

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

DA PSICANÁLISE À TCC – UMA MUDANÇA NA ABORDAGEM.

Autores Arthur Amorim Conti ¹, Luciana Brooking ¹

Instituição ¹ UVA - Universidade Veiga de Almeida (R. Ibituruna, 108 - Maracanã, Rio de Janeiro - RJ, 20271-020)

Resumo

Introdução

A escolha de uma abordagem na clínica é parte fundamental da formação acadêmica e profissional do psicólogo. Tal escolha norteará o manejo clínico e métodos a serem utilizados para a melhora do paciente. D., 28 anos, Assistente Administrativa, trouxe em seus primeiros atendimentos uma queixa latente: não conseguia superar o término de seu casamento. Inicialmente, seus atendimentos foram conduzidos pela ótica da Psicanálise e com a mudança de equipe por parte do estagiário, a condução do caso precisou ser adaptada para a TCC.

Objetivos

O objetivo deste trabalho consiste em descrever a mudança de abordagem da Psicanálise para a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) em um Serviço de Psicologia Aplicada (SPA) e a resposta da paciente a tais mudanças.

Métodos

A primeira técnica da TCC apresentada à paciente foi o Checklist de Auto Avaliação Comportamental e, como tarefa de casa, o Estabelecimento de Metas a fim de manter o foco e motivação da paciente no processo terapêutico. As metas apresentadas pela paciente foram organizar sua rotina de estudos, visando aprovação em concurso público e redução de seu quadro de ansiedade social, o qual apresentava comportamentos de esquiva ao expressar-se publicamente. Após o estabelecimento das metas, foi aplicada a ferramenta Roda da Vida com o objetivo de ampliar a avaliação da paciente sobre si e também de reavaliar as metas já estabelecidas. Para lidar com o quadro de ansiedade, foram apresentadas ao longo das sessões as técnicas: A.C.A.L.M.E.S.E, respiração diafragmática e mindfulness. Além disso, foi realizada com a paciente uma psicoeducação constante, visando explicar o funcionamento da TCC, bem como o modelo cognitivo, para que ela identificasse seus pensamentos disfuncionais e se tornasse sua própria terapeuta.

Resultados

Ao final do processo, o feedback da paciente foi positivo em relação ao método da TCC e ao estabelecimento das metas, relatando que através da nova abordagem pôde organizar seus estudos e se encontrava mais consciente de seus pensamentos, emoções e comportamentos disfuncionais. Após 10 meses de atendimento, a paciente conseguiu aumentar a sua autoeficácia a ponto de identificar que já havia obtido os resultados desejados com a psicoterapia, decidindo por finalizá-la

Discussão

Apesar das abordagens convergirem e divergirem em diversos aspectos, a mudança tanto para o estagiário, quanto para a paciente, foi importante, pois proporcionou descobertas e adaptações positivas. Neste caso, portanto, a mudança de abordagem proporcionou um maior estreitamento da relação terapêutica e uma evolução significativa na motivação da paciente com as técnicas propostas.

Palavras-chaves: Aliança Terapêutica, Clínicas-Escola, Psicologia Clínica

