações e à prática integrada. Também é desejado que o ser humano seja reconhecido em sua totalidade racional, emocional e histórica, no manejo do dinheiro ao longo da vida.

## REFERÊNCIAS

ABDALA, Vitor. **Inadimplência das famílias é a menor em quase dois anos, afirma Banco Central.** Agência Brasil, 7 fev. 2024. Disponível em: <<https://agenciabrasil.ebc.com.br/economia/noticia/2024-02/inadimplencia-das-familias-e-menor-em-quase-dois-anos/>>. Acesso em: 15 jul. 2025.

ALVES, J. *et al.* **On the relation between over-indebtedness and well-being: an analysis of the mechanisms influencing health, sleep, life satisfaction, and emotional well-being.** *Frontiers in Psychology*, v. 12, p. 591875, 2021

AMORIM, Daniela. **Proporção de endividados e inadimplência crescem em março, afirma CNC.** CNN BRASIL, 2024. Disponível em: <<https://www.cnnbrasil.com.br/economia/macroeconomia/proporcao-de-endividados-e-inadimplencia-crescem-em-marco-afirma-cnc/>>. Acesso em: 22 junho 2025

ATTISANO, Elizabeth; DENISON, Stephanie; GUALTIERI, Samantha. **Young children's use of probabilistic reliability and base rates in decision making.** *PLOS ONE*, v. 17, n. 5, p. 3-19, mai. 2022. Disponível em: <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0268790>>. Acesso em: 20 jun. 2025.

BANCO CENTRAL DO BRASIL. **Estratégia Nacional de Educação Financeira – ENEF.** Brasília: BCB, 2017. 44 p.

BANCO CENTRAL DO BRASIL. **Relatório de Estabilidade Financeira – 1º semestre de 2025. Brasília: BCB, 2025.** Disponível em: <<https://www.bcb.gov.br/publicacoes/ref.>>. Acesso em: 15 jul. 2025.

BECK, Judith S. **Terapia Cognitivo Comportamental: Teoria e Prática.** 3 ed. Porto Alegre: Artmed, 2022.

BRASIL. **Decreto nº 10.393, de 9 de junho de 2020:** institui a nova Estratégia Nacional de Educação Financeira (ENEF) e o Fórum Brasileiro de Educação Financeira (FBEF). Brasília, Diário da União, 2020.

BRITT, Sonya L; KLONTZ, Bradley T.; TAYLOR, Colby. **Reliability and convergent validity of the Klontz Money Script Inventory-Revised (KMSI-R).** 2016. 13 f. Journal of Financial Therapy, v. 6, n. 2. Disponível em: <<https://doi.org/10.4148/1944-9771.1100>>. Acesso em: 4 jul. 2025.

BRUHN, Miriam; LEÃO, Luciana; LEGOVINI, Arianna; MARCHETTI, Rogelio; ZIA, Bilal. **The impact of high school financial education: experimental evidence from Brazil.** Washington, DC: World Bank, 2013. (Policy Research Working Paper, n. 6723). Disponível em: <<https://hdl.handle.net/10986/16940>>. Acesso em: 14 jun. 2025.

CONFEDERAÇÃO NACIONAL DO COMÉRCIO DE BENS, SERVIÇOS E TURISMO (CNC). **Pesquisa de Endividamento e Inadimplência do Consumidor (Peic) – Dezembro de 2024.** Brasília: CNC, 2025. Disponível em: <[https://portaldocomercio.org.br/publicacoes\\_posts/pesquisa-de-endividamento-e-inadimplencia-do-consumidor-peic-dezembro-de-2024-e-balanco-anual/](https://portaldocomercio.org.br/publicacoes_posts/pesquisa-de-endividamento-e-inadimplencia-do-consumidor-peic-dezembro-de-2024-e-balanco-anual/)>. Acesso em: 15 jul. 2025.

CORDEIRO, José Neves Nilton; COSTA, Guto Vasconcelos Manoel; DA SILVA, Nascimento Márcio. Educação Financeira no Brasil: Uma Perspectiva Panorâmica. **Ensino Da Matemática Em Debate**, v. 5, n. 1, p. 69–84. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/emd/article/view/36841>>. Acesso em: 14 jun. 2025.

DITTA, Aline Wanderley Camisassa; RAMIREZ, Rodrigo Avella. **Educação Financeira e Psicologia Comportamental: a interface entre os dois campos de conhecimento.** XVII Simpósio dos Programas de Mestrado Profissional. Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza, São Paulo, 2021. Disponível em: <<http://www.pos.cps.sp.gov.br/files/artigo/file/1234/312afb81c2a79663b0333e9dd7090a0c.pdf>>. Acesso em: 15 jul. 2025.

FERREIRA, Vera Rita de Mello. **Psicologia econômica: origens, modelos, propostas.** 2007. 327 f. Tese (Doutorado em Psicologia Social) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2007. Disponível em: <<https://tede2.pucsp.br/handle/handle/17173>>. Acesso em: 4 jul. 2025.

GARBER, Gabriel; KOYAMA, Sérgio; ZIA, Bilal; BRUHN, Miriam. **The Long-Term Impact of High School Financial Education: Evidence from Brazil.** Policy Research Working Paper n. 10131, Washington, DC: The World Bank, jul. 2022. Disponível em: <<https://hdl.handle.net/10986/37774>>. Acesso em: 14 jun. 2025.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

GISBERT-PÉREZ, Júlia; MARTÍ-VILAR, Manuel; GONZÁLEZ-SALA, Francisco. **Prospect Theory: A Bibliometric and Systematic Review in the Categories of Psychology in Web of Science**. 2022. 10 f. Artigo (Revisão sistemática e bibliométrica) – Healthcare (Basel). Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36292546/>>. Acesso em: 4 jul. 2025.

