



ISPA

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

INTERVENÇÕES DO TERAPEUTA E INSIGHT DO PACIENTE

CLÁUDIA FILIPA PEREIRA RAPOSO DE BRITO

Orientador de Dissertação:

PROF. DOUTOR ANTÓNIO PAZO PIRES

Coordenador de Seminário de Dissertação:

PROF. DOUTOR ANTÓNIO PAZO PIRES

Tese submetida como requisito parcial para o grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA

Especialidade em Psicologia Clínica

2015

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação de Prof. Doutor António Pazo Pires, apresentada no ISPA – Instituto Universitário, para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica conforme o despacho da DGES, nº 19673/2006, publicado em Diário da República, 2ª série, de 26 de Setembro, 2006.

Agradecimentos

Ao Professor Doutor António Pazo Pires , pelo apoio, pela sua motivação, pela sua enorme disponibilidade em orientar a construção deste trabalho.

Às minhas colegas do seminário de dissertação pelo apoio, pela partilha e pela colaboração.

A todos os meus amigos pelo carinho e pelos momentos de descontração.

E finalmente, mas não sendo de maneira nenhuma os últimos, agradeço à minha Mãe pelo apoio e amor incondicional ao longo de toda a minha vida e por me proporcionar a continuidade dos meus estudos.

Ao meu namorado, João Lebre, por ter sido o meu porto seguro durante todo este percurso e por todo o afeto, paciência e compreensão.

À Dona Olga, que infelizmente não pôde presenciar este momento, mas acredito que ficaria feliz e orgulhosa com esta minha conquista. Por ter sido a pessoa que mais me incentivou e por ter acreditado sempre que seria possível...

Índice

Revisão de Literatura	1
Resumo	2
Abstract.....	3
Introdução	4
<i>Insight</i>	5
Variáveis associadas ao <i>Insight</i>	7
Intervenções do Terapeuta e o <i>Insight</i>	14
Conclusão	18
Referências	20
Artigo Empírico	23
Resumo	24
Abstract.....	25
Introdução	26
Método	28
Participantes	28
Terapeuta.....	30
Psicoterapia	30
Instrumentos.....	30
Procedimento.....	32
Resultados	34
Discussão	47
Referências	51
Anexos.....	53
Anexo A - Versão Traduzida e Adaptada da Folha de Cotação do TADS.....	54
Anexo B - Lista de Exemplos de Mudança nas Dimensões do CHAP.....	58
Anexo C - Treino TADS: Concordância Inter-Avaliadores (Paciente A).....	64
Anexo D - Treino TADS: Concordância Inter-Avaliadores (Paciente B).....	65
Anexo E - Treino TADS: Concordância Inter-Avaliadores (Paciente E ;Paciente F) 66	
Anexo F - Identificação e Cotação das Intervenções do Terapeuta (Paciente 1).....	67
Anexo G - Identificação e Cotação das Intervenções do Terapeuta (Paciente 2).....	171
Anexo H - Treino CHAP: Concordância Inter-Avaliadores na Avaliação dos Incidentes de Mudança	213

Anexo I - Treino CHAP: Concordância Inter-Avaliadores na Avaliação dos Incidentes de Mudança	214
Anexo J - Treino CHAP: Concordância Inter-Avaliadores na Avaliação dos Incidentes de Mudança	215
Anexo L - Cotações CHAP: Avaliação dos Incidentes de Mudança (Paciente 1)....	216
Anexo M- Cotações CHAP: Avaliação dos Incidentes de Mudança (Paciente 2) ...	232

Revisão de Literatura

INTERVENÇÕES DO TERAPEUTA E INSIGHT DO PACIENTE

Resumo

A presente revisão de literatura procura explorar o conceito de *insight* e as variáveis associadas no processo em que este fenómeno ocorre. Após explorar sumariamente o conceito de *insight*, é apresentado a descrição de cada uma das variáveis envolvidas no processo terapêutico que sejam capazes de facilitar ou promover o *insight*. Estas variáveis podem estar relacionadas com as características do paciente, do terapeuta, da relação terapêutica e da técnica utilizada durante um processo terapêutico. É ainda destacado as intervenções do terapeuta consideradas como promotoras de ganhos de *insight*. O método utilizado na seleção dos artigos foi a pesquisa eletrónica dos termos *psychotherapy change, therapist interventions, therapeutic action, analytic technique, insight* nas seguintes bases de dados: PsycInfo, PsycArticles, PEP, Psychology and Behavioral Sciences Collection, Academic Search Complete, Wiley Online Library, Ovid, B-on e Science Direct, utilizando um critério temporal alargado, de 2000 a 2014. Concluímos que um dos principais impedimentos na investigação de *insight* refere-se à inexistência de uma definição unânime entre os diferentes autores assim como à impossibilidade de associação entre o *insight* e os resultados não poder ser experimentalmente controlada, o que faz com que o verdadeiro mecanismo de mudança poderá assim ser qualquer outra variável relacionada com o *insight*. Constatou-se ainda relativamente à técnica que a interpretação da transferência poderá não ser a intervenção principal ou exclusiva pelo aumento da capacidade de *insight*, havendo outras intervenções em causa como as de cariz exploratório, de apoio e as diretivas.

Palavras-chave: mudança em psicoterapia; intervenções do terapeuta ; *insight*.

Abstract

This literature review explores the concept of insight and the variables associated in the process in which this phenomenon occurs. After briefly explore the concept of insight, the description is displayed for each of the variables involved in the therapeutic process capable of facilitating or promoting insight. These variables may be related to the characteristics of the patient, the therapist's therapeutic ratio and the technique used during a treatment process. It also highlighted the therapist's interventions considered as promoters of insight gains. The method used in the selection of items was the electronic search of the terms *psychotherapy change*, *therapist interventions*, *therapeutic action*, *analytic technique*, *insight* in the following databases: PsycInfo, PsycArticles, PEP, Psychology and Behavioral Sciences Collection, Academic Search Complete, Wiley Online Library, Ovid, B- on and Science Direct, using an extended time criterion, from 2000 to 2014 concluded that one of the main impediments in insight research refers to the lack of a unanimous definition between the different authors as well as the impossibility of association between insight and results could not be experimentally controlled, which makes the real change mechanism may thus be any other variable related insight. It was noted with regard to the technical interpretation of the transfer may not be the main or sole intervention by increased insight capacity, with other interventions in question as the exploratory nature, support and policies.

Keywords: psychotherapy change; therapist interventions; insight.

Introdução

Existe uma lacuna na investigação que procura aprofundar o conhecimento fundamental do *como* e do *que* funciona nas psicoterapias. Não se tem conhecimento suficiente do que a terapia é na realidade ou o que faz. Apesar das inúmeras investigações realizadas ao longo das últimas décadas no âmbito da investigação em psicoterapia continua-se sem saber concretamente *como* é que a psicoterapia produz mudanças (Miranda et al., 2009).

Atualmente a investigação em psicoterapia tem incidido, mais no estudo dos processos e produtos. A investigação ao nível dos processos centra-se nas interações dinâmicas que ocorrem ao longo das sessões terapêuticas, enquanto, que a investigação ao nível dos produtos centra-se na avaliação dos resultados, eficácia ou eficiência de determinada psicoterapia (Garfield, 1990; Sirigatti, 2004 cit. por Miranda et al., 2009). Porém, as controvérsias e incertezas face aos mecanismos envolvidos no processo psicoterapêutico, que conduzem a essa eficácia, permanecem, emergindo a necessidade de investir na compreensão dos mediadores e mecanismos envolvidos no processo de mudança em psicoterapia (Kazdin, 2009).

Através de estudos sobre o processo terapêutico é assim possível compreender como se dá a mudança no decorrer do tratamento e identificar os mecanismos de ação terapêutica. Para isso, podem ser empregues métodos qualitativos e quantitativos para investigar padrões de relacionamento e comunicação entre a díade terapeuta/paciente ao longo de uma psicoterapia (Serralta, Nunes & Eizirik, 2007 cit. por Peuker et al., 2009).

Diversos autores (Helmeke & Sprenkle, 2000; Martin & Stelmaczonek, 1989; Váldez et al., 2005 cit. por Brum et al., 2012) têm direcionado as suas investigações para a análise de “pontos de mudança” que consiste em identificar e descrever exaustivamente os momentos que aparecem como mais significativos, ou relevantes para o processo de mudança. Entre os inúmeros “pontos de mudança”, a literatura destaca como mais comuns os momentos de resolução de problemas, de tomada de consciência, de apoio e de *insight* (Elliott et al., 1994 cit. por Brum et al., 2012).

