



Circuito Regional

*Ciência, Tecnologia e Inovação para
o Desenvolvimento Sustentável*

ESTUDO DE CASO: ADOLESCENTE COM QUEIXAS DE ANSIEDADE

SCHWARTZ, Thainá Cristina¹. TOAZZA, Katia.²

1. Discente do Curso de Psicologia, Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC). 2. Docente do Curso de Psicologia, Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC).

Área: Ciências da Vida e Saúde

Introdução: O presente estudo de caso está em psicoterapia individual, sendo realizado na clínica escola – SAPsi da UNOESC na perspectiva da Terapia Cognitivo – Comportamental. O Serviço de Atendimento Psicológico (SAPsi) está localizado na rua Antonio Pinto, nº 21, bairro Alvorada, no Município de Videira. As principais demandas trazidas pela paciente são os sentimentos de ansiedade, como a culpa frente a algumas situações e desejo de melhorar a organização em seu dia a dia.

Objetivo: O objetivo da psicoterapia baseada na Teoria Cognitivo-Comportamental é a reestruturação cognitiva, e para isso, o terapeuta e o paciente precisam trabalhar em equipe para identificar os pensamentos disfuncionais do paciente, transformando-os em pensamentos, emoções e comportamentos mais assertivos frente as situações. **Método:** Inicialmente foi realizado sessões de anamnese, seguindo para psicoeducação do modelo da TCC- Teoria Cognitivo Comportamento, com auxílio do baralho do modelo cognitivo para adultos – disponível na clínica escola. De acordo as demandas, foi realizada ao longo das sessões, a técnicas como a Desfusão Cognitiva com o objetivo de propor reflexões sobre pensamentos, emoções e lembranças, a fim de modificá-los. Outra técnica utilizada nos atendimentos foi o baralho das emoções para trabalhar a assertividade das emoções frente aos fatos do dia a dia. Ao longo das sessões foi trabalhado com a ansiedade, com técnicas de relaxamento e respiração, identificado os pensamentos que desencadeavam os sentimentos de culpa e também a ansiedade através de reflexões sobre as situações cotidianas, sempre trazendo outras estratégias mais assertivas de comportamento. **Resultados:** Até o momento com base nas informações trazidas pela paciente e técnicas realizadas, não foi possível ter um diagnóstico de transtorno de ansiedade, e sim, apenas identificado pensamentos disfuncionais que acarretam em sentimentos ansiosos, como mistura de insegurança, incertezas, medo e preocupações. **Conclusão:** O atendimento psicoterapêutico encontra-se em processo de evolução, e após a aplicação dos métodos e técnicas, percebeu-se a melhora da paciente, a mesma incluiu em seu dia a dia as técnicas de relaxamento frente aos eventos que a deixava ansiosa. Em relação aos seus pensamentos disfuncionais, introduziu através da técnica



Circuito Regional

*Ciência, Tecnologia e Inovação para
o Desenvolvimento Sustentável*

aprendida em sessão, o questionamento socrático, que dessa forma, contribuiu para um pensamento alternativo mais adaptativo em seu cotidiano.

Palavras-chave: : Ansiedade; Psicoterapia; SAPsi; Terapia Cognitivo-Comportamental.

Contato: Thainá Cristina Schwartz, thaina.schwartz@hotmail.com.
Katia.toazza@unoesc.edu.br.