
O processo de construção da conceitualização cognitiva de paciente adulto: relato de experiência

Virginia Moreira Camacho¹

Daiane Rocha de Oliveira²

Aline da Silva Piason³

Resumo: Introdução: A conceitualização cognitiva (CC) é uma técnica de compreensão do caso dentro da abordagem Cognitivo-Comportamental e é constituída pelas crenças centrais, crenças intermediárias e estratégias compensatórias dos pacientes. Trata-se de uma técnica realizada entre paciente e terapeuta, de forma colaborativa, sendo capaz de auxiliar a identificar as dificuldades dos clientes e organizá-las dentro do modelo cognitivo, favorecendo a compreensão das técnicas a serem utilizadas durante a terapia. (Kuyken, Padesky & Dudley, 2010; Neufeld & Cavenage, 2010). A CC é efetiva e eficiente, pois funciona como guia para o terapeuta e como recurso psicoeducativo para o paciente (Wainer & Piccoloto, 2011). **Objetivo:** Relatar experiência de elaboração de conceitualização cognitiva vivenciada por uma estudante de psicologia do oitavo semestre, desenvolvida durante o Estágio Profissional I, em uma faculdade da região metropolitana de Porto Alegre/RS. **Método:** Os atendimentos foram realizados seguindo a abordagem Cognitivo-Comportamental, com uma paciente de 43 anos, que relatava queixas relacionadas à ansiedade e culpa. Para isso, foram realizadas 16 sessões de psicoterapia, sendo divididas em avaliação inicial, intervenção, avaliação final e *follow-up*. A avaliação inicial foi de suma importância no processo de construção da CC da paciente. **Resultados:** As técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental, como a Descoberta Guiada e a Seta Descendente, foram utilizadas para identificar as crenças centrais, crenças intermediárias e estratégias compensatórias apresentadas, proporcionando a formulação da conceitualização cognitiva. **Conclusão:** A partir dessa experiência, pôde-se verificar e compreender a importância de realizar a conceitualização cognitiva do paciente, visto que pode ser utilizada para psicoeducação do paciente e como um subsídio para o trabalho psicoterapêutico.

Palavras-chave: Conceitualização cognitiva; terapia cognitiva comportamental; relato de experiência.

¹ Centro Universitário Cesuca. Graduanda do curso de Psicologia. E-mail: virginiamoreiracamacho@gmail.com

² Centro Universitário Cesuca. Graduanda do curso de Psicologia. E-mail: daianero88@hotmail.com

³ Centro Universitário Cesuca. Docente do curso de Psicologia. E-mail: alinepiason@cesuca.edu.br