

VIII CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIAS COGNITIVAS

Indicações para a Abordagem Focada em Esquemas na prática da Terapia Cognitiva

Giovanni K. Pergher

(gkpergher@gmail.com)



www.tccparatodos.com

O maior portal de Terapia Cognitiva do Brasil

A mesma energia que ilumina...



... pode levar às trevas



Panorama geral da apresentação

- Terapia Cognitiva “Tradicional” x Terapia do esquema
- Indicações da Terapia do Esquema
- Sobre a popularidade da Terapia do Esquema
- Considerações finais



Panorama geral da apresentação

- ✓ Terapia Cognitiva “Tradicional” x Terapia do esquema
- Indicações da Terapia do Esquema
- Sobre a popularidade da Terapia do Esquema
- Considerações finais



As “gerações” da TCC

“1ª Geração”



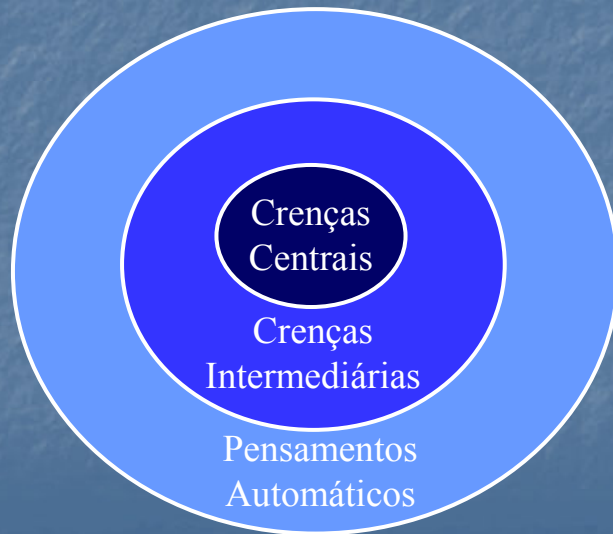
Aaron Beck

“2ª Geração”

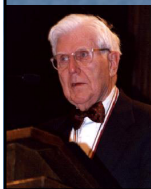
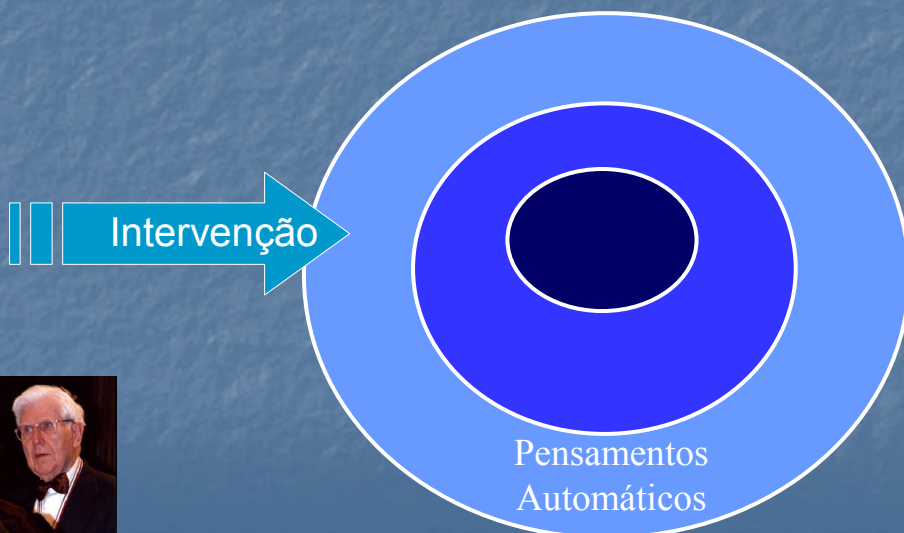


