



Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento

Fátima Isabel Pereira Gouveia

Nº 30749

Processamento emocional e regulação emocional na terapia focada nas emoções
em casos de depressão

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

Trabalho realizado sob a orientação da Professora Doutora Daniela Nogueira,
Instituto Universitário da Maia

Setembro de 2017

Processamento emocional e regulação emocional na terapia focada nas emoções em casos de depressão

Resumo

O estudo da influência do processamento emocional e da regulação emocional no processo de mudança tem-se tornado relevante nas últimas décadas. O presente estudo analisa os níveis de processamento emocional e de regulação emocional, de 19 casos clínicos diagnosticados com Perturbação Depressiva Major, em que o modelo terapêutico adotado foi a Terapia Focada nas Emoções. O objetivo primordial consistiu em analisar a relação entre os valores de processamento emocional e os casos de sucesso e insucesso e explorar a relação entre o processamento emocional e a regulação emocional. Para tal, foram utilizadas escalas de avaliação como a escala de experiencição (EXP) e a escala de avaliação da regulação emocional (O-MAR). No que diz respeito à regulação emocional, foram utilizadas sessões previamente codificadas. Por outro lado, para a análise do processamento emocional foram codificadas três sessões (S4, S8 e S12) da fase intermédia do processo terapêutico, correspondentes à fase de trabalho terapêutico. Os resultados revelaram que, nos casos de sucesso, foram alcançados níveis mais elevados de processamento emocional. Também foi verificada uma correlação positiva entre o processamento emocional na fase inicial (S4) e final (S12) de trabalho terapêutico e a regulação emocional no início (S1) e no fim (S16) do processo terapêutico, respetivamente. Estes resultados comprovam a influência das variáveis em estudo enquanto peças fundamentais no processo de mudança em contexto terapêutico.

Palavras-chave: processamento emocional, regulação emocional, processo de mudança, terapia focada nas emoções.