Dado que um dos principais objetivos do recurso à psicoterapia constitui-se na mudança psíquica do paciente, perceber como esta ocorre e quais os processos que lhe estão inerentes é uma das questões centrais nas investigações realizadas atualmente. Assim, sendo o *Insight* considerado como um dos componentes principais para que a

mudança ocorra, perceber quais os seus efeitos ou o seu impacto torna-se fundamental para a compreensão dos benefícios obtidos ao longo de um processo terapêutico.

A presente revisão de literatura pretende fundamentar e explorar o conceito de *insight* identificando os fatores envolvidos no processo terapêutico que sejam capazes de facilitar ou promover o *insight*, dando especial ênfase aos tipos de intervenção do terapeuta associados ao *insight*. O método utilizado na seleção dos artigos foi a pesquisa electrónica dos termos *psychotherapy change*, *therapist interventions*, *therapeutic action*, *analytic technique*, *insight* nas seguintes bases de dados: PsycInfo, PsycArticles, PEP, Psychology and Behavioral Sciences Collection, Academic Search Complete, Wiley Online Library, Ovid, B-on e Science Direct, utilizando um critério temporal alargado, de 2000 a 2014. No entanto, foram admitidos estudos mais antigos. Com o intuito de complementar a pesquisa, foram incluídos diversos artigos de revistas científicas e, livros consultados na biblioteca do ISPA-IU.

Insight

O *insight* tem sido considerado um mecanismo central da mudança em toda a história da psicanálise. Especula-se que a origem do termo *insight*, terá vindo da psiquiatria, em que o conceito se caracteriza pela consciência que o indivíduo adquire de ter uma doença mental (Sandler, Holder, e Dare, 1973 cit. por Messer & McWilliams, 2007).

Sigmund Freud, nas suas publicações nunca empregou diretamente o termo *insight*, porém, evidenciou a compreensão de material inconsciente como um fator curativo central. (Sandler, Dare, e Holder, 1973 cit. por Johanson et al. 2010). No início da investigação em psicoterapia, Dymond (1948 cit. por Gibbons, et al.,2007). salientou a necessidade de se definir o conceito de *insight*, dado a sua relevância em diferentes tipos de psicoterapia. Numa tentativa de esclarecer o termo, o mesmo autor definiu *Insight* como a capacidade do paciente para compreender os seus padrões e os padrões do outro. Dymond (1948) foi assim um dos primeiros autores a abordar a complexidade do *insight* por ter representando os aspetos das relações interpessoais na sua definição.

Na teoria clássica psicanalítica, *Insight* era definido como o reconhecimento que os pacientes adquiriam de experiências traumáticas reprimidas. Nas orientações analíticas o mesmo conceito é traduzido como um novo entendimento intelectual e emocional sobre

padrões de relacionamento mal adaptativos (Gibbons, et al.,2007). Em psicoterapia psicanalítica o *insight* é reconhecido simultaneamente como um pré-requisito para haver mudança, como um mecanismo envolvido na mudança e como um resultado da mudança (Messer & McWilliams, 2007).

Atualmente, diferentes abordagens em psicoterapia, variam muito nos seus mecanismos propostos para a mudança, no entanto, quase todos os modelos compartilham da premissa que a psicoterapia é uma experiência educativa e que através da intervenção o paciente poderá, vir a compreender algo novo sobre si mesmo. Dentro de modelos orientados para a introspeção, este ganho de entendimento tem sido tradicionalmente referido como *insight*. No entanto, mesmo entre os teóricos orientados para o *insight* o termo tem vários significados. Existem autores que designam o constructo por *insight* (Luborsky, 1962), outros utilizaram o termo “self-understanding” (Connolly et al, 1999; Crits-Christoph, 1984 cit. por Gibbons, et al.,2007) para se referirem ao mesmo conceito.

Na literatura continua assim a não existir uma definição unânime de *insight*. No entanto, das diferentes definições encontradas na literatura, todas partilham uma ideia central, *Insight* é uma nova conexão (Gibbons, Crits-Christoph, Barber & Schamberger, 2007). Essa nova conexão poderá ser entre experiências do passado e do presente, ou entre pensamentos, sentimentos, desejos ou comportamentos. Apesar das divergências entre as definições do conceito todas as abordagens analíticas compartilham a convicção de que eventos de *insight* promovem alívio e melhorias dos sintomas através da implementação de novas crenças e comportamentos mais adaptativos.

Lacewing (2014) procurou desenvolver uma definição ampla de *Insight* contribuindo assim para a formulação do conceito de *Insight psicodinâmico*. Definindo-o como a compreensão que o indivíduo adquire das suas dinâmicas e processos mentais. Nesta compreensão são realizadas conexões entre as emoções, motivações, pensamentos e comportamentos, o passado e o presente, e as interpretações sobre as relações com os outros. O mesmo autor identificou dois componentes do *Insight*, o entendimento da dinâmica (muitas vezes inconsciente) por detrás de um pensamento específico, sentimento, escolha ou reações comportamentais que por vezes resultam de padrões mal adaptativos. A segunda componente, designada por *Insightfulness* que se traduz na capacidade geral ou a capacidade para o entendimento do próprio. Porém, é fundamental perceber que o *insight* não é considerado só como um reconhecimento intelectual de uma verdade psicológica assim como *Insightfulness* não é puramente uma capacidade intelectual (Freud, 1914, cit. por Lacewing, 2014). O *insight* requer uma dimensão

emocional ou seja é também uma experiência afetiva vivida pelo paciente. Segundo autores como, Gelso, Kivlighan, Vinho, Jones, e Friedman (1997) cit. por Gibbons, et al.,2007 definem a capacidade intelectual como uma compreensão cognitiva das relações de causa-efeito e o insight emocional como uma ligação entre o afeto e a compreensão intelectual. Porém, através de uma revisão de estudos empíricos (Gibbons, et al.,2007), constataram que os níveis iniciais de *insightfulness* são importantes para a psicoterapia, mas influenciam apenas indiretamente os resultados sobre os efeitos de outras variáveis envolvidas no processo terapêutico. Assim sendo, a capacidade do paciente para o entendimento (*insightfulness*) pode levar a um maior envolvimento do paciente no processo terapêutico ou a uma maior abertura para analisar os seus aspetos do self, principalmente quando estes impedem a evolução da terapia (e.g. Transferência negativa). Os mesmos autores defendem ainda que mais relevante que os níveis pré-existentes de *insightfulness*, poderá ser a quantidade de novos *insights* adquiridos durante a terapia.

Na psicoterapia breve de orientação analítica Bellak e Small (1980), cit. por Mondardo (2014) evidenciam que são três os processos básicos: a comunicação, o *insight* e a elaboração. A comunicação torna-se relevante na interação entre o terapeuta e o paciente, na medida que é através da comunicação, que o paciente fornece ao terapeuta informações importantes acerca do seu mundo interno. Os mesmos autores definem *insight* como uma percepção que o paciente adquire do padrão ou configuração da sua experiência, sentimentos, comportamentos e pensamento que permitirá ao indivíduo a compreensão de seus aspetos emocionais e intelectuais e a elaboração ocorre quando o *insight* é adquirido e aplicado a determinadas situações, possibilitando uma maior consciência ao paciente dos seus padrões de comportamento.

Apesar de algumas descobertas do impacto do *insight* em psicoterapia, a investigação só agora começou a “arranhar” a superfície na compreensão de como o *insight* é um mecanismo central da mudança terapêutica (Gibbons, et al.,2007). Os mesmos autores argumentam ainda que muitos dos estudos empíricos realizados apresentam, imprecisão metodológica e ambiguidade nos seus resultados, possivelmente por não existir uma definição unânime, clara e operacionalizável de *Insight*.

~

Variáveis associadas ao *Insight*

Na segunda parte desta revisão, iremos expor as variáveis associadas ao *Insight* e como estas contribuem para o seu desenvolvimento, no processo da mudança terapêutica em psicoterapia psicanalítica. A pertinência deste estudo centra-se na necessidade de refletir sobre as diversas variáveis correlacionadas com o *insight*. Sendo o *Insight* realçado como um dos componentes principais para o sucesso da psicoterapia psicanalítica, saber quais os efeitos ou impacto destas variáveis torna-se fundamental para a compreensão dos benefícios obtidos ao longo de um processo terapêutico assim como um maior entendimento sobre o processo de mudança.

