

**XV** CONGRESSO BRASILEIRO  
**DE TERAPIAS  
COGNITIVAS**  
**SALVADOR - BA**  
18 a 21 de abril de 2023



**FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TERAPIAS COGNITIVAS – FBTC**  
**ANAIS DO XV CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIAS COGNITIVAS**

**Wilson Vieira Melo**  
Presidente do XV CBTC

**Marcele Regine de Carvalho**  
Coordenadora Científica do XV CBTC

**Salvador**

**2023**

# A ATUAÇÃO DAS TCCS E TERAPIAS DE TERCEIRA GERAÇÃO EM PROCESSOS DE CARREIRA

Autores Leciana Medina <sup>1</sup>, Renata Albuquerque <sup>1</sup>, Ana Flávia Ibiapina <sup>1</sup>, Soraya Costa <sup>1</sup>,  
Instituição <sup>1</sup> IPC - Instituto de Psicologia e Carreira (Rua Marcos Macedo, 1233, sala 818,  
Meireles Fortaleza Ceará)

## Resumo

### Introdução

O mundo do trabalho chamado 4.0, era da cibernética, tem exigido das pessoas uma vida mais ágil, volátil e o desenvolvimento de muitas competências comportamentais. Com isso o processo de orientação de carreira sai do modelo tradicional com aplicação de testes vocacionais para um modelo que acompanhe as exigências do mercado atual.

### Objetivos

Assim, o presente trabalho tem como objetivo geral levar para os psicólogos que atendem demandas de carreira, em seus consultórios, um aprofundamento de conhecimentos da Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) e de terceiras gerações no contexto de saúde mental no trabalho e no desenvolvimento de carreira. Para tal, cada participante da mesa apresentará contribuições complementares sobre a temática supracitada, como ela pode ser aplicada no processo de carreira junto com a terapia de aceitação e compromisso e com ajuda da terapia do esquemas para que o cliente faz uma tomada de consciência e de escolhas de forma mais convicta das suas competências e do conhecimento de qual das competências precisam ser desenvolvidas para uma autorrealização profissional.

### Métodos

Como método foi realizado, no primeiro momento, uma revisão bibliográfica no período entre fevereiro de 2021 a agosto de 2021. Utilizou-se as palavras-chave “carreiras”, “orientação de carreira”, “terapia cognitivo comportamental” e “terapia de terceira geração”. Foram encontrados 72 artigos nas plataformas scielo, sendo utilizados 13 artigos. No segundo momento foi feita a aplicação em vários clientes utilizando a metodologia denominada “orientação de carreira com base nas terapias cognitivas e contextuais”.

### Resultados

Nessa mesa apresentar-se-á as principais técnicas, as etapas do processo de OPC e a aplicação das TCC e contextuais, bem como será apresentada a eficácia dos resultados através do relato dos clientes.

### Discussão

Quando comparados ao método tradicional de orientação de carreira usando somente testes vocacionais, essa nova metodologia (OPC e TCC) ganha eficácia nos resultados.

**Palavras-chaves:** Terapia cognitivo comportamental, estratégias psicoterápicas , Terapia de terceira geração, carreira