



Instituto Universitário da Maia

Episódios emocionais e psicoterapia construtivista do luto: Estudo de Caso

Tânia Daniela Gonçalves Ferreira

Dissertação de Mestrado

Em Psicologia Clínica e da Saúde

Trabalho realizado sob a orientação da Professora Doutora Daniela Nogueira

Setembro, 2018

## **Resumo**

A mudança terapêutica duradoura da pessoa enlutada está intimamente ligada à ativação de processos emocionais, promovendo assim a reestruturação de significados anteriores e também a criação de novos significados. O presente estudo tem como objetivos identificar as emoções mais frequentes no decorrer das sessões de um caso de luto por uma perda gestacional, bem como a evolução dos Episódios Emocionais ao longo de todo o processo terapêutico. A amostra deste estudo trata-se de uma cliente referenciada para o acompanhamento psicológico individual, com diagnóstico de luto complicado devido a uma perda gestacional. Como medida de processo utilizou-se o método dos Episódios Emocionais de forma a avaliar as mudanças ocorridas nas emoções ao longo das sessões de terapia. Verificou-se nas sessões iniciais majoritariamente a presença de emoções desadaptativas, nomeadamente Tristeza, estando esta relacionada com a perda gestacional assim como memórias e factos associados à mesma. Na quarta sessão e até ao final do processo terapêutico, verificou-se uma evolução da experiência emocional, ou seja, passaram a ser visíveis emoções adaptativas como Amor e Alegria associadas à capacidade expressa pela cliente em conseguir lidar novamente com a presença de outros bebés e grávidas, assim como uma maior capacidade em lidar com a dor da perda da sua bebé. A perda gestacional mudou também a perspetiva que a cliente apresentava sobre a vida, passando a valorizar ainda mais a presença do marido, filhos e restante família. Assim os resultados obtidos permitem constatar a transformação emocional, concluindo-se que o processo terapêutico da cliente se trata de um caso de sucesso.

**Palavras-chave:** emoções, episódios emocionais, mudança emocional, perda gestacional, luto