Na literatura psicanalítica o *insight* aparece muitas vezes interligado a outras variáveis envolvidas no processo terapêutico, tais como: a relação terapêutica, as características do terapeuta e do paciente e as técnicas de intervenção terapêutica. Neste âmbito, Sousa (2006 cit. por Soares, 2011), evidencia como um critério base da investigação em psicoterapia, o estudo da relação entre as variáveis relativas ao terapeuta e os resultados terapêuticos, considerando que a compreensão das experiências internas dos intervenientes envolvidos na psicoterapia (terapeuta e paciente), assim como o conhecimento dos mecanismos que subjazem à modificação terapêutica são fulcrais para este processo.

A investigação da análise de variáveis dentro do processo terapêutico tende a centrar-se na diferenciação de dois fatores distintos: os fatores específicos e fatores comuns. Assume-se como fatores técnicos ou específicos os procedimentos intrínsecos a cada terapia e como fator comum a relação existente entre o paciente e o terapeuta, uma vez que é independente da abordagem teórica (Sirigatti, 2004 cit. por Miranda et al., 2009).

No que concerne, ao conceito de *insight*, são vários os autores que consideram o *insight* como um fator específico da teoria psicodinâmica. Porém essa categorização não é consensual na literatura. Segundo Lacey (2014), sendo o *insight*, uma forma de aprendizagem do paciente sobre si mesmo, poderá assim estar presente em diferentes abordagens psicoterapêuticas. O mesmo autor evidencia a necessidade de se repensar o conceito de *insight* como um fator específico ou como um fator comum a diferentes psicoterapias. Lambert (2013) defende a mesma premissa argumentando que muitos dos fatores considerados específicos incluindo o *insight*, poderiam ser englobados na categoria de fatores comuns. Neste âmbito, uma das questões centrais que se têm colocado

é se o *insight* é um fator específico moderador ou mediador na psicoterapia psicodinâmica, tendo em conta que os seus efeitos não aparecem especificados nos resultados de estudos de eficácia (Lacewing, 2014).

Numa investigação efetuada por McAleavey & Castonguay (2014) procurou-se analisar se o *insight* pode ser considerado um impacto comum da psicoterapia e se os fatores específicos ou fatores comuns podem ser mais atribuídos à sua facilitação. De acordo com os resultados do estudo, os fatores específicos de uma determinada psicoterapia não apresentaram diferenças significativas na promoção de *insight*. Por outro lado, os fatores comuns (aspetos, ambientais, contextuais e relacionais) presentes em diferentes abordagens psicoterapêuticas parecem ter tido influência no desenvolvimento de *insight* (Wampold, Imel, Bhati & Johnson-jennings, 2007 cit. por McAleavey & Castonguay 2014). Os resultados sugerem assim que o *insight* poderá ser considerado como uma “função comum” das diferentes psicoterapias (Frank 1961 cit. por McAleavey & Castonguay 2014).

Posto isto, entende-se que o fundamental para a investigação em psicoterapia não será o consenso entre o que é realmente considerado fator comum ou fator específico, mas sim que se desenvolva um entendimento, uma interação e um apoio mútuo favorecendo uma complementaridade entre os diferentes fatores.

De seguida, passaremos a especificar cada uma das variáveis envolvidas no processo terapêutico. Na investigação realizada ao longo das últimas décadas tem-se constatado que os resultados de psicoterapias dependem de inúmeras variáveis, que podem ser didaticamente divididos em variáveis do paciente, do terapeuta e da relação entre estes (Castonguay & Beutler, 2005 cit. por Khater et al., 2014). Para fins de pesquisas empíricas, essas variáveis são usualmente isoladas e estudadas de forma independente ou em alguns casos, de forma combinada. Stiles e Shapiro (1995 cit. por Éneas 2000), sugerem que o tratamento psicoterápico deve ser compreendido não como uma mistura pronta ou uma sequência de ingredientes, mas como um conjunto distinto de procedimentos específicos e flexíveis pelos quais o terapeuta e o paciente interagem.

Numa abordagem psicodinâmica, Dewald (1989 cit. por Mondardo 2014) define psicoterapia como um processo psicológico que se dá entre duas ou mais pessoas, no qual o terapeuta procura aplicar os seus conhecimentos a fim de compreender, influenciar e modificar a experiência psíquica, a função mental e o comportamento do paciente. O mesmo autor salienta que o processo psicoterápico implica uma aliança entre o terapeuta e os aspetos conscientemente sustentadores do ego do paciente, bem como o

estabelecimento de uma relação adequada entre paciente e terapeuta para que ambos direcionem seus esforços a fim de alcançarem os objetivos previstos. Para que estes objetivos sejam atingidos e se concretize a mudança é necessário que o terapeuta promova um relacionamento colaborativo e que através da relação ambos identifiquem os padrões interativos, os desejos os medos inconscientes existentes na díade terapêutica sendo através da aliança terapêutica que o paciente se torna capaz de suportar a dor advinda da mudança, evitando que haja regressão até a estruturação de um novo self (Benjamin 1991, cit. por Khater et al., 2014).

Na teoria psicodinâmica a relação terapêutica, desempenha assim um papel significativo no desenvolvimento de *insight*. Esta relação ou vínculo terapêutico, baseia-se em sentimentos de *confiança, proximidade, aceitação e disponibilidade*. O vínculo é uma condição para que se produza mudança, uma vez que é no seio do vínculo terapêutico que vai entrar o processo de modificação constante. Partindo do princípio de que um dos pressupostos da mudança é a alteração de modalidades relacionais, e tendo em conta que esta alteração depende do trabalho na *transferência* e na criação de uma *nova relação*, o vínculo terapêutico é algo de essencial para a mudança (Miranda et al., 2009).

Segundo Wolitzky (1995 cit. por Khater et al., 2014), relativamente aos “ingredientes de cura” da psicanálise, evidencia que atualmente é possível falar de duas categorias principais destes ingredientes - *insight* e relacionamento. O mesmo autor argumenta ainda sobre o potencial erro de clivagem, pois o *insight* só pode ocorrer no contexto de um relacionamento. Contudo, especula-se que a função desta separação é evidenciar o benefício que pode advir do relacionamento com um terapeuta, além de relativizar a melhora advinda da auto-compreensão (*insight*).

Através dos resultados de uma meta-análise realizada por Lacey (2014), constatou-se que os resultados associados a eficácia do *insight* teriam sido moderados por variáveis relacionadas com o terapeuta, com o paciente e com a relação terapêutica. Assim podemos inferir que o desenvolvimento de *insight* dependerá da existência de uma forte aliança terapêutica (Gabbard, 2004). Num outro estudo, efetuado por Timulak & McElvaney (2013), sugerem que as tensões vividas na aliança terapêutica devem ser consideradas como potenciais oportunidades para o terapeuta intervir de forma a facilitar eventos de *insight*.

Relativamente às variáveis associadas ao terapeuta, autores como Sterba (1934) e Greenson (2008 cit. por Lacey 2014) referem que a atitude empática, o tom, a assertividade ou seja a forma como o terapeuta chama atenção do paciente para os seus

padrões de comportamento são componentes fundamentais para os efeitos terapêuticos incluindo o desenvolvimento do *insight*. Assim a *atitude empática* é uma dessas características, que apesar de não ter um impacto direto no processo, atua como algo que prepara a construção de um vínculo terapêutico. Esta postura caracteriza-se pela criação de um clima de *acolhimento* e de *transmissão de conforto*, permitindo que seja produzido no paciente uma sensação de que pode ser compreendido pelos outros. (Miranda et al., 2014). Em relação à eficácia do terapeuta, em vários estudos (Buckley, Newman, Kellett & Beail, 2006; Chatoor & Kurparick, 2001; Jung et al., 2007 cit. por Brum et al., 2012) onde esta variável foi avaliada, não foram encontradas diferenças significativas nos resultados, quando se considerou o tempo de experiência do terapeuta o que poderá reconfirmar que as características pessoais e relacionais do terapeuta, não são traduzidas apenas pelo tempo de experiência. Num outro estudo realizado por Kolden et al., (2000) verificaram que não só alguns comportamentos do terapeuta estão correlacionados com o *insight*, como comportamentos específicos do terapeuta estão correlacionados com eventos de *insights* específicos. Assim Lambert e Ogles (2004), evidenciam a importância do contributo das variáveis do terapeuta para os resultados terapêuticos positivos, argumentam que apesar da influência da técnica ser relevante, o seu poder para provocar a mudança é limitado quando comparado com a influência pessoal do terapeuta. Estes autores sugerem ainda, que o papel do terapeuta no resultado do processo terapêutico é extremamente relevante, uma vez que o terapeuta é indissociável do processo terapêutico e conseqüentemente, do seu resultado.

