



FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TERAPIAS COGNITIVAS - FBTC

ANAIS DO XIV CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIAS COGNITIVAS

Wilson Vieira Melo

Presidente do XIV CBTC

Marcele Regine de Carvalho

Coordenadora Científica do XIV CBTC

Porto Alegre

2022

Aspectos transdiagnósticos em terapia cognitivo - comportamental: treinamento em habilidades sociais e intervenções em autocrítica

Autores Jéssica Limberger ¹, Ana Claudia Correa de Ornelas ², Priscilla Lourenço ³

Instituição ¹ UPF - Universidade de Passo Fundo (Av. Brasil Leste, 285 - São José, Passo Fundo - RS, 99052-900), ² IPUB/UFRJ - Universidade Federal do Rio de Janeiro (Rua Venceslau Brás, 71. Botafogo. Rio de Janeiro/RJ. 22290-140), ³ UNISUAM - Centro Universitário Augusto Motta (Av. Paris, 84 - Bonsucesso, Rio de Janeiro - RJ, 21041-020)

Resumo

introdução

Diante das demandas atuais em termos diagnósticos, um novo conceito singulariza o paciente quanto aos transtornos mentais: a abordagem transdiagnóstica, que atravessa limites diagnósticos tradicionais para fornecer novos caminhos sobre o entendimento acerca das dificuldades relacionadas à saúde mental. Para tanto, há necessidade de discutir os pressupostos cognitivo - comportamentais que relacionam-se com a abordagem transdiagnóstica, evidenciando possibilidades de intervenção.

Objetivos

O presente simpósio objetiva discutir as atualidades sobre os aspectos transdiagnósticos em terapia cognitivo - comportamental e suas intersecções com treinamento em habilidades sociais e intervenções em autocrítica.

Métodos

Inicialmente, a primeira fala possui como foco apresentar o Protocolo Unificado e sua prática como uma intervenção transdiagnóstica baseada em evidências, descrevendo um relato de experiência do uso do protocolo em Massachusetts. A segunda apresentação propõe um olhar transdiagnóstico e transteórico para a crítica interna, à luz da Terapia do Esquema e da Terapia Focada nas Emoções a partir de uma revisão narrativa da literatura. Por fim, a terceira apresentação visa identificar resultados do Treinamento em Habilidades Sociais com jovens e adultos na última década e descrever as possibilidades de tal intervenção na pós pandemia a partir de uma revisão narrativa da literatura.

Resultados

Identifica-se que o protocolo unificado enfatiza a individualização do cliente na conceituação dos casos, priorizando a regulação emocional como um recurso que permite, durante o processo terapêutico, a aumentar a consciência emocional; facilitando a flexibilidade e a autoavaliação.

Diante de demandas como o autocrítica, espera-se auxiliar ao paciente entrar em contato com as emoções dolorosas de vergonha e culpa, possibilitando o acesso à emoções mais adaptativas como a raiva assertiva, tristeza e luto, potencializando a autocompaixão.

Como possibilidades do Treinamento em Habilidades Sociais no cenário da pós-pandemia em pacientes transdiagnósticos, ampliam – se as possibilidades para o contexto online, desde que sejam utilizados os cuidados necessários, como a clareza dos objetivos e combinados do grupo.

Discussão

Os modelos transdiagnósticos e processuais postulam a necessidade em compreender o modo como as emoções operam nas percepções, cognições e comportamentos do indivíduo. Além de auxiliar ao indivíduo a identificar que as emoções podem prevenir ou direcionar comportamentos, também busca-se o aumento da tolerância quanto à exposição interoceptiva e situacional. Nesse cenário, considerando as estratégias vivenciais no Treinamento em Habilidades Sociais, identificam-se possibilidades de intervenção no contexto da pós-pandemia, tanto no formato presencial como no formato online.

Palavras-chaves: transdiagnóstico, habilidades sociais, autocrítico, intervenções, terapia cognitivo - comportamental