



## A TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE: MODELO COGNITIVO

Mariana Jaciele Chaves de AZEVEDO <sup>1</sup>  
Gésica Borges BERGAMINI <sup>2</sup>

### RESUMO

Trata-se de um projeto de pesquisa para a conclusão do Curso e Pós-Graduação em Terapia Cognitivo Comportamental. Teve como objetivo compreender a ansiedade e de que forma é realizado o seu tratamento na abordagem da Terapia Cognitivo Comportamental, sob a luz dos estudos de Beck (1964), Beck (2013), Maldonado (2014), Cabral (2006), Dalgalarondo (2008), Kleinman (2015), DSM-5 (2014), CID-10 (1993), Ribeiro (2013) e Wright, Basco e Thase (2008). Acredita-se que este estudo se faz importante na medida em que, por meio de diferentes literaturas, é possível conhecer e compreender a ansiedade, assim como, o modo pelo qual é realizado o tratamento a partir da abordagem da Terapia Cognitivo Comportamental. Fato este que possibilita a contribuição para ampliar o estado de arte na área da Psicologia. Por meio da sua experiência profissional, esta pesquisadora tem percebido que vem aumentando de modo significativo a quantidade de pessoas que apresentam quadro sintomático de ansiedade, assim como, a maneira que este quadro sintomático, afeta a qualidade de vida do indivíduo, causando percas significativas para o mesmo. Desta forma, considera-se este estudo como sendo relevante para o comportamento humano, sobretudo, por considerar que quando a ansiedade se apresenta fora do seu fluxo normal, geralmente pode estar acoplada a algum tipo de transtorno. Assim sendo, é necessário que os profissionais que lidam com o comportamento humano, tenham o conhecimento suficiente para perceber a presença deste transtorno e conduzir o tratamento de maneira rápida e eficaz. O estudo é desenvolvido por meio de pesquisa bibliográfica, descritiva, qualitativa, em diferentes fontes em cujas obras que discorram sobre o tema, tanto livros quanto artigos científicos, dissertações e teses. Esta pesquisa usa como técnica a análise de conteúdo, quando as obras são estudadas analiticamente, como forma de identificar o que diz cada autor e como deve ser empregado o tratamento da ansiedade.

**Palavras-chave:** Modelo Cognitivo. Ansiedade. Tríade cognitiva.

---

<sup>1</sup> Psicóloga. Pós-graduanda em Terapia Cognitivo-Comportamental. E-mail para contato: mjpsicologa1@hotmail.com.

<sup>2</sup> Psicóloga. Mestre em Psicologia pela UNIR. Especialista em Neuropsicologia, Neurociência e Psicopedagogia. Orientadora. E-mail para contato: gpensemagro@gmail.com.