

INTERVENÇÃO DE UM PROCESSO ANSIOGÊNICO NA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL: UM ESTUDO DE CASO¹

Márcio Luiz de A. RUIZ²

Vanessa Marques Gibran FACO³

A ansiedade é uma patologia psíquica que vem se destacando por sua incidência bastante frequente e suas características de fácil identificação. Diante deste quadro, teremos como objetivo deste estudo, o tratamento da ansiedade a luz da teoria cognitiva comportamental, a qual vem solucionar nossa forma de pensar, buscando resolver as situações, os pensamentos e os sentimentos conflitantes. Trata-se de um estudo de caso de uma paciente adulta em sessões de terapia que tinha como queixa a ansiedade frente situações de exposição. Foram utilizadas técnicas de enfrentamento como os inventários de Beck de ansiedade e de depressão, registro de pensamentos disfuncionais (RPD), o relaxamento progressivo, técnicas de auto-retrato e o método A.C.A.L.M.E-S.E. Foi observado melhora significativa do processo ansiogênico e autonomia da paciente diante das situações de desconforto.

Palavras-chave: Ansiedade. Teoria cognitiva comportamental. Intervenção.

¹Trabalho realizado durante estágio curricular do curso de Psicologia da FAC-FEA em Psicologia Clínica – abordagem comportamental.

² Autor responsável pelo trabalho.

³ Orientadora – Professora Mestre do curso de graduação em psicologia da FAC-FEA, supervisora do estágio em Psicologia Clínica – abordagem comportamental.