# A EFETIVIDADE DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADO

**Autor(res)**

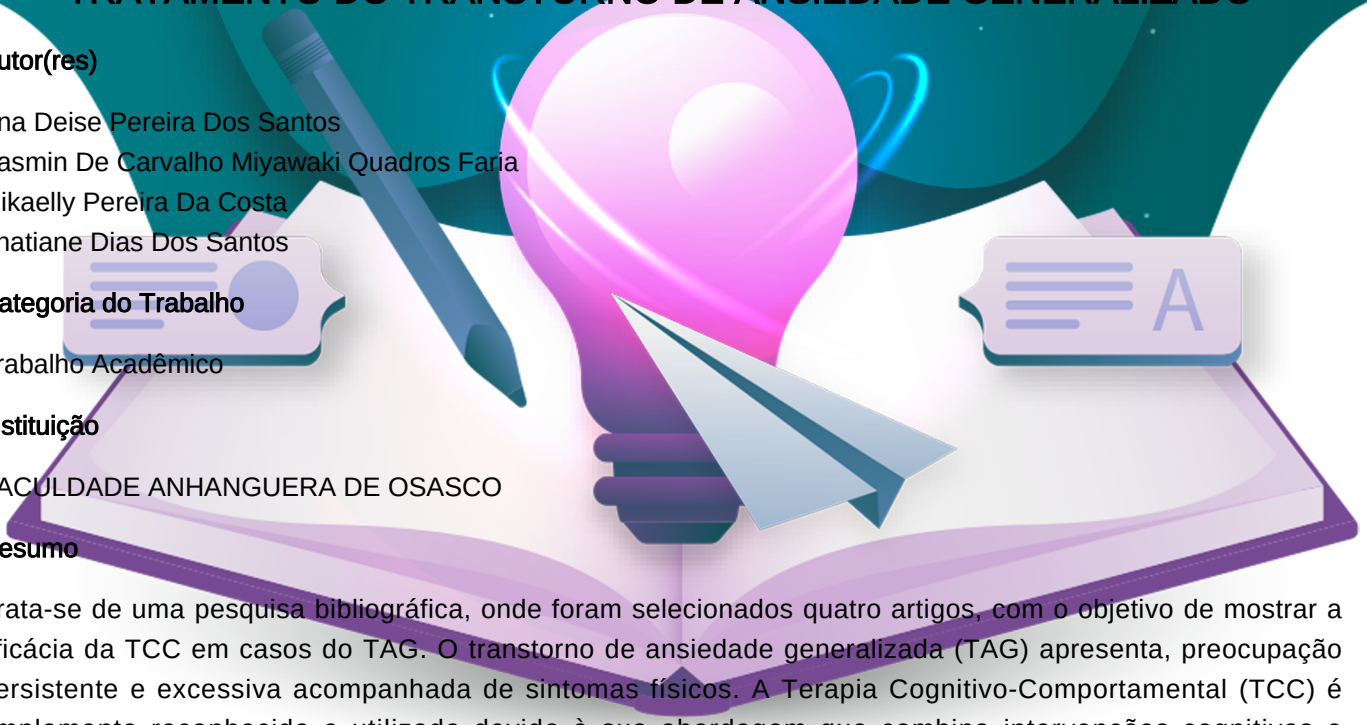
Ana Deise Pereira Dos Santos
Yasmin De Carvalho Miyawaki Quadros Faria
Mikaelly Pereira Da Costa
Thatiane Dias Dos Santos

**Categoria do Trabalho**

Trabalho Acadêmico

**Instituição**

FACULDADE ANHANGUERA DE OSASCO



**Resumo**

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, onde foram selecionados quatro artigos, com o objetivo de mostrar a eficácia da TCC em casos do TAG. O transtorno de ansiedade generalizada (TAG) apresenta, preocupação persistente e excessiva acompanhada de sintomas físicos. A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é amplamente reconhecida e utilizada devido à sua abordagem que combina intervenções cognitivas e comportamentais. Essa abordagem inclui técnicas como a correção de crenças disfuncionais, exposição gradual aos medos e o uso de reforçadores positivos. Essa combinação de estratégias torna a TCC eficaz no tratamento de diversos transtornos mentais, incluindo o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG). Sendo assim, a TCC se faz mais indicada para indivíduos diagnosticados com TAG.

5ª SEMANA DE CONHECIMENTO