



## TÉCNICAS DE AVALIAÇÃO NA TEORIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL

### **Autor(res)**

Nair Fatima Nunes Garcia  
Caroline Batista Cerqueira Lima  
Karoline De Souza Andrade

### **Categoria do Trabalho**

Trabalho Acadêmico

### **Instituição**

FACULDADE ANHANGUERA DE OSASCO

### **Resumo**

Pesquisa realizada baseada em artigos científicos sobre a Teoria Cognitivo Comportamental. Especificamente relacionada as técnicas de avaliação do sujeito utilizadas pelos psicólogos.

A teoria cognitivo comportamental é baseada nos comportamentos humanos, idealizada por Aaron Back, formado em várias áreas do conhecimento.

As técnicas são baseadas no externo do clientes, a princípio no ambiente em que está inserido.

O foco não está no interior ou subconsciente do sujeito.

São apresentadas três técnicas principais

Também aconselha o cliente utilizar agendas para anotar as suas metas e também seus comportamentos diante das situações.