



**Estudo exploratório sobre os estádios de preparação para a mudança em  
psicoterapia com mulheres vítimas de violência nas relações de intimidade**

Cátia Vanessa Batista Lemos - 24627

Instituto Universitário da Maia

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

Trabalho realizado sob a orientação da Professora Doutora Maria Anita Carvalho dos  
Santos

Setembro de 2016

# **Estudo exploratório sobre os estádios de preparação para a mudança em psicoterapia com mulheres vítimas de violência nas relações de intimidade**

## **Resumo**

A violência nas relações de intimidade é conhecida com um dos maiores crimes públicos da atualidade, devido ao número elevado de vítimas registrado nos últimos anos, e o maior desafio que a vítima tem é a cessação dos abusos. A presente investigação tem como principal objetivo analisar o processo de mudança em mulheres vítimas de violência na intimidade, recorrendo ao Modelo Transteórico de Prochaska e DiClemente. Para tal, foram analisados 4 casos clínicos submetidos a terapias individuais – Terapia Cognitivo Comportamental e Terapia Narrativa – e 1 grupo terapêutico, recorrendo ao Sistema de Codificação dos Estádios de Mudança. Os resultados indicam que os estádios que demonstraram uma maior frequência foram a Contemplação e a Ação. Segundo estes estádios pode-se concluir que as vítimas se encontram numa fase de consciencialização e em busca de modificar o seu comportamento. Também foi possível observar que a Contemplação e a Ação têm um papel essencial na mudança, independentemente do tipo de intervenção.

Palavras-chave: Violência nas relações de Intimidade; Mulheres vítimas; Estádios da Mudança