



Ana Filipa Ferreira Tavares N°22483

O Processamento Emocional na Terapia Cognitiva Comportamental

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

Orientação: **Professor Doutor João Salgado**

Março, 2017

RESUMO

Atualmente o processamento emocional (PE) é considerado como um dos processos-chave para a mudança no cliente. O PE está devidamente estudado nas terapias experienciais, porém pouco se sabe sobre o seu papel na terapia cognitivo-comportamental (TCC). Por essa razão, o objetivo deste estudo é averiguar se os níveis de PE na fase intermédia da terapia permitem distinguir casos de sucesso dos de insucesso. A escala de Experienciação (EXP) foi utilizada neste estudo para medir os níveis de profundidade do PE, e o BDI-II como medida de resultados terapêuticos. O modelo de assimilação de Experiências Problemáticas, é igualmente importante em psicoterapia. Assim, a escala de Assimilação de Experiências Problemáticas (EAEP) foi utilizada enquanto medida qualitativa da resolução de problemas do cliente. Deste modo, o segundo objetivo deste estudo é averiguar se existe uma relação entre a evolução da assimilação de experiências problemáticas do início para o fim da terapia e o PE na fase intermédia. Os resultados demonstraram que na fase intermédia, os níveis de PE elevados correspondem aos casos de sucesso no final da terapia. Os resultados demonstraram ainda que existe uma relação positiva entre o PE e a EAEP. Desta forma, o PE parece ser igualmente importante na TCC, e ambas as variáveis (PE e EAEP) estão associadas ao sucesso terapêutico.

Palavras-Chave: Processamento Emocional; Assimilação de Experiências Problemáticas; Terapia Cognitivo-Comportamental