



**A mudança cognitiva na Terapia Cognitivo-Comportamental para a depressão:
Estudo exploratório acerca da caracterização dos erros cognitivos e das atitudes
disfuncionais nos casos com sucesso e com insucesso terapêutico.**

Joana Cláudia Marques Oliveira N° 21984

ISMAI – 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

Fevereiro, 2016

**A mudança cognitiva na Terapia Cognitivo-Comportamental para a depressão:
Estudo exploratório acerca da caracterização dos erros cognitivos e das atitudes
disfuncionais nos casos com sucesso e com insucesso terapêutico.**

Resumo

Este estudo torna-se pertinente, apesar das lacunas que ainda existe na investigação empírica, particularmente, em relação ao processo de mudança em Terapia Cognitivo-Comportamental. Todavia e embora a literatura ainda seja ampla no que se refere aos estudos acerca dos resultados terapêuticos e aos ensaios clínicos, torna-se importante perceber quais os fatores que influenciam o processo de mudança, como por exemplo, as mudanças cognitivas.

A presente investigação tem como objetivo principal compreender a evolução das atitudes disfuncionais e dos erros cognitivos ao longo da Terapia Cognitivo-Comportamental. Para isso, foram utilizados cinco casos contrastantes, sendo três de sucesso e dois de insucesso. Os resultados apontam para a existência de diferenças sobretudo, no número e categorização dos erros cognitivos, e na presença de atitudes disfuncionais, nas diferentes fases de evolução do processo terapêutico, relativamente aos grupos de sucesso e de insucesso. Na fase inicial, as clientes do grupo de sucesso têm maior número de erros cognitivos, assim como uma pontuação mais elevada de atitudes disfuncionais. No final do processo estes valores diminuem, de forma coerente com a diminuição dos valores dos resultados terapêuticos que indiciam sucesso. Porém, nos grupos de insucesso, tanto em erros cognitivos como em atitudes disfuncionais, não existe grande diferença entre as sessões, não havendo mudança cognitiva.

Palavras Chave: *Terapia Cognitivo-Comportamental; Erros Cognitivos; Atitudes Disfuncionais; Mudança cognitiva.*