



## **TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NA REESTRUTURAÇÃO DAS RELAÇÕES FAMILIARES**

Lais de Souza Frederico<sup>1</sup>; Tatiana de Cássia Ramos Netto<sup>2</sup>; Jacqueline Araújo de Souza<sup>3</sup>.

<sup>1</sup>Graduanda do curso de Psicologia; Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru, [lais1709@hotmail.com](mailto:lais1709@hotmail.com)

<sup>2</sup>Docente do curso de Psicologia, Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru, [taty\\_psy@yahoo.com.br](mailto:taty_psy@yahoo.com.br)

<sup>3</sup>Docente do curso de Psicologia, Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru, [asouzajacqueline@yahoo.com.br](mailto:asouzajacqueline@yahoo.com.br)

Compreende-se que os transtornos depressivos podem causar imenso sofrimento psíquico não só aqueles que são acometidos pelo transtorno mas também as pessoas que diretamente se relacionam a elas, incluindo seus familiares. A intervenção clínica psicológica busca a melhora da qualidade de vida do cliente e/ou sua família e rede social. Este trabalho objetiva apresentar a experiência de um processo terapêutico de um caso clínico, a partir da perspectiva da terapia cognitivo-comportamental, realizado numa clínica-escola, que se localiza na cidade de Bauru. Foi colaborador do estudo uma mulher de 52 anos, cuidadora de crianças, que apresentou como queixa inicial comportamentos de tristeza por não conseguir enfrentar a depressão de sua filha (30 anos). A cliente apresentava comportamento de superproteção da filha, realizava todas as suas tarefas o que lhe causava sobrecarga de atividades e consequentemente em reforço de falta de autonomia da filha. Os objetivos terapêuticos foram direcionados para a mudança do comportamento da paciente frente à problemática da filha, uma vez que a queixa apresentada foi sentir-se triste nas situações em que ela não conseguia resolver os problemas da mesma. Assim fez uso de estratégias de reconhecimento de sentimentos e emoções, análise das contingências envolvidas no relacionamento entre mãe-filha que favoreceram os comportamentos de falta de autonomia da filha; e variáveis motivacionais para a mudança desse comportamento. Os resultados foram positivos e o repertório comportamental de enfrentamento da cliente foram ampliados. Demonstrou postura ativa diante do processo terapêutico o que assegurou maior autonomia para a filha e melhora na relação entre ambas causando uma reestruturação na forma de interagirem. Foi possível a alta terapêutica uma vez que ao final do processo a queixa inicial foi sanada. Assim, conclui-se que a terapia cognitivo-comportamental pode ser uma modalidade de atendimento clínico eficaz para enfrentamento de queixas psicológicas melhorando também a qualidade das relações familiares, modificando estados emocionais e propiciando a aprendizagem de comportamentos mais adequados frente à realidade apresentada pelos clientes.

**Palavras-chave:** terapia cognitivo-comportamental. Tristeza. relações familiares.