

Terapia Cognitivo-Comportamentais no Processo de Reabilitação de Dependentes Químicos: um relato de experiência

AnaLucy Aury Vieira de Oliveira¹

Manoel de Moura do Nascimento Botosso²

Isabella Ferreira Cruvinel³

RESUMO

Relato de experiência da visita técnica à Casa de Eurípedes, realizada em outubro de 2024 por cinco acadêmicos de Psicologia, teve como objetivo aplicar e observar técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) em pacientes em reabilitação da dependência química. Foram conduzidas rodas de conversa e entrevistas individuais com três participantes diagnosticados com transtorno por uso de substâncias e comorbidades psiquiátricas. Utilizaram-se estratégias como descoberta guiada, role play e reestruturação cognitiva, conforme os princípios de Bernardo Range, possibilitando a identificação e a modificação de crenças disfuncionais relacionadas à culpa, desesperança e baixa autoeficácia. A experiência promoveu avanços na expressão emocional, na compreensão dos gatilhos de recaída e no fortalecimento do vínculo terapêutico, evidenciando a eficácia da TCC como ferramenta para estimular consciência, autocontrole e adesão ao tratamento em contextos de reabilitação psicossocial. Essas estratégias permitiram identificar crenças disfuncionais relacionadas à culpa, desesperança e baixa autoeficácia, promovendo reflexões sobre responsabilidade pessoal, enfrentamento e autocontrole emocional. Os resultados apontaram melhora na expressão emocional e na compreensão dos gatilhos de recaída, além do fortalecimento do vínculo terapêutico e da motivação para a mudança. Conclui-se que a aplicação prática da TCC no contexto da dependência química se mostrou uma ferramenta eficaz para promover consciência, autogestão e adesão ao tratamento, demonstrando a relevância das intervenções cognitivo-comportamentais em ambientes de reabilitação psicossocial.

Palavras-chave: dependência química; reestruturação cognitiva; psicoeducação; recaída; TCC.

1. Docente da Universidade Salgado de Oliveira.

2. Discente de Psicologia da Universidade Salgado de Oliveira.

3. Discente de Psicologia da Universidade Salgado de Oliveira.