No que concerne as variáveis relacionadas com o próprio paciente, características como o empenhamento, a motivação intrínseca, o comprometimento, o empenho para a resolução do problema e para ultrapassar o sofrimento são componentes essenciais para o processo psicoterapêutico (Miranda et al., 2009).). A forma como o paciente se vê e como se relaciona com o outro, vai se espelhar na relação com o terapeuta.

Freud (1940/1975 cit. por Khater et al., 2014), considerava que não era possível obter sucesso da mesma forma com todos os pacientes. Os recursos que permitem o trabalho terapêutico dizem respeito ao desejo de recuperação por parte do paciente, à sua inteligência, à tentativa de procura de uma nova solução, às condições egóicas mais favorecidas do indivíduo e principalmente ao relacionamento com o terapeuta visto como aliado ou seja a aliança terapêutica. Yoshida (2001), refere que de certa forma, o paciente quando decide procurar ajuda de um profissional, o mesmo já superou importantes barreiras internas e/ou externas, ou seja, foi capaz de admitir para si mesmo que tem

problemas e que sozinho não consegue resolvê-los. No entanto, o sucesso do tratamento psicoterápico depende de vários outros fatores, que aliados a esta condição inicial irão propiciar ao paciente a resolução dos seus conflitos atuais.

Na literatura psicanalítica são vários os autores que defendem o facto de alguns pacientes serem mais propensos do que outros ao desenvolvimento de *insight*, levando assim o terapeuta a ser flexível e adaptar diferentes técnicas perante a subjetividade de cada paciente (Baumann e Hill, 2008; Gibbons, et al.,2007). Porém, através de outras investigações, concluiu-se que mais importante do que o nível da capacidade do paciente para ganhos de insight (*insightfulness*) é a quantidade de novos insights adquirida durante a terapia (Gibbons, et al.,2007). Timulak & McElvaney (2013), através dos resultados de uma meta-análise, constataram ainda que eventos de *insight* apresentavam um efeito fundamental na esperança e na confiança que os pacientes tinham sobre a eficácia da terapia.

Segundo Fonagy (1998, cit. por Brum et al., 2012), quando se estabelece a díade terapeuta/paciente o terapeuta é interiorizado pelo paciente como um novo objeto, e esse envolvimento permite ao paciente um afastamento das suas experiências passadas, viabilizando a alteração de seu conhecimento relacional implícito. Nesse mesmo sentido, Beebe (1998, cit. por Brum et al., 2012) acrescenta que os momentos autênticos de relação entre terapeuta e paciente, bem mais do que as interpretações do material inconsciente, são as bases para as verdadeiras transformações psíquicas.

A possibilidade de mudança a partir da reestruturação do ego, ou seja, a partir das condições de uso que o próprio paciente faz dos seus recursos, permite-nos pensar que o processo terapêutico oferece condições satisfatórias para a obtenção de mudança psíquica. No entanto, é necessário considerar um nível mais profundo de organização da personalidade do paciente passível de apresentar maior ou menor rigidez, logo, de ser mais ou menos suscetível às modificações provenientes da influência do meio externo. De fato, observações clínicas e resultados de alguns estudos, revelam que os pacientes mais estruturados tendem a apresentar melhores condições, de obter melhores resultados terapêuticos, contrariamente, os pacientes menos estruturados tendem a obter resultados menos favoráveis. Posto isto, entende-se que as condições para a mudança psíquica são proporcionais às condições egóicas pré-existentes do paciente. Assim, o terapeuta deve considerar estas condições prévias do paciente e na medida do possível, procurar fortalecê-las ou modificá-las (Khater et al., 2014). Autores como Barber, Crits- Christoph, & Luborsky, (1996 cit. por Lacewing, 2014) apresentam a mesma convicção de que o

terapeuta deve proporcionar ao paciente a possibilidade de este vir a experienciar a relação com o terapeuta, introjetando-o como um novo objeto.

Segundo Lacey (2014), a qualidade de relações de objeto do paciente interfere na relação entre o paciente e o terapeuta. De acordo com os resultados do seu estudo, concluiu-se que quando os pacientes apresentam uma fraca qualidade de relações de objeto, existe uma maior necessidade que se desenvolva uma forte aliança terapêutica. Num outro estudo realizado por Johansson et al., (2010), encontraram uma correlação significativa entre o aumento de *insight* e melhorias nas relações interpessoais em pacientes com fraca qualidade de relação de objeto. Os respectivos autores verificaram ainda que pacientes com perturbação de personalidade, cujas relações de objecto são mais frágeis, obtêm melhores resultados terapêuticos em psicoterapia com interpretação da transferência, sendo estes efeitos, a longo prazo, mediados pelo aumento de *insight* ao longo do processo psicoterapêutico. Levy et al. (2006) e Bateman e Fonagy, (2008 cit. por Lacey 2014), numa das suas investigações, encontraram também uma correlação entre o aumento da função reflexiva (*insight*) e os resultados em pacientes com perturbação de personalidade borderline (PPB) em psicoterapias psicodinâmicas de longa duração. Posto isto, percebe-se a necessidade da inclusão e da análise das variáveis associadas ao paciente, na investigação dos processos de mudança psíquica.

No seguimento das variáveis anteriormente referidas, torna-se ainda relevante salientar o fator tempo, referente a durabilidade de um processo psicoterapêutico e a sua associação com os ganhos de *insight*. Na literatura o desenvolvimento do *insight* aparece mais recorrentemente associado aos resultados das terapias psicodinâmicas de longa duração, quando comparado com os resultados das psicoterapias de curto prazo (Lacey 2014; Hoglend et al, 1994 ;. Kivlighan et al, 2000;. Vargas, 1954 cit. por Gibbons, et al.,2007). Esta associação poderá dever-se ao fato de incidentes de insight ocorrerem ao longo de toda a terapia e o seu impacto poderá assim ser mais reconhecido tardiamente na análise, quando os pacientes se deparam com circunstâncias semelhantes no seu dia-a-dia (Timulak e McElvaney, 2013). No entanto, Strupp & Binder,(1984 cit. por Énea, 2000) argumentam que é possível observar o aparecimento de *insight* em psicoterapias dinâmicas de curto prazo, fundamentando a sua argumentação com base no modelo relacional, em que se dá prioridade aos elementos que advém da relação terapêutica. Assim a interpretação transferencial e o *insight* são limitados às características da interação da díade terapeuta/paciente, direcionando-se para o aqui e o agora, referente ao padrão de relação que é reativada na situação terapêutica. Procura-se

que o paciente adquira compreensão quanto ao significado deste padrão, com base na experiência emocional corretiva.

Assim sendo, avaliar a variável tempo referente aos momentos precisos em que os incidentes de *insight* ocorrem durante uma terapia, torna-se crucial para reconhecer os possíveis efeitos causais entre o *insight* e os resultados de processo psicoterapêutico.

Intervenções do Terapeuta e o *Insight*

Na teoria psicanalítica, tanto o *insight* como as intervenções utilizadas pelo psicoterapeuta, são considerados componentes centrais no processo de mudança em psicoterapia. No entanto, existe uma lacuna na literatura, no que diz respeito à evidência empírica relativamente às técnicas utilizadas pelos terapeutas que promovem o *insight* (McAleavey & Castonguay, 2014).

De acordo com autores como Gabbard & Westen (2003), a investigação de processos em psicoterapia psicanalítica, deve centrar-se no que muda (objetivos e resultados terapêuticos) e nas estratégias suscetíveis de facilitar essas mudanças (técnicas terapêuticas). Assim sendo, a identificação das intervenções do terapeuta é facilitadora do estudo do processo em psicoterapia, na medida em que permite associar os tipos de intervenção deste com os incidentes de mudança no paciente (Banon et al., 2013).

No que concerne, ao estilo adotado pelo terapeuta durante um processo psicoterapêutico, diversos autores têm evidenciado que a adesão a uma determinada orientação teórica será fundamentalmente impulsionada pelo comportamento do paciente. A noção de que os terapeutas às vezes aumentam a sua adesão a determinadas técnicas para se adaptarem aos seus pacientes, tem vindo a ser cada vez mais confirmada ao longo dos tempos (Gabbard et al., 2003).

