

Oi! Acompanhe sua mini videoaula com esse material, vai ficar mais fácil de visualizar.

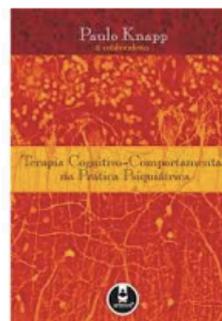
CONCEITUALIZAÇÃO COGNITIVA (CC)

- Habilidade Clínica Importante
- Para entender o funcionamento do paciente
 - E traçar o plano de tratamento

COMPONENTES DA CC

- Demanda/Queixa
- Comportamentos
- Emoções
- Interpessoais
- Fisiológicos
- Cognitivos
- Variáveis do contexto

O que e onde estudar:
Crenças Centrais, Tríade Cognitiva, Pressupostos e Regras, Pensamentos, Estratégias Compensatórias



Aplicado a temática de crianças e adolescentes, os livros mais completos sobre os conceitos básicos da TCC, e que eu particularmente sempre indico, são:

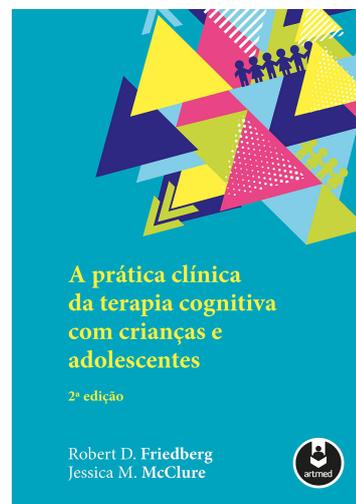
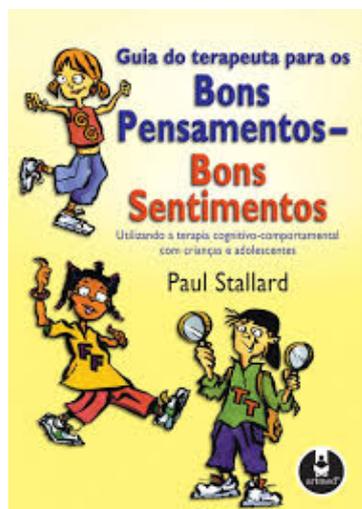


DIAGRAMA DE CONCEITUALIZAÇÃO COGNITIVA
Baseado no modelo de Beck

Dados Relevantes da História do Paciente

Crenças Centrais

Crenças Intermediárias

Estratégias Compensatórias

Situação	Situação	Situação
Pensamento Automático	Pensamento Automático	Pensamento Automático
Significado do Pensamento	Significado do Pensamento	Significado do Pensamento
Emoção	Emoção	Emoção
Comportamento	Comportamento	Comportamento

CONCEITUALIZAÇÃO COGNITIVA ADAPTADO PARA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA

EXEMPLO

PACIENTE: menino, 9 anos. 3º ano do EF.

PROBLEMA APRESENTADO: falta de autonomia, comportamento evitativo, choros constantes, recusa em fazer atividades, isolamento social.

<u>Dados Relevantes da História do Paciente</u>	<u>Crenças e Comportamentos dos Pais</u>
<p>Esquecido na escola com 6 anos Dificuldade de adaptação no 1º ano Pouca interação com pares na escola Mudança do melhor amigo. Teve babá desde sempre.</p>	<p>Pai super crítico. Pai invalida as emoções de ansiedade do filho Mãe ansiosa e protetora</p> <p>Mãe tenta compensar as dificuldades do filho fazendo as coisas básicas junto com ele ou por ele.</p>

<u>Crenças Intermediárias SE - ENTÃO</u>
<p>Se é difícil, então minha mãe faz por mim. Se tenho que fazer algo, então minha baba me avisará. Se ninguém me convida pra jogar, então sou chato. Se meu pai não elogia, então fiz errado. Se faço errado, então não sou capaz</p>

