

Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento

Faz Sentido?

Variações do Debate Cognitivo em Psicoterapia: Um Caso de Insucesso

Luís Filipe Oliveira Santos

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

Orientação Científica

Professora Doutora Liliana Meira

Co-orientação Científica

Professora Doutora Anita Santos

Faz Sentido?

Variações do Debate Cognitivo em Psicoterapia: Um Caso de Insucesso

Resumo

O modelo da reestruturação cognitiva considera que a etiologia das perturbações psicológicas reside na forma como as pessoas conceptualizam a realidade, bem como nos mecanismos de processamento da informação que lhe estão associados. A terapia cognitivo-comportamental, através do debate cognitivo, desenvolve um trabalho estruturado e colaborativo, orientado por objectivos terapêuticos, e elege como principal foco a avaliação dos pensamentos automáticos, dos erros cognitivos e das crenças centrais de cada cliente, de forma a ajudá-los na construção de conceptualizações de si, dos outros e do mundo mais realistas e adaptativas. O presente estudo de caso teve como objectivo identificar e descrever as variações do debate cognitivo enquanto variáveis nucleares do processo terapêutico cognitivo-comportamental num caso clínico de insucesso, com diagnóstico de perturbação depressiva major recorrente, moderada e sem comorbilidade, e caracterizar a relação entre estas variáveis e o processo de mudança da cliente. Examinaram-se as transcrições de cinco sessões terapêuticas (1.^a, 4.^a, 8.^a, 12.^a e 16.^a), com recurso à análise de conteúdo categorial, identificaram-se as técnicas de reestruturação cognitiva seleccionadas pela terapeuta e contextualizaram-se os seus objectivos. Os resultados sugerem intervenções terapêuticas apoiadas em marcadores de compreensão e de desafio e respostas de validação, invalidação e ambivalência por parte da cliente. As conclusões do estudo suportam a relevância da análise das técnicas de reestruturação cognitiva enquanto variáveis de análise do processo terapêutico, particularmente nos casos de insucesso terapêutico.

Palavras-chave: técnicas de reestruturação cognitiva, insucesso terapêutico