



Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento

Carla Sofia Alves da Silva Ferreira

Nº 30805

Evolução da reestruturação cognitiva em terapia cognitivo-comportamental para a depressão
em função de dimensões esquemáticas

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

Trabalho realizado sob a orientação da Prof^ª Doutora Liliana Meira e coorientação da Prof^ª

Doutora Anita Santos

Instituto Universitário da Maia

Outubro de 2017

Evolução da reestruturação cognitiva em terapia cognitivo-comportamental para a depressão em função de dimensões esquemáticas

Resumo

A investigação tem demonstrado a eficácia da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) no tratamento da depressão. A reestruturação cognitiva assume-se como uma estratégia global definidora na TCC, que se consubstancia num conjunto de técnicas usadas com o objetivo de substituir crenças desadaptativas por crenças mais ajustadas. De acordo com o Modelo Cognitivo do A. Beck, as crenças desadaptativas têm origem em esquemas cognitivos, estruturas rígidas de organização do significado resultantes das experiências da pessoa, que podem ser caracterizados por duas dimensões: sociotropia e autonomia. A estas dimensões estão associadas problemáticas distintas, umas orientadas para os outros e outras para si próprio, respetivamente. O presente estudo tem o objetivo de identificar e explorar a evolução da reestruturação cognitiva ao longo do processo em TCC em casos de depressão e identificar possíveis padrões distintos entre casos de dimensões esquemáticas de sociotropia ou autonomia. A amostra de participantes contemplou oito casos clínicos com diagnóstico de perturbação depressiva major, alvo de um processo terapêutico de 16 sessões de TCC. Para a codificação dos dados foi utilizado o Sistema de Codificação das Técnicas de Reestruturação Cognitiva (SCRC) e um procedimento de codificação das dimensões desenvolvido para o efeito. Os resultados indicam que a sociotropia e autonomia se distribuem de forma distinta consoante o resultado terapêutico e o processo de reestruturação cognitiva evolui de modo distinto. Conclui-se que o estudo é relevante, na medida em que estas dimensões poderão contribuir para a compreensão do processo terapêutico em TCC.

Palavras-chave: reestruturação cognitiva; perturbação depressiva major; terapia cognitivo-comportamental (TCC); sociotropia e autonomia.