



## **INTERVENÇÃO COGNITIVO COMPORTAMENTAL EM AGRESSIVIDADE: RELATO DE CASO**

Isabela Cristina Oliveira Messias; Jacqueline Araújo de Souza<sup>1</sup>  
Centro de Ciências Humanas, Centro Universitário Sagrado Coração (UNISAGRADO)  
isahcristina@hotmail.com; asouzajacqueline@gmail.com

A Psicologia tem vários contextos de atuação, como escolar, organizacional, hospitalar, jurídica, clínica, entre outras. Além das áreas de atuação, a psicologia também tem linhas, abordagens teóricas, diferentes, e cada uma delas vai ter técnicas específicas. Nessa direção, uma das abordagens mais tradicionais na Psicologia Clínica, é a Terapia Cognitivo comportamental (TCC). A TCC é uma abordagem que reconhece a influência do pensamento sobre o afeto, o comportamento, a biologia e o ambiente, ou seja, utiliza o conceito da estrutura “biopsicossocial”. Tem uma duração relativamente curta, voltada para objetivos específicos e focada em problemas que se baseiam fundamentalmente no modelo de que mudar as cognições (o processamento de informação, ato de atribuir significado a algo) é possível e leva a mudança comportamental. Na TCC há uma hierarquia com as crenças centrais, crenças intermediárias, pensamentos automáticos e a emoção. O objetivo do estágio é preparar o estagiário para planejar e executar o processo de intervenção clínica em Psicologia, possibilitando vivenciar o exercício profissional da prática clínica dentro da abordagem TCC, atendendo os usuários dos serviços da Clínica Escola. A paciente em questão é uma mulher; 36 anos; cuidadora em uma casa abrigo para dependentes químicos. Apresentou queixa de agressividade e irritação excessiva e frequente com familiares, amigos e, principalmente, namorada, não conseguindo raciocinar nos momentos de raiva, ocasionando brigas e discussões intensas, envolvendo agressões físicas e verbais da paciente para com a companheira recorrentemente. O ciúme excessivo e distanciamento do filho e do pai, com quem não falava há mais de 15 anos, também eram relatados como queixa. Foram utilizados como instrumentos no decorrer dos atendimentos semanais: escuta empática; acolhimento; postura não julgadora; validação de relato e sentimento; verificação de humor; cartão de enfrentamento; role play; psicoeducação; detalhamento da rotina; auto observação e análise dos pensamentos e comportamentos. No decorrer dos atendimentos, foi observado na paciente características cognitivas como distorções nas habilidades de solução de problemas, predisposição a atribuir intenções hostis aos demais, déficit em habilidades sociais, relacionamento interpessoal empobrecido e comprometimento do desenvolvimento socioemocional. A paciente desenvolveu estratégias agressivas para lidar com seus conflitos. Os resultados parciais, pois a paciente ainda está em atendimento, demonstraram que a mesma foi percebendo sua postura autoritária e, principalmente, o quanto era disfuncional a relação com sua namorada, e assim obteve muitos ganhos, como reaproximação do filho, conseguir identificar e analisar seus pensamentos automáticos disfuncionais através da verificação de realidade, reavaliar seus comportamentos sob uma perspectiva mais assertiva, estratégias de enfrentamento apropriadas para lidar com situações que ativavam as crenças disfuncionais de fraqueza, descontrole emocional e

---

Centro Universitário Sagrado Coração – UNISAGRADO  
Rua Irmã Arminda, 10-50, Jardim Brasil – CEP: 17011-060 – Bauru-SP – Telefone: +55(14) 2107-7000  
[unisagrado.edu.br](http://unisagrado.edu.br)

agressividade, diminuição das brigas com a namorada e reconciliação com o pai, ou seja, a paciente conseguiu adquirir um novo repertório cognitivo e comportamental. Espera-se que, com a psicoterapia, a paciente continue a encontrar novas possibilidades de pensamentos mais funcionais que possibilitem uma boa adaptação à sua realidade social, promovendo o aumento da autonomia e qualidade de vida da mesma, esta é a reestruturação cognitiva e comportamental que dá nome à abordagem.

Palavras-chave: Psicologia Clínica. Terapia Cognitivo Comportamental. Agressividade  
Eixo: Práticas em Psicologia Clínica

Categoria: Paineis