



**A evolução da reestruturação cognitiva num caso de sucesso de Terapia
Cognitivo-Comportamental da Depressão**

Marcos Filipe Pereira Castro - nº 18643

ISMAI- Instituto Universitário da Maia

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

Trabalho realizado sobre a co-orientação:

Prof.^a Doutora Maria Anita Carvalho dos Santos

Prof.^a Doutora Liliana Maria Alves de Meira

Outubro, 2016

A evolução da reestruturação cognitiva num caso de sucesso de terapia cognitivo-comportamental da depressão

Resumo

A literatura tem sido unânime em validar empiricamente a eficácia da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) no tratamento da Depressão. Contudo, permanece por explorar de um modo mais aprofundado os mecanismos subjacentes à mudança terapêutica. A necessidade de mais estudos de processo e/ou de eficiência da TCC é reconhecida pela comunidade científica como essencial, quer para o desenvolvimento de estratégias e técnicas de intervenção mais eficazes, quer para a compreensão do processo terapêutico em toda a sua complexidade. O presente estudo tem como objetivo identificar o padrão de evolução da reestruturação cognitiva, a estratégia de referência do processo de mudança em TCC, ao longo do processo terapêutico, de forma a contribuir para a compreensão do seu papel no sucesso terapêutico. A participante do estudo foi uma mulher com 33 anos, diagnosticada com depressão moderada, que após o término de um processo de TCC foi considerada um caso de sucesso. A identificação dos diferentes procedimentos associados à reestruturação cognitiva foi efetuada através do Sistema de Codificação dos Indicadores da Reestruturação Cognitiva. Os resultados apontam para um padrão de evolução que regista uma tendência para o aumento gradual da saliência da reestruturação cognitiva da fase inicial para a fase intermédia do processo terapêutico, e a diminuição das sessões intermédias para o término do processo, apontando para um papel central nas sessões intermédias. Os resultados deste estudo sugerem que os terapeutas devem privilegiar a utilização diferenciada dos procedimentos de reestruturação cognitiva nas diferentes fases do processo terapêutico (inicial, intermédia e final).

Palavras-chave: reestruturação cognitiva; terapia cognitivo-comportamental; processo terapêutico; depressão.