GUALTIERI, Lisa; DENISON, Stephanie. **Children’s decision-making under uncertainty: Structure, inference, and developmental trajectories**. *Journal of Experimental Psychology: General*, v. 152, n. 2, p. 301–316, 2023.

HOUSEL, Morgan. **Psicologia financeira: Lições atemporais sobre fortuna, ganância e felicidade**. Rio de Janeiro: Harper Collins Brasil, 2020.

KAHNEMAN, Daniel. **Rápido e devagar: Duas formas de pensar**. Tradução de Cássio de Arantes Leite. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.

KAHNEMAN, Daniel; TVERSKY, Amos. **Prospect theory: An analysis of decision under risk**. *Econometrica*, v. 47, n. 2, p. 263–291, 1979.

KLONTZ, Brad; KLONTZ, Ted. **Mente acima do dinheiro: Transforme sua vida financeira usando os segredos da terapia financeira**. 2. ed. São Paulo: Cultrix, 2017.

LEAL, Gabriela de Oliveira. **Educação financeira no Brasil: uma revisão de literatura estado da arte**. 2020. Dissertação (Mestrado em Desenvolvimento no Estado Democrático de Direito) - Faculdade de Direito de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2020.

MALMENDIER, Ulrike; NAGEL, Stefan. **Depression babies: do macroeconomic experiences affect risk taking?** *The Quarterly Journal of Economics*, Oxford, v. 126, n. 1, p. 373–416, 2011. Disponível em: <<https://doi.org/10.1093/qje/qjq004>>. Acesso em: 19 jun. 2025.

MANSO, Maria Helena; BERNARDES, Luiz Antônio. **Terapia Cognitivo-Comportamental como proposta de intervenção para comportamentos financeiros disfuncionais**. *Pretextos – Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas*, v. 5, n. 10, p. 477-487, jul./dez. 2020. [researchgate.net](https://researchgate.net)

MAYIWAR, Lewend; WAN, Kai Hin; LOHRE, Erik; FELDMAN, Gilad. (2024). **Revisiting representativeness heuristic classic paradigms**: Replication and extensions of nine experiments in Kahneman and Tversky (1972). *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 2006.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *Suicide worldwide in 2019: global health estimates*. Geneva: WHO, 2021. Disponível em: <<https://www.who.int/publications/i/item/9789240026643>>. Acesso em: 24 jun. 2025.

ORGANIZAÇÃO PARA A COOPERAÇÃO E DESENVOLVIMENTO ECONÔMICO – OCDE. **Improving Financial Literacy: Analysis of Issues and Policies**. Paris: OECD Publishing, 2021. Disponível em:

<[https://www.oecd.org/en/publications/improving-financial-literacy\\_9789264012578-en.html](https://www.oecd.org/en/publications/improving-financial-literacy_9789264012578-en.html)>. Acesso em: 19 de junho de 2025.

PAPALIA, D. E.; MARTORELL, G. **Desenvolvimento humano**. 14. ed. Porto Alegre: McGraw-Hill, 2022. Cap. 11.

PATI, Raphael. **Inadimplência avança entre as famílias brasileiras em 2024, afirma CNC**. Correio Braziliense, 4 jan. 2025. Disponível em: <<https://www.correiobraziliense.com.br/economia/2025/01/7041674-inadimplencia-avanca-entre-as-familias-brasileiras-em-2024-revela-cnc.html>>. Acesso em: 15 jul. 2025.

RICHARDSON, T.; ENRIQUE, A.; EARLEY, C.; ADEGOKE, A.; HISCOCK, D.; RICHARDS, D. **The acceptability and initial effectiveness of “Space From Money Worries”: An online cognitive behavioral therapy intervention to tackle the link between financial difficulties and poor mental health**. *Frontiers in Public Health*, v. 10, art. 739381, 2022. DOI: 10.3389/fpubh.2022.739381. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9046654/>>. Acesso em: 15 jul. 2025.

ROYAL SWEDISH ACADEMY OF SCIENCES. Daniel Kahneman: **The Sveriges Riksbank Prize in Economic Sciences in Memory of Alfred Nobel 2002**. Estocolmo: The Nobel Foundation, 2002. Disponível em: <<https://www.nobelprize.org/prizes/economic-sciences/2002/kahneman/facts/>>. Acesso em: 03 jul. 2025.

ROTHER, Edna Terezinha. **Revisão Sistemática X Revisão Narrativa**. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 20, n. 2, junho, 2007, p. 2, Escola Paulista de Enfermagem SP. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-21002007000200001](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002007000200001)>. Acesso em: 23 de junho de 2025.

SERASA. **83% dos endividados sofrem insônia por conta das dívidas e 74% têm dificuldade de se concentrar, revela pesquisa da Serasa**. São Paulo, 2022. Disponível em: <<https://www.serasa.com.br/imprensa/83-dos-endividados-sofrem-insonia-por-conta-das-dividas-e-74-tem-dificuldade-de-se-concentrar-revela-pesquisa-da-serasa/>>. Acesso em: 24 jun. 2025.

TOKARNIA, Mariana. **Educação financeira será obrigatória na Base Nacional**. Agência Brasil, Brasília, 04 abr. 2019. Disponível em: <<https://agenciabrasil.ebc.com.br/educacao/noticia/2019-12/educacao-financeira-chega-ao-ensino-infantil-e-fundamental-em-2020>>. Acesso em: 02 jul. 2025.

TVERSKY, Amos; KAHNEMAN, Daniel. **Judgment under uncertainty: Heuristics and biases**. *Science*, v. 185, n. 4157, p. 1124–1131, 1974.