Segundo Norcross & Lambert (2011) salientam a necessidade de se repensar a validade da separação entre “técnica” e “relação”, enfatizando que todas as intervenções técnicas têm um significado e um suporte relacional, pelo que não é possível separar conceptualmente os fatores técnicos dos fatores relacionais. A mesma convicção é evidenciada por Leal (2005), que defende que as intervenções do terapeuta têm uma dupla função: por um lado, procuram conteúdos e por outro, preocupam-se com o alimentar da relação, já que se acredita que só com base numa relação de confiança podemos aceder a

certos conteúdos do sujeito. Assim é crucial que as técnicas interventivas estejam integradas no repertório de respostas do terapeuta, isto é, que estejam automatizadas e devem ser utilizadas com base na naturalização.

De acordo com Luborsky (1984, cit. por Énea, 2000), as intervenções na prática das psicoterapias psicodinâmicas podem ser classificadas sob um *continuum* suporte-expressivas. As intervenções de natureza de “suporte” têm como objetivo a manutenção do nível de funcionamento do paciente. São técnicas de apoio, demonstram o quanto o psicoterapeuta compreende o paciente. As intervenções de natureza “expressiva” têm como objetivo facilitar a comunicação e compreensão, por parte do paciente, dos seus problemas e conflitos inconscientes. A distinção entre estes dois tipos de intervenções (suporte e expressivas) foi resultado de projeto de pesquisa da Fundação Menninger (*Menninger Clinic Treatment Interventions Project*), dispostas segundo um *continuum* reproduzido por Gabbard (1994/1998 cit. por Énea 2000),

Gabbard & Westen (2003) identificaram três tipos de intervenções que estão associadas ao *insight*: As intervenções propriamente ditas que promovem o *insight* ; as intervenções que resultam de vários aspetos da relação terapêutica e as intervenções designadas por estratégias secundárias. As primeiras duas são de central importância para a psicanálise, enquanto as estratégias secundárias estão mais vinculadas às diferentes psicoterapias. As intervenções que promovem o *insight*, segundo estes autores centram-se na associação livre e na interpretação. As estratégias secundárias englobam intervenções não analíticas, como a confrontação, o enfoque nas crenças disfuncionais ou irracionais, as intervenções de cariz diretivo/psicoeducativo, a exposição e a auto-revelação. Num estudo empírico, levado a cabo por Wallerstein (1986, cit. por Gabbard et al., 2003) concluiu-se que as intervenções de apoio resultaram em mudanças estruturais tão duráveis quanto aquelas produzidas por enfoques interpretativos. O mesmo autor chama a atenção para a idealização do *insight*, argumentando que intervenções de cariz interpretativo e de apoio estão sempre interligadas e que aspetos de apoio ou de relacionamento não devem ser denegridos.

Numa investigação realizada por Kolden et al., (2000) através da aplicação da escala de realizações terapêutica, *Therapeutic Realization Scale-Revised* (TRS-R) constataram que não só alguns comportamentos do terapeuta estão correlacionados com o *insight*, como comportamentos específicos do terapeuta estão correlacionados com eventos de *insights* específicos. Através dos resultados, verificaram que a utilização de intervenções diretivas estão correlacionadas com eventos de *insight* relativos ao momento

presente da vida do paciente, por outro lado, as intervenções de cariz exploratório com foco no passado do paciente estão correlacionada com incidentes de *insight* relativos ao passado do paciente. Já num outro estudo efetuado por (McAleavey e Castonguay, 2014), concluiu-se que quando comparadas as sessões de um determinado paciente, nas sessões em que se constatou uma maior frequência de utilização de intervenções exploratórias, observou-se menos incidentes de insight por parte do paciente. Contrariamente, quando os terapeutas afirmam ter usado intervenções mais diretivas do que outros terapeutas, os pacientes relatam ter experienciado mais eventos de *insight*. No entanto, Beutler (2003 cit. por McAleavey & Castonguay,2014) refere que apesar de a diretividade ser produtiva relativamente a ganhos de *insight*, exige alguma precaução quando estas técnicas são empregues, por serem suscetíveis de reações negativas por parte de alguns pacientes. Ainda numa análise efetuada por Hill et al. (2008), constata-se que quando são utilizadas intervenções de cariz directivo/psico-educativo, de cariz confrontativo e intervenções não analíticas, este tipo de intervenções, estão muitas vezes associadas a ganhos de *insight* (Hill & Knox, 2008, cit. por Baumann e Hill, 2008).

Numa serie de três estudos de caso a partir do mesmo conjunto de dados, Hill et al. (2007) e Knox et al (2008 cit. por Baumann e Hill, 2008) evidenciaram que a interpretação do sonho, a vontade do próprio paciente de entender o sonho e ainda intervenções que designa por *probes of insight*, estão associados a ganhos de *insight*. Através de uma revisão de literatura mais abrangente realizada por Hill & Knox (2008, cit. por Baumann e Hill ,2008) argumentam que as intervenções do terapeuta que são associadas ao *insight* são a reestruturação, a reflexão, a confrontação e as questões abertas. Os mesmos autores referem ainda a existência de um número reduzido de estudos, não replicados, que apontam outro tipo de intervenções, como o silêncio, intervenções diretivas, auto-revelação, intervenções com foco nas emoções, trabalhos-de-casa, técnicas catárticas e *rolle-plays*, como promotoras do desenvolvimento de *insight*.

Atualmente a polarização do *insight* através da interpretação vs. *Insight*/ mudança através do relacionamento (terapeuta/paciente) deu lugar a um reconhecimento de que esses dois mecanismos de mudança operam de forma sinérgica na maioria dos casos. No entanto, com maior ênfase de um componente para alguns pacientes e do outro componente para outros pacientes. Assim sendo, já não existe uma demarcação bem definida entre os aspetos interpretativos e relacionais da ação terapêutica (Gabbard, 2011 cit. por Banon et.,al 2013). A literatura psicanalítica identifica a interpretação do terapeuta como o principal veículo promotor de mudança ao nível do *insight* (Gabbard & Westen,

2003; Johanson et al. 2010). Assim sendo, o foco na interpretação da transferência é uma marca registrada da abordagem psicodinâmica (Gabbard 2011 cit. por Banon et., al 2013). O mesmo autor acrescenta ainda que como princípio geral a interpretação da transferência deve ser sempre adiada até que se torne uma resistência e até que esta seja acessível à consciência do paciente.

São vários os autores que sugerem que a interpretação da transferência, influencia diretamente o impacto que a psicoterapia tem no paciente (o *insight*), o que, por sua vez, conduz a uma mudança psíquica (Johansson et al., 2010). Porém, como já foi referido anteriormente, existem variáveis do paciente (tipo de relação de objeto e perturbação de personalidade) que estão relacionadas com o desenvolvimento de *insight*. O *insight* constitui-se assim como um mediador do processo de mudança ou seja é através da ocorrência de eventos de insight, que as interpretações da transferência causam um maior impacto nos pacientes.

O *Experimental Study of Transference Work* (FEST), (Hoglund et al.,2006, 2008), foi o primeiro estudo analisar o efeito mediador do *insight* na relação entre a psicoterapia com foco na transferência e os resultados terapêuticos. Os resultados deste estudo e de outros posteriores (Johansson et al., 2010) sugerem que os pacientes com perturbação de personalidade, cujas relações de objeto são mais frágeis, obtêm melhores resultados terapêuticos em psicoterapia com interpretação da transferência do que em psicoterapia sem interpretação da transferência, sendo estes efeitos, a longo prazo, mediados pelo aumento de *insight*. Uma das explicações possíveis poderá estar relacionada com a contratransferência do terapeuta, pacientes que apresentam relações objetais mais maduras, a reacção contra-transferencial parental poderá ser sentida como invasiva exagerada e desnecessária, enquanto em pacientes com perturbações de personalidade mais severas, (egos mais frágeis) poderá ser sentida como nutritiva, uma fonte de suporte, suporte esse, que poderá não ter existido nas suas relações significativas (Hoglund, 2014). No entanto, Hill e Knox (2008 cit. por Baumann e Hill (2008), demonstram que estudos empíricos, referentes à relação entre interpretações do terapeuta e *insight*, apresentam resultados inconclusivos. Ainda relativamente, as intervenções de cariz interpretativo associadas a ganhos de *insight*, Gibbons, et al.,2007 evidenciam a qualidade e a precisão da interpretação, considerando estes aspetos mais relevantes do que a frequência de utilização deste tipo de intervenções para o desenvolvimento de insight, assim como para os resultados do processo psicoterapêutico.

Conclusão

Existe na literatura considerável evidência empírica para se poder afirmar com confiança que diversas formas de psicoterapias são eficazes no que diz respeito a resultados de mudança psíquica (Lambert, 2013; Nathan & Gorman, 2007 cit. por McAleavey e Castonguay, 2014). Porém, as incertezas referentes aos mecanismos envolvidos no processo psicoterapêutico, como o desenvolvimento de *insight*, continuam por esclarecer.

