POSSIBILIDADES DO TRATAMENTO DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA COM TÉCNICAS DA TEORIA COGNITIVA COMPORTAMENTAL

Autor(res)

Ana Deise Pereira Dos Santos
Ana Carvalho Groetares De Castro
Thais Custódio Gomes

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA DE OSASCO

Resumo

O presente resumo expandido aborda a utilização de técnicas da Teoria Cognitiva Comportamental no tratamento e manejo do Transtorno de Ansiedade Generalizado. A pesquisa bibliográfica foi embasada em artigos, livros e teses disponíveis no portal de pesquisa Google Acadêmico. Considerando os princípios norteadores da TCC e a sintomatologia do TAG, torna-se possível o tratamento e acompanhamento de indivíduos acometidos pela ansiedade extrema e preocupação desproporcional através de técnicas baseadas na psicoeducação, identificação de pensamentos disfuncionais e enfrentamento de situações-problema. Tais técnicas tem como objetivo a reestruturação cognitiva de crenças disfuncionais e auxiliar o paciente no auto-manejo em momentos de estresse.

5ª SEMANA DE CONHECIMENTO