

INTERVENÇÃO COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NA DEPENDÊNCIA QUÍMICA

SALGUEIRO, Gisela de Souza *
Orientador(a): COSTA, Rosângela Fátima da

A terapia cognitivo-comportamental, conhecida como TCC, é uma forma de terapia objetiva, baseada em pesquisas científicas, tratando sintomas de maneira direta e eficaz, com ênfase no presente, e foca aquilo que mais aflige o paciente, que geralmente são ocasionados por suas interpretações errôneas dos fatos. É uma das psicoterapias mais investigadas empiricamente e com mais evidências científicas de eficácia. Tem sido considerada uma das intervenções psicológicas com melhores resultados em relação aos dependentes químicos, pois usa técnicas e instrumentos que possibilitam a mudança de pensamentos e crenças disfuncionais causadores de comportamentos inadequados, que são comuns entre os adictos. Essa é uma pesquisa bibliográfica cujo objetivo é identificar técnicas e instrumentos da TCC empregados na dependência química, bem como o método dos 12 passos, usados por Alcoólicos Anônimos e Narcóticos Anônimos. Tanto a TCC como os grupos contribuem para a manutenção do foco no manejo da fissura, no exame das crenças ligadas às substâncias psicoativas, no desenvolvimento de habilidades sociais para a solução de problemas, e na prevenção da recaída. A TCC permite que o adicto identifique o processo de recaída, e com isso, pode evitá-lo. Diante disso, enfoca a mudança no estilo de vida, valores, formas de pensar sobre si e o mundo, além de enfrentar e solucionar os problemas diários quando se trata de dependência química, levando a uma maior eficácia nos resultados.

Palavras-chave: Cognitivo comportamental. Dependência química.

* FUNEC, gisela.salgueiro@gmail.com