



Carlos Filipe Teixeira Lopes Gonçalves Correia

**Caraterização da evolução dos erros cognitivos ao longo da terapia cognitivo-  
comportamental na depressão**

**Dissertação de Mestrado em  
Psicologia Clínica e da Saúde**

Orientação: **Prof.<sup>a</sup> Doutora Liliana Meira**

**Prof.<sup>a</sup> Doutora Anita Santos**

Setembro, 2016

## **Caraterização da evolução dos erros cognitivos ao longo da terapia cognitivo-comportamental na depressão**

### **Resumo**

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) tem consistentemente demonstrado ser eficaz no tratamento da depressão tendo por base, sobretudo, estudos de resultado terapêutico assentes em ensaios clínicos. Os estudos do processo terapêutico, por seu turno, tendem a apontar para a mediação cognitiva como principal mecanismo de mudança. O presente estudo tem como objetivos identificar e caraterizar a evolução dos erros cognitivos, enquanto componentes cognitivos centrais na mudança terapêutica, ao longo do processo de TCC, e explorar a associação entre a evolução observada e o resultado terapêutico. Para o efeito, foram analisados dez casos clínicos diagnosticados com perturbação depressiva major, leve a moderada, não medicados, que beneficiaram de 16 sessões de TCC. O *Cognitive Error Rating Scale* (CERS) foi utilizado como instrumento de recolha de dados. Os resultados demonstraram um padrão global de decréscimo dos ECs ao longo do processo terapêutico, mais saliente nos casos de sucesso. Nos casos de insucesso, a evolução dos ECs seguiu um padrão distinto, uma vez que a diferença na frequência de ECs entre a primeira e a última sessões é inferior à registada nos casos de sucesso. A análise da valência dos ECs permitiu ainda constatar que a maioria dos ECs identificados foram de valência negativa. Conclui-se que a identificação de ECs parece assumir-se como relevante e necessária na compreensão do processo terapêutico, bem como no treino e supervisão de terapeutas em TCC.

Palavras-chave: erros cognitivos; perturbação depressiva major; terapia cognitivo-comportamental (TCC); cognitive error rating scale (CERS)