Após a presente revisão de literatura, constatamos que muitos dos estudos empíricos realizados apresentam, imprecisão metodológica e ambiguidade nos seus resultados, possivelmente por não existir uma definição unânime, clara e operacionalizável de *Insight*. No entanto, das diferentes definições encontradas, todas partilham uma ideia central, *Insight* é uma nova conexão por parte do paciente, um novo entendimento sobre si próprio. (Gibbons, Crits-Christoph, Barber & Schamberger, 2007).

Verificou-se por parte de alguns autores a necessidade de salientar que o *insight* não é só um reconhecimento ou uma capacidade intelectual, mas também uma experiência afetiva vivida pelo sujeito no determinado momento. Constatou-se ainda que essa capacidade do paciente ou seja os níveis iniciais de *insightfulness* são importantes para a psicoterapia, mas influenciam apenas indiretamente os resultados sobre os efeitos de outras variáveis envolvidas no processo terapêutico (Lacewing, 2014 ; Gibbons et al., 2007).

Através do estudo das variáveis associadas ao *insight*, são apontadas evidências que o *insight* só pode ocorrer no contexto de um relacionamento Wolitzky (1995 cit. por Khater et al.,2014). No contexto de interação terapeuta-paciente, verifica-se que o desenvolvimento de *insight* poderá assim ser moderado por variáveis relacionadas com o terapeuta, com o paciente e com a relação terapêutica.

Sendo o *insight* uma forma de aprendizagem do paciente sobre si mesmo, poderá estar presente em diferentes abordagens psicoterapêuticas, vários autores têm apresentado como proposta repensar-se sobre o *insight* como fator comum (Lambert, 2013; Lacewing, 2014). Constatamos ainda, através dos resultados de alguns estudos que os fatores comuns parecem apresentar uma maior influência no desenvolvimento de *insight* quando

comparados com os efeitos dos fatores específicos (Wampold, Imel, Bhati & Johnson-jennings, 2007 cit. por McAleavey & Castonguay 2014).

Relativamente, à técnica terapêutica, apesar da literatura evidenciar a interpretação como o principal veículo promotor de mudança ao nível do *insight*, (Gabbard & Westen, 2003; Johanson et al., 2010;), existem vários estudos que identificam outros tipos de intervenções associadas aos ganhos de *insight*: como as exploratórias, as de cariz diretivo /psicoeducativo entre outras. De uma forma geral confirma-se que não só alguns comportamentos do terapeuta estão correlacionados com o *insight*, como comportamentos específicos do terapeuta estão correlacionados com eventos de *insights* específicos Kolden et al., (2000). Posto isto, torna-se evidente que perante a complexidade de um processo psicoterapêutico, o mais relevante não será eleger a técnica mais eficaz no desenvolvimento de *insight*, prevalecendo a capacidade do terapeuta em ser flexível e adaptar as diferentes técnicas perante a subjetividade de cada paciente.

De acordo com a pesquisa realizada concluiu-se que o *insight* poderá ser um mecanismo central da mudança em psicoterapia dinâmica. No entanto, uma vez que a associação entre o *insight* e os resultados não pode ser experimentalmente controlada, o verdadeiro mecanismo de mudança poderá ser qualquer outra variável relacionada com o *insight* (Hoglund, 2014).

Para um maior entendimento sobre o *insight* e o seu impacto na mudança psíquica, é necessário linhas de investigação que explorem e controlem todas as variáveis envolvidas no processo psicoterapêutico. O que poderá assim permitir o delineamento de estratégias interventivas, bem como clarificar a escolha do tipo de intervenção mais adequado, tendo em conta as características de determinado paciente e do terapeuta, proporcionando deste modo, uma aproximação entre a investigação e a prática (Banon et al. 2013). Assim como pistas para futuras investigações: (a) Estudos que relacionem diretamente os efeitos de *insight* com os resultados obtidos; (b) Analisar, a relação existente entre as intervenções do terapeuta e o *insight*, controlando as outras variáveis; (c) Explorar de forma intensiva todas as variáveis específicas envolvidas no processo terapêutico, que influenciam o desenvolvimento de *insight*, tais como as inerentes ao terapeuta, ao paciente e ao relacionamento.

Referências

- Banon, E., Perry, J. C., Semeniuk, T., Bond, M., Roten, Y., Hersoug, A. G., & Despland, J. N. (2013). Therapist interventions using the Psychodynamic Interventions Rating Scale (PIRS) in Dynamic Therapy, Psychoanalysis and CBT. *Psychotherapy Research, 23*(2), 121-136.
- Baumann, E., & Hill, C. E. (2008). The Attainment of *Insight* in the *Insight* Stage of the Hill Dream Model: The Influence of Client Reactance and Therapist Interventions. *Dreaming, 18*(2), 127-137
- Brum, E., Frizzo, G., Gomes, A., Silva, M., Souza, D., & Piccinini, C. (2012). Evolução dos modelos de pesquisa em psicoterapia. *Estudos de Psicologia (Campinas), 29* (2), 259-269.
- Enéas, M. L. E. (2000). Fundamentos da mudança psíquica: recursos para o manejo técnico em Psicoterapia breve. *Psicologia: teoria e prática, 2*(1), 75-94.
- Gabbard, G. O., & Westen, D. (2003). Rethinking Therapeutic Action. *International Journal of Psychoanalysis, 84*(4), 873-841.
- Gabbard, G. O. (2004). Long-term psychodynamic psychotherapy: A basic text. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Gibbons, M., Crits-Christoph, P., Barber, J. & Schamberger, M. (2007). *Insight* in psychotherapy: a review of empirical literature. In L. G. Castonguay & C. E. Hill (Eds), *Insight in psychotherapy* (pp. 143-164). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Hoglend, P., Amlo, S., Marble, A., Bogwald, K. P., Sorbye, O., Sjaastad, M. C., & Heyerdahl, O. (2006). Analysis of the Patient-Therapist Relationship in Dynamic Psychotherapy: An Experimental Study of Transference Interpretations. *American Journal of Psychiatry, 163*(10), 1739-1746.
- Hoglend, P., Bogwald, K. P., Amlo, S., Marble, A., Ulberg, R., Sjaastad, M. C., . . . Johansson, P. (2008). Transference Interpretations in Dynamic Psychotherapy: Do They Really Yield Sustained Effects? *The American Journal of Psychiatry, 165*(6), 763-771.
- Hoglend, P. (2014). Exploration of the Patient-Therapist Relationship in Psychotherapy. *American Journal of Psychiatry, 171*(10), 1056-1066

- Johansson, P., Høglend, P., Ulberg, R., Amlo, S., Marble, A., Bøgwald, K., & ... Heyerdahl, O. (2010). The mediating role of *insight* for long-term improvements in psychodynamic therapy. *Journal Of Consulting And Clinical Psychology*, 78(3), 438-448.
- Kazdin, A. E. (2009). Understanding How and Why Psychotherapy Leads to Change. *Psychotherapy Research*, 19 (4), 418-428
- Khater, E., Peixoto, E. M., Honda, G. C., Enéas, M. L. E., & Yoshida, E. M. P. (2014). Momentos-chave e natureza das intervenções do terapeuta em psicoterapia breve psicodinâmica. *Psico USF*, 19(2), 233-242.
- Kolden, G. G., Strauman, T. J., Gittleman, M., Halverson, J. L., Heerey, E., & Schneider, K. L. (2000). The therapeutic realizations scale – revised (TRS-R): Psychometric properties and relationship to treatment process and outcome. *Journal of Clinical Psychology*, 56(9), 1207–1220
- Lacewing, M. (2014). Psychodynamic Psychotherapy, *Insight*, and Therapeutic Action. *Clinical Psychology, Science and Practice*, 21 (2), 154-171.
- Lambert, M. J., & Ogles. B. M. (2004). The efficacy and effectiveness of psychotherapy. In M. J. Lambert (Ed.), *Bergin and Garfield's Handbook of psychotherapy and behavior change* (5^a ed.) (pp. 139-193). Nova Iorque: Wiley
- Lambert, M. J. (2013). The efficacy and effectiveness of psychotherapy. In M. J. Lambert (Ed.), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (pp. 169–218). New York, NY: John Wiley & Sons.
- Leal, I. (2011). Principais Técnicas de Entrevista. In I. Leal (Ed.), *A Entrevista Psicológica: Técnica, Teoria e Clínica* (pp. 156-171). Lisboa: Fim de Século.
- McAleavey, A. A., & Castonguay, L. G. (2014). *Insight* as a common and specific impact of psychotherapy: Therapist-reported exploratory, directive, and common factor interventions. *Psychotherapy*, 51(2), 283-294.
- Messer, S. B. & McWilliams, N. (2007). *Insight* in psychodynamic therapy: theory and assessment. In L. G. Castonguay & C. E. Hill (Eds), *Insight in psychotherapy* (pp. 9-30). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Miranda, F., Pires, A., & Canta, G. (2010). *Fatores específicos ou fatores Comuns? Processo e mudança na psicoterapia psicanalítica*. Lisboa: Instituto Superior de Psicologia Aplicada.

