



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 RELEVÂNCIA DA CONCEITUALIZAÇÃO COGNITIVA PARA O TRATAMENTO EM TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

Autores Alessandra Rios Sanches Delconti ¹

Instituição ¹ PUCRS - Pontifícia Universidade Católica (Rio Grande do Sul)

Resumo

Introdução

A conceitualização cognitiva é um aspecto central para a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), essa permite e facilita a realização da atuação do psicólogo de forma mais abrangente, possibilitando a diminuição do sofrimento subjetivo do paciente ao longo do processo psicoterápico.

Objetivos

Objetivou-se identificar a importância e as contribuições da conceitualização na Terapia Cognitivo-Comportamental a fim de entender e contribuir no processo psicoterapêutico e tratamento dos pacientes.

Métodos

Trata-se de uma Revisão Bibliográfica de Literatura, a seleção das fontes foi realizada nas seguintes plataformas de busca: *Scientific Electronic Library Online*, Portal de Periódicos da Capes, Rede de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal e no Google Acadêmico. Com as seguintes palavras-chaves: Terapia Cognitiva Comportamental; Conceitualização Cognitiva; Terapias Cognitivas; *Cognitive-Behavioral Therapy*; *Conceptualization*; *Case conceptualization*. Incluiu-se artigos e livros, em língua portuguesa e inglesa dos últimos 15 anos (2007 a 2022). Após, a seleção das fontes, realizou-se uma análise reflexiva das obras levantadas.

Resultados

Resultando no entendimento da relevância da conceitualização cognitiva que é uma ferramenta clínica importante para identificar as problemáticas dos pacientes e a organização dos seus pensamentos e comportamentos dentro do modelo cognitivo. Além do mais, favorece a visualização, tanto do terapeuta e do paciente, dos conteúdos que estão sendo expressos verbalmente, e pode indicar e proporcionar o entendimento das técnicas a serem utilizadas ao longo da abordagem. E uma conceitualização pautada nos fundamentos da TCC, ajuda o paciente a lidar melhor com suas emoções e caminhar sozinho, ensina novas habilidades para a construção de um ser que saiba manejar seus conflitos.

Discussão

Conclui-se, que as conceitualizações informam os pontos de escolha em relação às opções de tratamento e à resolução dos desafios da terapia. Uma conceitualização individualizada informará de maneira mais útil esses pontos de escolha proporcionando uma psicoterapia mais acurada para o paciente.

Palavras-chaves: Terapia Cognitiva Comportamental, Conceitualização Cognitiva, Psicoterapia