Jeffrey Young

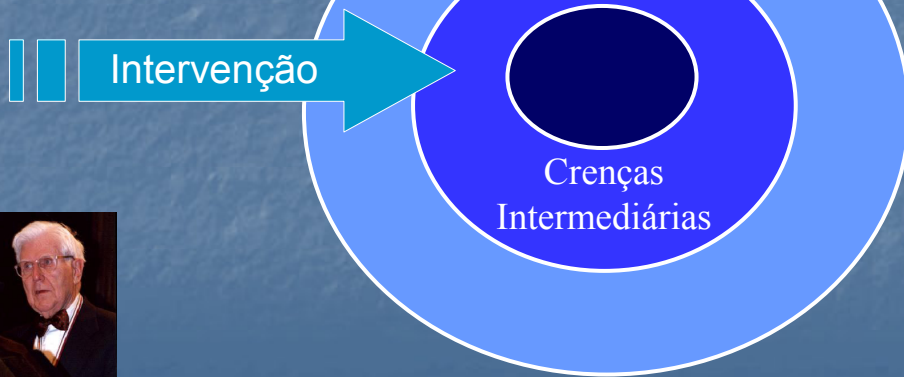
Níveis cognitivos



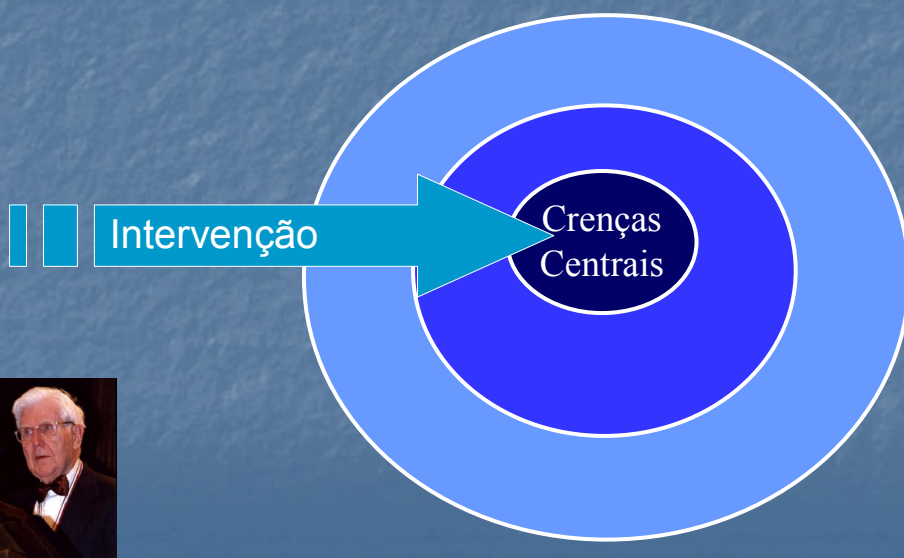
1ª Geração: "de cima para baixo"



1ª Geração: "de cima para baixo"



1ª Geração: "de cima para baixo"



2ª Geração: "de baixo para cima"



2ª Geração: evolução ou revolução?

- Importância das estruturas nucleares

“Os teóricos da terapia cognitiva compartilham com os psicanalistas o conceito de que usualmente é mais produtivo identificar e modificar os problemas ‘nucleares’ no tratamento dos transtornos da personalidade” (Beck & Freeman, 1990, p. 4)



2ª Geração: evolução ou revolução?

- Importância das estruturas nucleares
- Relação terapêutica como recurso de avaliação

“Estas reações ao terapeuta abrem janelas para o mundo privado do paciente” (Beck & Freeman, 1990, p. 49)



2ª Geração: evolução ou revolução?

- Importância das estruturas nucleares
- Relação terapêutica como recurso de avaliação
- Relação terapêutica como veículo de mudança

“Muito do papel do terapeuta consiste em recorrer às suas próprias experiências de vida e sabedoria para propor soluções possíveis aos problemas” (Beck & Freeman, 1990, p. 50)



2ª Geração: evolução ou revolução?

- Importância das estruturas nucleares
- Relação terapêutica como recurso de avaliação
- Relação terapêutica como veículo de mudança
- Identificação e abordagem da não-cooperação

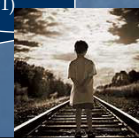
“O paciente do eixo II, em virtude da natureza e da cronicidade do transtorno, pode estar mais propenso a não cooperar e não aderir do que o paciente de eixo I”

“A capacidade de conceitualizar as várias causas pode servir para mitigar a não-cooperação terapêutica” (Beck & Freeman, 1990, p. 50)

2ª Geração: evolução ou revolução?

- Importância das estruturas nucleares
- Relação terapêutica como recurso de avaliação
- Relação terapêutica como veículo de mudança
- Identificação e abordagem da não-cooperação
- Dedicção à discussão de experiências infantis

“O uso de material da infância não é crucial para tratar a fase aguda da depressão ou ansiedade, mas é importante nos crônicos transtornos da personalidade” (Beck et al, 1979, p. 91)



Panorama geral da apresentação

- Terapia Cognitiva “Tradicional” x Terapia do esquema
- ✓ Indicações da Terapia do Esquema
- Sobre a popularidade da Terapia do Esquema
- Considerações finais



Antes de pensar na Terapia do Esquema...