<u>Estratégias Compensatórias</u>	<u>Manejo/Resposta dos Responsáveis</u>
<p>Evita fazer tarefas Choro ao executar tarefas Isolamento social Dependência e falta de autonomia</p>	<p>Pai queixa-se e reclama do filho. Pai aponta “defeitos” do filho. Mãe faz junto com o filho as tarefas. Mãe pede a babá que “dê conta” das atividades do filho. Mãe pede a outras mães que os filhos delas convidem o menino.</p>

Situação <i>Vê os amigos brincando no pátio pela janela.</i>	Situação <i>Precisa pedir ajuda para fazer o tema de matemática para o pai.</i>	Situação <i>Separar os brinquedos para doação</i>
Pensamento Automático <i>Eles não gostam de mim.</i>	Pensamento Automático <i>Ele vai me xingar.</i>	Pensamento Automático <i>É difícil, não saberei decidir.</i>
Significado do Pensamento <i>Sou chato, desinteressante.</i>	Significado do Pensamento <i>Sou burro. Devia saber fazer.</i>	Significado do Pensamento <i>Não sei fazer nada. Preciso de ajuda sempre.</i>
Emoção <i>Triste Irritado</i>	Emoção <i>Medo Culpa</i>	Emoção <i>Triste</i>
Comportamento <i>Chora e pede pra babá brincar com ele.</i>	Comportamento <i>Pede gaguejando e é prolixo ao falar.</i>	Comportamento <i>Enrola (protela) para fazer e não pede ajuda.</i>
Comportamento dos outros <i>Babá brinca.</i>	Comportamento dos outros <i>Pai reclama da sua demora para explicar.</i>	Comportamento dos outros <i>Mãe e pai chamam atenção, pai xinga, mãe faz por ele.</i>

Sua vez de praticar!

**CONCEITUALIZAÇÃO COGNITIVA ADAPTADO PARA
INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA**

PACIENTE:

PROBLEMA APRESENTADO:

<p><u>Dados Relevantes da História do Paciente</u></p>	<p><u>Crenças e Comportamentos dos Pais</u></p>
<p><u>Crenças Intermediárias SE - ENTÃO</u></p>	
<p><u>Estratégias Compensatórias</u></p>	<p><u>Manejo/Resposta dos Responsáveis</u></p>

Situação	Situação	Situação
Pensamento Automático	Pensamento Automático	Pensamento Automático
Significado do Pensamento	Significado do Pensamento	Significado do Pensamento
Emoção	Emoção	Emoção
Comportamento	Comportamento	Comportamento
Comportamento dos outros	Comportamento dos outros	Comportamento dos outros

Algumas Dicas de Leitura:

Clássicos da TCC

- Beck, A. T., Rush, A.J., Shaw, B.F., & Emery, G. (1997). *Terapia Cognitiva da Depressão*. Porto Alegre: Artmed.
- Beck, J. (2007). *Terapia cognitiva: teoria e prática*. Porto Alegre: Artmed.
- Kanapp & Cols (2004). *Terapia cognitivo-comportamental na prática psiquiátrica*. Porto Alegre: Artmed.
- Leahy, R. L. (2019). *Técnicas da terapia cognitiva. Manual do terapeuta*. Porto Alegre: Artmed.
- Wright, J. H., Brown, G. K., Thase, M.E., & Basco, M.R. (2019). *Aprendendo a Terapia cognitivo-comportamental*. Porto Alegre: Artmed.

Clássicos da TCC Infantil

- Bunge, E., Gomar, M. & Mandil, J. (2012). *Terapia Cognitiva com crianças e adolescentes: aportes técnicos*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2 ed.
- Friedberg, R. D. & McLure, J. M. (2019). *A prática clínica de terapia cognitiva com crianças e adolescentes*. Porto Alegre: Artmed.
- Stallard, P. (2008). *Guia do terapeuta para os bons pensamentos bons sentimentos. Utilizando a terapia cognitivo-comportamental com crianças e adolescentes*. Artmed: Porto Alegre