



**ESTUDO DE CASO E SEU DESENVOLVIMENTO NA ABORDAGEM
COGNITIVO COMPORTAMENTAL**

Thais Marques Freitas¹; Tatiana de Cassia Ramos Netto². Jacqueline Araújo de Souza³.

¹Graduanda do curso de Psicologia; Centro de Ciências Humanas, Universidade do Sagrado Coração, Bauru, thais.marques_freitas@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@gmail.com

Este trabalho objetiva relatar a experiência de estágio clínico à luz da terapia cognitivo-comportamental (TCC), abordagem essa cujo foco está no problema atual do cliente. Busca explicar que o que afeta o sujeito não são os acontecimentos em si, mas a forma em que esses são interpretados. Ainda, auxilia o cliente identificar seus pensamentos disfuncionais e questionar sua veracidade. Assim, o modelo proposto pela TCC postula que os indivíduos com fobia social sofrem de um grande déficit nas habilidades sociais e de crenças disfuncionais relacionadas às interações sociais. Foi colaborador desse estudo, paciente do sexo masculino, com 24 anos de idade, formação universitária, atualmente desempregado. Procurou a terapia com a queixa de timidez, dificuldade de socialização, ansiedade de exposição em público marcado por sintomas físicos. A forma de atuação pautou-se no treinamento de habilidades sociais onde os objetivos foram: promover a aquisição de habilidades sociais, aperfeiçoar o desempenho da habilidade e remover/reduzir problemas de comportamento. No IHS (Inventário de Habilidades Sociais) apresentou escore baixo, demonstrando um déficit acentuado no repertório de habilidades sociais. Sugeriu-se como hipótese diagnóstica fobia social, transtorno este que é caracterizado pelo medo excessivo de ser exposto a observação atenta a outrem e o leva a evitar contato social. As fobias sociais mais graves são acompanhadas de perda de autoestima e do medo de ser criticado por seus comportamentos. Ao todo, foram realizadas 25 sessões, semanalmente com duração média de 50 minutos. Fez-se uso de técnicas como: rolling play, mapeamento de pensamentos disfuncionais, técnicas de exposição, dessensibilização sistemática, tarefas de casa. Foi realizado um treino de habilidades sociais no processo terapêutico a fim de que os comportamentos aprendidos fossem generalizados para outros contextos. Os resultados parciais apontam para melhora significativa no aumento de exposição a situações sociais e questionamento dos pensamentos disfuncionais que envolvem a queixa. Assim, conclui-se que a terapia cognitivo-comportamental pode facilitar e ampliar repertórios sociais e efetivamente ensinar o cliente lidar com variáveis que afetam seu comportamento e aumentar a probabilidade de ocorrência de comportamentos habilidosos em contextos sociais.

Palavras-chave: Fobia Social. Timidez. Habilidades Sociais.