- Mondardo, Anelise Hauschild, Piovesan, Laís, & Mantovani, Paulina Cecília. (2009). *A percepção do paciente quanto ao processo de mudança psicoterápica. Aletheia*, (30), 158-171.
- Norcross, J. C., Lambert, M. J. (2011). Psychotherapy relationships that work II. *Psychotherapy*(48)1, 4–8.
- Norcross, J. C., & Wampold, B. E. (2011). Evidence-based therapy relationships: Research conclusions and clinical practices. *Psychotherapy*, 48(1), 98-102.
- Peuker, A. C., Habigzang, L. F., Koller, S. H., & Araújo, L.B. (2009). Avaliação de processo e resultado em psicoterapia: uma revisão. *Psicologia em Estudo*, 3(14), 439-435
- Soares, M. L. P. (2011). O estado da arte psicoterapêutica: evolução histórica e bases epistemológicas da psicoterapia. *Revista de Psicologia da IMED*, 3(1), 462- 475
- Timulak, L., & McElvaney, R. (2013). Qualitative Meta-Analysis of Insight Events in Psychotherapy. *Counselling Psychology Quarterly*, 26(2), 131-150.
- Yoshida, E.M.P (1998). Avaliação de mudança em processos Terapêuticos. *Psicologia Escolar e Educacional*, 2(2), 115-127.
- Yoshida, E.M.P. (2001). Psicoterapia Breve psicodinâmica: critérios de indicação. *Revista Psicologia- Teoria e Pratica*, 43-41

Artigo Empírico

Intervenções do Terapeuta e *Insight* do Paciente

Resumo

Poucos estudos empíricos foram realizados no sentido de perceber a relação existente entre o *insight* e o uso das intervenções do terapeuta. O objetivo é analisar se as intervenções do terapeuta influenciam ou promovem o *insight* do paciente. Foram analisadas 2 pacientes em processo psicoterapêutico psicodinâmico ao longo de dois anos. As intervenções do terapeuta foram identificadas com o *Tavistock Adult Depression Study* (TADS) a partir de 4 sessões do início, 6, 12, 18 e 24 meses. Os eventos de *insight* através do *CHange After Psychotherapy Scales* (CHAP) em todas as sessões da psicoterapia. Verificou-se que tanto intervenções de cariz interpretativo como de cariz exploratório utilizadas por parte do terapeuta poderão ter promovido incidentes de *insight* e mudanças ao nível de outras dimensões.

Palavras-chave: TADS, CHAP, psicoterapia psicanalítica, intervenções do terapeuta, *insight*.

Abstract

Few empirical studies have been undertaken to understand the relationship between insight and the use of the therapist's interventions. The aim is to analyze whether the interventions of the therapist influence or promote the insight of the patient. Two patients were analyzed in psychodynamic psychotherapy process over two years. The interventions of the therapist were identified with Tavistock Adult Study Depression (TADS) from the start sessions 4, 6, 12, 18 and 24 months. Insight of events through the Change After Psychotherapy Scales (CHAP) for all sessions of psychotherapy. It was found that both interventions interpretive nature as exploratory nature used by the therapist may have promoted insight incidents and changes to the level of other dimensions.

Keywords: TADS, CHAP, psychoanalytic psychotherapy, the therapist's interventions, insight.

Introdução

Em psicoterapia psicanalítica, o *insight* é reconhecido como tendo um papel central para que a mudança ocorra. Nesse seguimento, as técnicas utilizadas pelo psicoterapeuta, são consideradas componentes fundamentais para promover ou facilitar o processo de mudança. Porém, existe uma lacuna na literatura, ao nível da existência de poucos estudos empíricos, sobre quais as técnicas terapêuticas que contribuem para a facilitação de ganhos de *insight* dos pacientes (McAleavey & Castonguay, 2014).

Ao longo das últimas décadas, tem-se observado um movimento, em que os objetivos das investigações em psicoterapia já não se limitam exclusivamente a análise da eficácia mas têm vindo a centrar-se na compreensão dos processos envolvidos na mudança terapêutica. Através do uso de escalas e instrumentos de medida com base em análises intensivas de processos terapêuticos pretende-se: explicar os mecanismos subjacentes através dos quais as mudanças ocorrem; circunscrever os eventos bem definidos de mudança que tenham significância prática e teórica; identificar num processo terapêutico específico, momentos de mudanças que possam ser generalizados (Yoshida, 1998). Posto isto, são vários os autores que defendem que em vez de se estudar o “processo terapêutico” com ênfase nas trocas terapeuta-paciente, o foco deve ser no estudo do “processo de mudança”, por ser uma dimensão importante do processo psicoterápico. (Goldfried & Wolfe, 1996; Hilliard, 1993; Kächele, 2000; Krause et al., 2006; Pheula & Isolan, 2007 cit. por Brum). Neste âmbito, tanto os momentos iniciais como finais da psicoterapia são tidos em consideração, assim como todos os momentos ao longo do processo que envolvem mudanças. O objetivo não é examinar exclusivamente o que acontece em psicoterapia (principal característica dos estudos de processo terapêutico), nem apenas comparar os momentos iniciais e finais (que constituem os estudos de eficácia terapêutica), mas sim identificar, descrever, explicar e prever efeitos dos processos que conduzem a mudanças terapêuticas ao longo de toda a intervenção terapêutica (Hilliard, 1993 cit. por Brum).

A identificação das intervenções do terapeuta é assim facilitadora do estudo do processo em psicoterapia, na medida em que permite associar os tipos de intervenção deste com os incidentes de mudança no paciente (Banon et., 2013). Através de uma meta-análise realizada por Timulak & McElvaney (2013), constatou-se que existe um número muito reduzido de estudos que avaliam o efeito das intervenções do terapeuta

relacionando-as com o *insight* do paciente. Assim sendo foram identificados apenas 7 estudos dos quais apenas 5 são referentes à prática psicodinâmica (e.g., Elliot et al., 1983; Elliott, 1984; Elliott & Shapiro, 1992; Elliott et al., 1994; Hardy et al, 1998; Labott et al., 1992; e Rees et al., 2001). Já numa revisão de literatura efetuada por Gibbons, Crits-Christoph, Barber e Schamberger (2007) foram encontrados 5 diferentes tipos de estudos que apresentam como objetivo verificar se: a) o *Insightfulness* do paciente previa o resultado da psicoterapia, b) qual a relação entre o ganho de *Insight* no decorrer da psicoterapia e o resultado final, c) a relação ente *Insight* e o processo terapêutico, d) se as intervenções do terapeuta facilitam o *Insight*, e por último, e) quais os estudos metodológicos que existem sobre *Insight*. Concluíram que dado a relevância do conceito na literatura psicanalítica, pouco tem sido feito nos últimos 40 anos, no sentido de operacionalizar o conceito e estudar o seu impacto em psicoterapia psicanalítica. Os mesmos autores argumentam que muitos dos estudos empíricos realizados apresentam, imprecisão metodológica e ambiguidade nos seus resultados, possivelmente por não existir uma definição unânime, clara e operacionalizável de *Insight*. Relativamente, às intervenções associadas a ganhos de *insight*, constataram que a qualidade e a precisão de intervenções de cariz interpretativo poderá ser mais relevante para o desenvolvimento de *insight* do que a sua frequência de utilização durante o processo psicoterapêutico. Observou-se ainda que os diversos estudos avaliaram apenas as intervenções destinadas a produzir *insight*, em vez de avaliar diretamente os incidentes de *insight* (Timulak & McElvaney (2013); Gibbons, et al.,2007).

