

EFICÁCIA DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DA CODEPENDÊNCIA

Fábio Roberti Coelho, Mara Poltronieri (orientadora) – Psicologia.
fabio@ctcantareira.com.br

RESUMO: Este trabalho aborda a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) quando aplicada aos casos de Codependência que existir dependência química, do jogo, do sexo, de compras, do trabalho entre outras dependências. O autodiagnóstico sugere diversos sintomas como estreitamento de repertório, forte desconforto diante da situação de Dependência Química (DQ), sentimento de impotência perante o portador de DQ. A Terapia Cognitivo-Comportamental integra técnicas e conceitos vindos de duas abordagens: a comportamental e a cognitiva. Parte do princípio que o pensamento sobre determinada situação, influencia a emoção e o comportamento. Pode auxiliar no tratamento da codependência por sua abordagem direta, rápida e objetiva, pois a partir da Aceitação e Comprometimento da Terapia torna-se possível desenvolver a intervenção em seis etapas: aceitação, separação cognitiva, eu como contexto, estar presente, valores e ação comprometida. A intervenção pode ocorrer de forma isolada nos indivíduos ou inserida em um grupo, aponta o modelo de tratamento referenciando pensamentos automáticos, esquemas subjacentes e distorções cognitivas. A pesquisa foi realizada a partir de trinta prontuários de indivíduos em atendimento psicológico onde consta o relato da entrevista inicial conjunta e/ou individual, ficha de atendimento familiar e devolutiva do tratamento onde se evidenciou através dessa amostra diferenças de resultado da contribuição da TCC dos (N=30) prontuários selecionados aleatoriamente onde os indivíduos apresentavam aderência alta (N=6) aderência moderada (N=15) e aderência baixa (N=9). Foram divididos em dois grupos de desenvolvimento onde aleatoriamente no Grupo 01 (N=15) foram estimulados através de Acolhimento e Orientação e no Grupo 02 (N=15) foram estimulados através de Acolhimento, Orientação e Manejo do Estresse. Acolhimento é uma técnica que auxilia no processo terapêutico que por meio da escuta e do diálogo fomentam a construção da relação psicólogo-família de forma humanizada e buscando as contingências, Orientação fundamental a todos os procedimentos psicológicos e de outras naturezas e permite informar através de diálogo o que a família está com dificuldade de perceber e o Manejo do Estresse que auxilia nas contingências reforçando o condicionamento operante. O Grupo 01 apresentou 60% de permanência na mesma aderência e 13% de melhora na aderência, no Grupo 02 33,33% se mantiveram aderência inicial e 40% melhoraram a aderência em relação ao tratamento. As técnicas da TCC no tratamento da codependência buscam educar os indivíduos para reconhecer a relação entre seus pensamentos, emoções e comportamentos; estimulam ao exame das vantagens e desvantagens tanto para a facilitação quanto para a perda de controle comportamental dos familiares em relação aos portadores de dependência química; estimulam os familiares a fazer avaliações mais realistas e adaptadas das suas experiências, tentando diminuir as distorções de seus pensamentos.

PALAVRAS-CHAVE: Avaliação psicológica. Terapia cognitivo-comportamental. Técnicas de terapia familiar. Dependência.

Projeto elaborado com o apoio do Programa Institucional de Iniciação Científica da Universidade Guarulhos – PIBIC-UnG – Rodada I – 2014.