



Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde
Dissertação

Empatia e Regulação Emocional na Depressão: Análise Intensiva de um Caso Clínico de
Sucesso em Terapia Focada nas Emoções

Discente:

André Tiago Castelo Branco Teixeira Marques, nº 18053

Orientador:

Professor Doutor João Salgado

Castêlo da Maia,
Outubro, 2020

Empatia e regulação emocional: Análise intensiva de um caso clínico de sucesso em Terapia Focada nas Emoções para a Depressão

Resumo

Este estudo, de carácter exploratório e idiográfico, teve como principal objetivo explorar a evolução da empatia expressa pelo terapeuta, da regulação emocional do cliente e dos sintomas clínicos, ao longo do processo terapêutico, num caso clínico de sucesso, que fez parte de um ensaio clínico aleatorizado para o tratamento da depressão. Este estudo também procurou averiguar uma eventual associação entre variáveis sessão a sessão. Os dados sobre a empatia e a regulação emocional foram recolhidos a partir da visualização e codificação dos 20 minutos intermédios das 16 sessões do processo terapêutico, a partir de duas medidas observacionais: *Measure of Expressed Empathy* (MEE; Watson & Prosser 1999, 2002) e *Observer Measure of Affect Regulation* (OMAR; Watson & Prosser, 2006). Para averiguar uma eventual associação longitudinal entre as variáveis utilizou-se o software *Simulation Modeling Analysis* (SMA; Borckardt & Nash, 2014). Os resultados indicam uma associação positiva, estatisticamente significativa, entre os sintomas clínicos e a empatia expressa na mesma sessão (lag 0: $r = +.69, p = .001$). Concluiu-se que os momentos de maior sofrimento da cliente estiveram associados a uma maior expressão de empatia e compaixão por parte do terapeuta.

Palavras-chave – Psicoterapia, Empatia, Regulação Emocional, Resultado Terapêutico.