




Avaliação e Formulação de Caso na Terapia dos Esquemas

Valeska Pereira

Psicóloga Clínica – Terapeuta Cognitivo-Comportamental.
Mestre em Saúde Mental pelo IPUB/UFRJ.




Terapia dos Esquemas: Por quê e para quem?

Transtorno de Personalidade

Indivíduos resistentes à TCC e com histórico de recaídas.

O que são *esquemas*?

Estrutura básica e fundamental da personalidade



Construído ao longo da vida



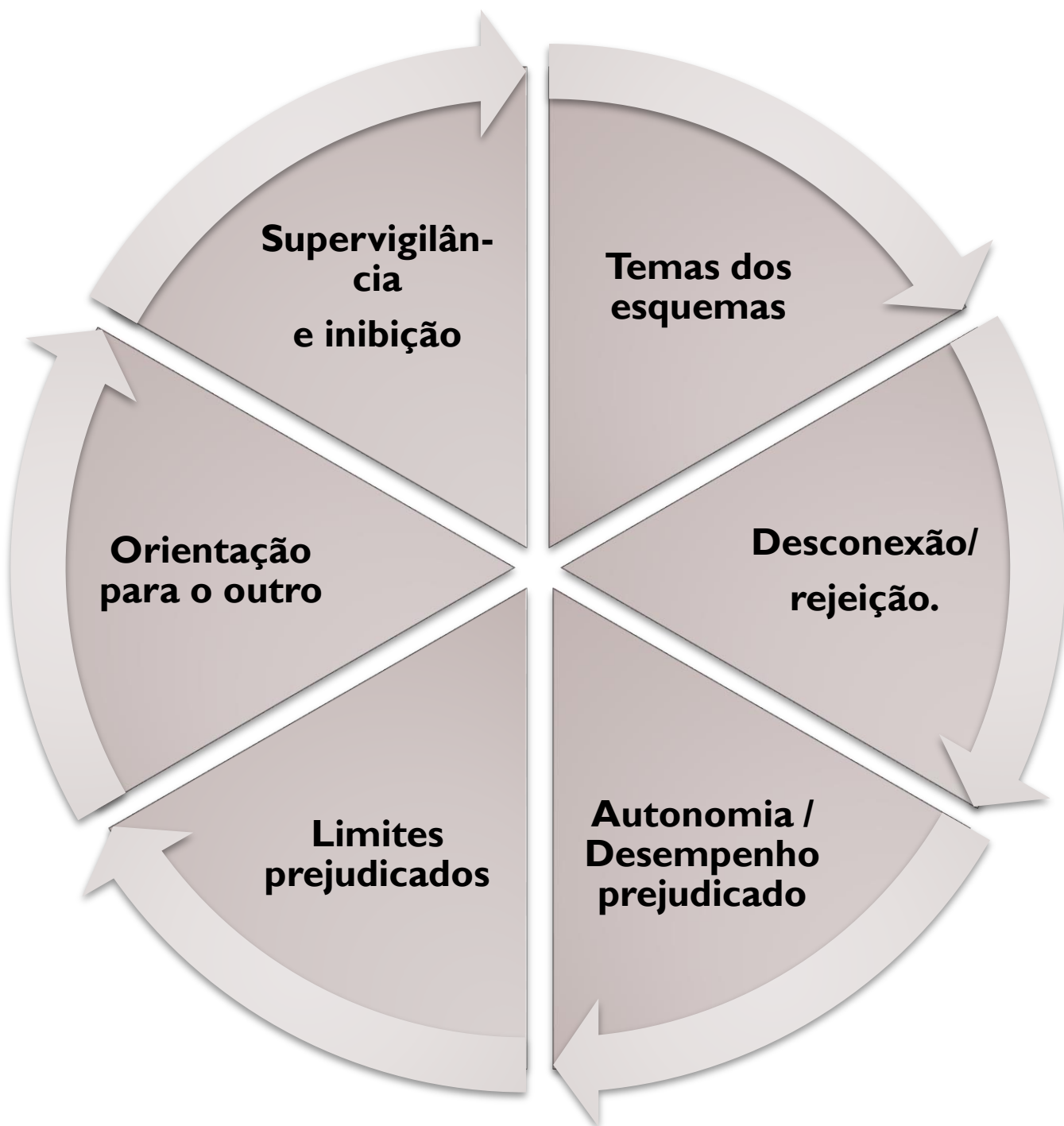
Orientam a avaliação cognitiva do indivíduo, sua visão de si mesmo, dos outros e do mundo.

Os esquemas desadaptativos remotos

Padrões emocionais e cognitivos autoderrotistas.



Desenvolve-se na infância/adolescência e se repetem consistentemente ao longo da vida.



Avaliação na Terapia do Esquema

1. Identificar padrões de vida disfuncionais
2. Identificar e ativas os EDR
3. Entender a origem dos esquemas
4. Identificar estilos e respostas de enfrentamento
5. Avaliar o temperamento
6. Conceituar o caso

Avaliação Inicial

Problemas atuais:

- Específico na descrição
- Relação com os esquemas presentes.

Objetivos terapêuticos

Quando surgiu o problema?

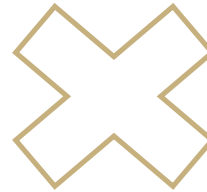


Passado

Momento
atual



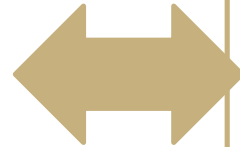
Situacionais



Padronizado
Gatilhos,
cognições,
emoções e
comportamentos
repetidos ao
longo da vida

Temperamento

Instável
Distímico
Ansioso
Obsessivo
Passivo
Irritável
Tímido



Não reativo
Otimista
Calmo
Distraído
Agressivo
Alegre
Sociável

Estilos de Enfrentamento

Resignação

Evitação

Hipercompensação

Ferramentas: Os inventários

Questionário de Esquemas de Young

- Auto-avaliação
- Agrupado por esquemas
- Esquemas com mais itens com escore 5-6 indicam relevância.

Inventário Parental

- Investiga comportamentos de pais e mães que possam contribuir para surgimento dos esquemas.

Ferramentas: Os inventários

Inventário de Evitação Young - Rygh

- Avalia a evitação de esquemas

Inventário de Compensação de Young

- Avalia a hipercompensação de esquemas

Avaliação: Imagens Mentais

- Identificar e ativar esquemas do cliente.
- Entender a origem dos esquemas na infância.
- Ligá-los aos problemas atuais.
- Ajudar ao paciente a experimentar emoções associadas aos esquemas.

Avaliação: Imagens Mentais

- Começa e termina com um lugar seguro.
- Solicita-se que a pessoa visualize imagens de situações desagradáveis na infância, com pais ou figuras importantes.



Bibliografia

1. Young JE, Klosko JS, Weishaar ME. Terapia do Esquema: Guia de Técnicas Cognitivo-Comportamentais Inovadoras. Artmed.