



TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL E TÉCNICA DE RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS: UM ESTUDO DE CASO

Ana Luiza Xavier Correia¹; Tatiana de Cássia Ramos Netto²; Jacqueline Araújo de Souza³.

¹Graduanda do curso de Psicologia; Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru, analuiza_xavier@hotmail.com

²Docente do curso de Psicologia, Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru, taty_psy@yahoo.com.br

³Docente do curso de Psicologia, Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru, asouzajacqueline@yahoo.com.br

Esse estudo de caso objetiva descrever as práticas clínicas de uma intervenção psicoterápica na abordagem cognitivo-comportamental, realizada numa clínica-escola de Psicologia, numa universidade particular do interior de São Paulo. O caso refere-se a uma jovem, sexo feminino, 25 anos, universitária, com um histórico familiar desestruturado e com uma crise em relação a sua sexualidade. Seus pais são divorciados, e a mesma mora com seu noivo e a sogra, fazendo visitas regulares ao pai e a mãe. Sua queixa baseia-se sobre a dúvida em ter ou não experiências afetivas e sexuais com uma pessoa do mesmo sexo. A cliente encontra-se em união estável com o companheiro que inclusive apoia positivamente para que a mesma tenha experiências sexuais com mulheres num modelo extra-conjugal. A cliente apresenta relatos verbais de desejo por homens e mulheres, porém, suas experiências sexuais e afetivas limitarem-se ao sexo oposto. O processo de intervenção encontra-se ainda em andamento, contudo até o presente momento foram realizados 18 atendimentos semanais com duração de 50 minutos. Os procedimentos feitos foram através de técnicas de diálogo socrático, resolução de problemas, levantamento dos prós e contras, tarefas de casa e também relato de sentimentos e emoções através de um diário. Dentro da abordagem citada, escolheu-se aplicar o treino em resolução de problema por ser um processo que faz emergir uma grande quantidade de respostas alternativas para lidar com uma situação problema as quais possibilitam a escolha de respostas mais adequadas e a redução das emoções negativas. Os resultados parciais apontam para uma avaliação mais acurada do problema, tentativas iniciais na efetividade da solução do mesmo tendo uma postura mais positiva frente às suas dificuldades. Conclui-se que a técnica de resolução de problemas apresenta efeitos satisfatórios, pela uso técnica em si causando diminuição do sofrimento psíquico gerado pela dúvida. Esse tipo de treino e o aumento da expressão de sentimentos e emoções pode trazer prontidão para a mudança e aumento do desempenho para resolver a crise de ordem psíquica.

Palavras-chave: Terapia cognitivo-comportamental. Depressão. Psicologia clínica.