



ATENDIMENTO DE UM CASO DE TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADO ATRAVÉS DA TERAPIA COGNITIVA-COMPORTAMENTAL

João Heitor Mendes¹; Mayara Cantuária da Silva¹; Robson Rocha de Souza¹; Janine Moraes Pereira¹; Elen Lorena Lopes Silva Roque¹; Benara Carla Barros Frota¹.

¹Faculdade Funorte Janaúba, Janaúba-MG, Brasil.

Objetivo: relatar a experiência de acompanhamento em atendimento clínico de uma paciente com quadro de ansiedade grave. **Materiais e Métodos:** durante os atendimentos, foram utilizadas diversas técnicas embasadas na Terapia Cognitivo-Comportamental, tais como Entrevista Psicológica Aberta, Análise Funcional, Psicoeducação sobre pensamentos e ansiedade, Registro de Pensamento Disfuncional, Ativação Comportamental e Questionamento de Pensamentos. **Resultados:** por meio das intervenções realizadas, a paciente pôde refletir sobre a veracidade de seus pensamentos e os efeitos que eles exerciam sobre seu comportamento e reações físicas. As técnicas de questionamento de pensamento e ativação comportamental resultaram em uma melhora significativa na reação da paciente diante das crises de ansiedade, possibilitando a retomada de pequenas atividades do cotidiano, como passear com seus filhos e retornar ao médico, além de reduzir a busca por atendimento médico. No entanto, o número limitado de atendimentos representou uma dificuldade para o desenvolvimento do caso. **Conclusão:** apesar do reduzido número de encontros, essa prática proporcionou ao acadêmico um aprofundamento em temáticas, como avaliação e tratamento do transtorno de ansiedade e do transtorno de pânico. Além disso, permitiu o treinamento na aplicação de aspectos básicos da Terapia Cognitivo-Comportamental, destacando a importância da integração entre teoria e prática na formação do profissional de Psicologia.

Palavras-chave: Ansiedade. Pensamentos. Terapia Cognitivo-Comportamental.