- O terapeuta possui o devido treinamento e habilidades necessárias?

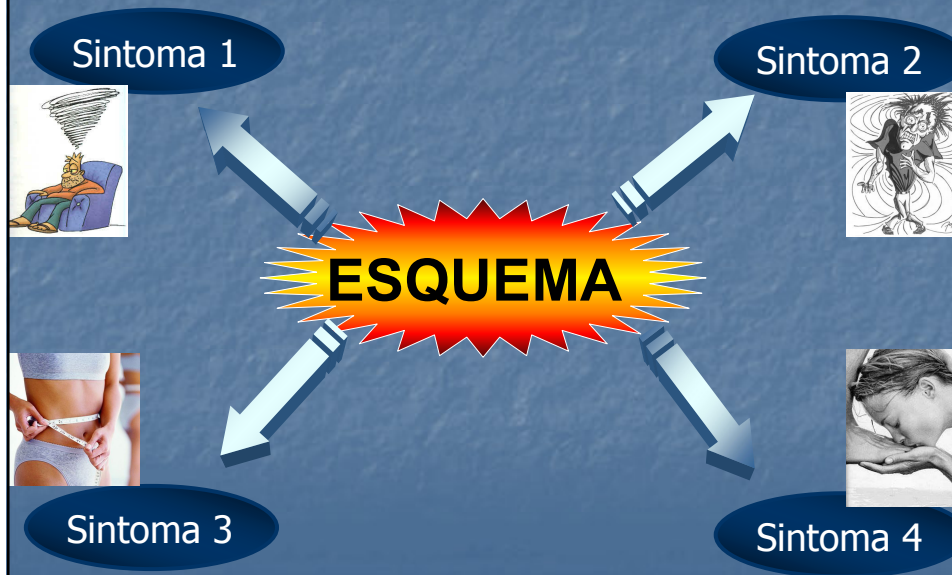


Antes de pensar na Terapia do Esquema...

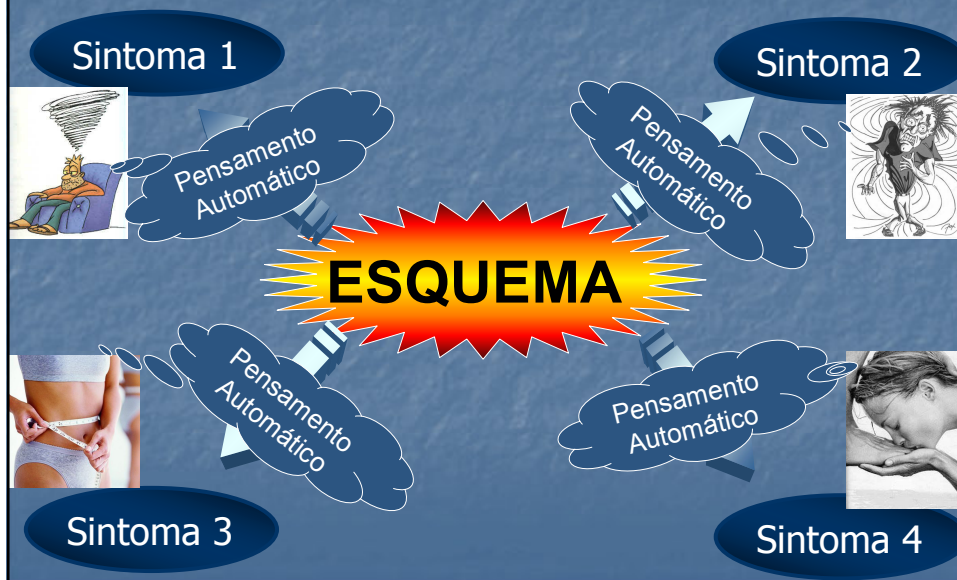
- O terapeuta possui o devido treinamento e habilidades necessárias?
- O paciente é capaz de questionar e responder adaptativamente aos níveis cognitivos mais superficiais?



Esquemas x Sintomas

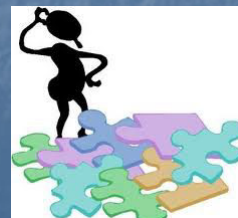


Esquemas x Sintomas



Antes de pensar na Terapia do Esquema...

- O terapeuta possui o devido treinamento e habilidades necessárias?
- O paciente é capaz de questionar e responder adaptativamente aos níveis cognitivos mais superficiais?
- O problema atual é uma consequência direta do esquema?



Problemas atuais x esquemas

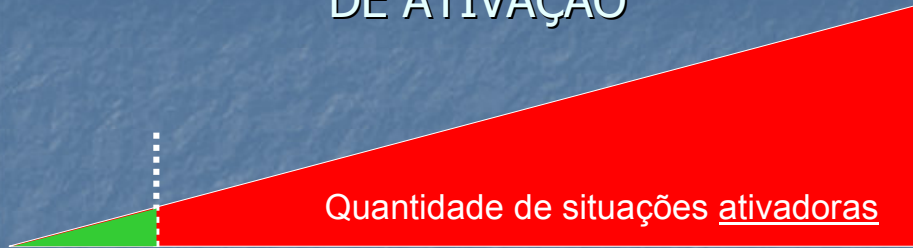


Antes de pensar na Terapia do Esquema...

- O terapeuta possui o devido treinamento e habilidades necessárias?
- O paciente é capaz de questionar e responder adaptativamente aos níveis cognitivos mais superficiais?
- O problema atual é uma consequência direta do esquema?
- Qual a extensão do impacto do esquema na vida do paciente?



Extensão do impacto do esquema – LIMIAR DE ATIVAÇÃO



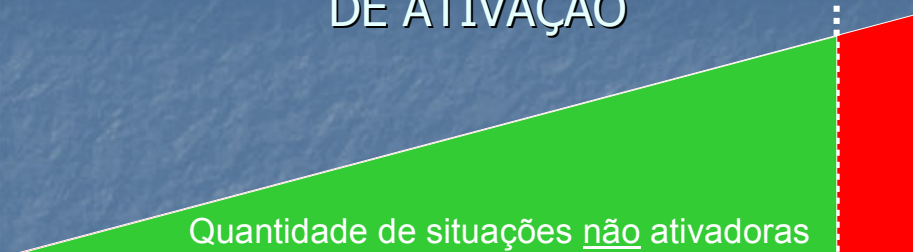
↓ Limiar de ativação

↑ Situações ativas

↑ Disfuncionalidade



Extensão do impacto do esquema – LIMIAR DE ATIVAÇÃO



↑ Limiar de ativação

↓ Situações ativas

↓ Disfuncionalidade

Antes de pensar na Terapia do Esquema...

- O terapeuta possui o devido treinamento e habilidades necessárias?
- O paciente é capaz de questionar e responder adaptativamente aos níveis cognitivos mais superficiais?
- O problema atual é uma consequência direta do esquema?
- Qual a extensão do impacto do esquema na vida do paciente?
- O contexto da terapia é apropriado para a abordagem focada em esquemas?

Panorama geral da apresentação

- Terapia Cognitiva “Tradicional” x Terapia do esquema
- Indicações da Terapia do Esquema
- ✓ Sobre a popularidade da Terapia do Esquema
- Considerações finais



Por que a crescente popularidade da Terapia do Esquema?

- A 1ª geração parece trivial perto do excitante processo de desenterrar esquemas de longa data



É claro que estou me sentindo desconfortável. Eu não sou autorizado a subir no sofá”

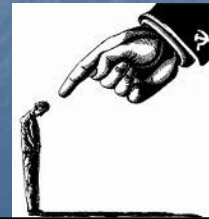
Por que a crescente popularidade da Terapia do Esquema?

- A 1ª geração parece trivial perto do excitante processo de desenterrar esquemas de longa data
- Sentimento de poder quando se consegue chegar ao esquema de maneira rápida e incisiva



Por que a crescente popularidade da Terapia do Esquema?

- A 1ª geração parece trivial perto do excitante processo de desenterrar esquemas de longa data
- Sentimento de poder quando se consegue chegar ao esquema de maneira rápida e incisiva
- Mudança no foco da culpa dos problemas enfrentados pelo paciente



Por que a crescente popularidade da Terapia do Esquema?

- A 1ª geração parece trivial perto do excitante processo de desenterrar esquemas de longa data
- Sentimento de poder quando se consegue chegar ao esquema de maneira rápida e incisiva
- Mudança no foco da culpa dos problemas enfrentados pelo paciente
- Similaridades com outras formas de terapia

Panorama geral da apresentação

- Terapia Cognitiva “Tradicional” x Terapia do esquema
- Indicações da Terapia do Esquema
- Sobre a popularidade da Terapia do Esquema
- ✓ Considerações finais



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Qual a abordagem mais adequada para a apresentação atual?



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Qual a abordagem mais adequada para a apresentação atual?



Sou o terapeuta certo para realizar a terapia?

“Não importa o conselho do sábio, sempre haverá alguém mais sábio que dará o conselho contrário”