Verifica-se que a literatura psicanalítica evidencia a interpretação como o principal veículo motor de mudança ao nível do *insight* (Gabbard & Westen, 2003; Johanson et al. 2010;), No entanto, também nesta área se encontram divergências. Através da revisão efetuada constatámos que são diversos os estudos que identificam outros tipos de intervenções associadas aos ganhos de *insight* tais como: as intervenções exploratórias e as de cariz diretivo /psicoeducativo (Gabbard & Westen , 2003; Kolden et al., 2000; McAleavey e Castonguay, 2014; Hill & Knox, 2008, Hill et al.,2007 ; Knox et., al 2008).

Assim, constatada a relevância dos componentes de *insight* e das intervenções do terapeuta no processo de mudança e perante a existência de pouca evidência empírica nesta área, o objetivo do presente estudo consiste em avaliar material áudio de sessões de psicoterapia, aplicando a escala CHange After Psychotherapy Scales (CHAP, Sandell, 1897) em conjunto com o Tavistock Adult Depression Study (TADS, Carlyle, Ruiz e

Richardson, 2009) para se verificar se as intervenções do terapeuta influenciam o *insight* do paciente.

Método

Participantes

Paciente 1. Tem 37 anos é solteira, embora tenha estabelecido relacionamentos duradouros nas últimas décadas. Filha mais nova de uma fratria de três. Considera que teve uma infância feliz, em que vivia rodeada dos irmãos e dos primos, sendo sempre a mais nova. No entanto, refere que a Mãe sempre teve preferência pelo irmão e o pai pela irmã. Evidencia alguns sentimentos de inferioridade e de rivalidade em relação aos irmãos. A relação com os pais é descrita como pouco afetuosa, atribuindo sobretudo à figura materna essa falta de afeto observando-se uma tendência para desculpabilizar a figura paterna, devido a compromissos profissionais. A paciente salienta, que teve uma ama que cuidou de si até aos 18 anos, altura em que se reformou.

Formou-se com distinção tendo uma licenciatura e uma pós-graduação. Após a conclusão do seu percurso académico, decidiu ter um negócio próprio mas não teve sucesso. No início das sessões, encontrava-se profissionalmente ativa, tendo terminado o seu contrato durante o período da terapia.

As relações amorosas que estabeleceu durante a sua vida foram sempre um pouco atribuladas, marcadas por episódios de traição. Apesar de reconhecer que estas não eram as relações ideais para si, afirma que estaria disposta a continuar com os companheiros tendo em conta que não “suporta estar sozinha”, denotando-se uma elevada dependência em relação ao outro. Procura a terapia na sequência da rutura do seu último relacionamento, de 6 anos.

No início da intervenção psicoterapêutica, a paciente apresentava maioritariamente, humor depressivo, com manifestação de tristeza, choro fácil, insónia, falta de motivação, desinteresse nas atividades diárias, comia compulsivamente e apresentava uma baixa auto estima (complexos com o seu corpo). A preocupação com a alimentação e com as dietas foi assim um tema constante ao longo das sessões. Apesar dos complexos com a imagem corporal, sentia imensa dificuldade em controlar a compulsão alimentar o que dava origem a sentimentos de culpa e inferioridade.

Paciente 2. Tem 57 anos, filha de pai incógnito e de uma Mãe com problemas de alcoolismo. É casada e Mãe de três filhos, sendo que o seu filho do meio, faleceu num acidente de aviação.

Viveu durante um longo período de tempo com o marido, com o filho e com a sogra, que mais tarde foi transferida para um lar onde acabou por falecer no decorrer da terapia. A paciente era quem cuidava meticulosamente da sogra. Nunca tiveram uma relação muito próxima nem muito afetuosa, segundo o seu relato a sogra parecia exercer uma influência repressiva sobre a mesma. No entanto, no fim da sua vida a sogra, começou a manifestar pequenos sinais de afeto para com a nora, apesar de toda a vida ter sido uma mulher fria, distante e agressiva.

A Paciente apresenta o 3ºano de escolaridade, é profissional ativa como costureira de alta-costura. O filho tem 30 anos, é profissionalmente ativo embora seja pouco responsável, sendo a Mãe a preocupar-se com as suas responsabilidades. A filha é casada e mantém proximidade com a Mãe. Viveu sempre em função dos outros, prestando sempre o seu auxílio e encarregando-se da resolução da maioria dos problemas familiares, denotando assim uma certa necessidade de controlar o meio à sua volta. Isto é visível também no espaço terapêutico, onde sente necessidade de ocupar o seu tempo a falar dos outros.

Após o falecimento da sogra, perderam a casa onde habitavam devido ao falecimento desta (inquilina oficial). A relação com o marido caracteriza-se por alguma ambivalência, embora se denote o extremo carinho, companheirismo e lealdade da paciente para com o mesmo. A paciente foca-se sobretudo no seu trabalho, descrevendo este como um escape para os seus problemas.

É uma mulher ativa, trabalhadora, de sucesso, honesta e de bons relacionamentos com colegas e amigos. Apresenta vários problemas de saúde, nomeadamente diabetes, hipertensão e apneia do sono. Decide procurar ajudar na sequência da realização de um trabalho autobiográfico, onde sente episódios depressivos e ansiosos. Aos 18 meses de terapia, interrompe a análise devido à sua mudança para outra cidade.

Terapeuta

O terapeuta possui 3 anos de experiência e a sua formação é em Psicologia Clínica no ISPA-IU. A sua experiência inclui doze anos como analisando de Grupanálise e Psicanálise, bem como formação em psicoterapia breve e de apoio, supervisionado por um analista experiente.

Psicoterapia

As psicoterapias realizadas tiveram o seu curso na Clínica Psicológica do ISPA-IU, com uma frequência semanal. As sessões tiveram uma duração média de 50 minutos. É de notar que, em ambas as pacientes ocorreram interrupções na terapia e períodos de férias. No caso da paciente 1, observamos a interrupção na terapia de um período máximo de cerca de 2 meses e meio (entre a 49^a - 50^a sessão), enquanto no caso da paciente 2, foi de cerca de 4 meses (entre a 28^a - 29^a sessão). A paciente 2, por motivo de mudança de residência (outra cidade), fez *droup-out* da terapia, pelo que foram recolhidos dados até cerca de 19 meses e meio de terapia.

Instrumentos

Tavistock Adult Depression Study (TADS). O TADS foi desenvolvido, em 2009 por Carlyle, Ruiz e Richardson, membros da equipa da *Psychotherapy Evaluation Research Unit*, do *Belize Center*, para avaliar a adesão dos psicoterapeutas ao tratamento (psicoterapia psicodinâmica) de pacientes com depressão refratária, num estudo levado a cabo pela Clínica Tavistock, cujo objetivo é estudar a eficácia da psicoterapia psicodinâmica no tratamento dos pacientes com depressão resistente ao tratamento.

O instrumento é constituído por 43 itens que classificam as intervenções do terapeuta e que se subdividem em cinco categorias distintas: (i) Itens gerais (1 - 7); (ii) itens relativos ao setting (8 e 9); (iii) itens psicanalíticos exploratórios (10) e itens psicanalíticos de significado profundo (exploração: 11-15, interpretação: 16, ligações e padrões: 17, transferência: 18-21, contra-transferência: 23, mecanismos de defesa: 25); (iv) itens específicos da depressão refractária (29-37) e (v) itens não analíticos (38-43).

A cotação de cada item efetua-se através do preenchimento de uma escala de 7 pontos, tipo Likert, em que 1 é baixo e 7 é elevado, apresentando ainda as opções não cotável e não se aplica, o que permite fazer uma abordagem qualitativa ou da intensidade (nível de adesão do terapeuta à intervenção). No presente estudo apenas se classificou o tipo de intervenção, sem aferir o seu nível de intensidade/acuidade.

Foram acrescentadas 7 novas intervenções, no sentido de poder classificar intervenções do terapeuta, não contempladas nas categorias do TADS e que surgiram no material clínico das sessões, sendo elas o ecoar, o questionamento, a exploração, a reflexão, a reformulação, a reestruturação, a reformulação e a confrontação (Leal, 2011), incluídos na categorias de itens não analíticos, itens 44 a 50 (Anexo A).

Change After Psychotherapy Scales (CHAP). É um instrumento desenvolvido por Sandell, em 1987 e traduzido por Sá & Pires (2008), para avaliar as mudanças que ocorrem durante e após um processo psicoterapêutico, comparativamente com o estado inicial do paciente. No CHAP a mudança é operacionalizada em cinco dimensões distintas: (i) insight (I) - “ O paciente desenvolveu uma divisão entre um ego compreensivo e observante e um ego que Experiência, sente, fantasia e deseja (capacidade de observar-se e compreender-se); consegue aperceber-se e falar sobre as suas defesas e resistências; sente-se mais curioso a seu respeito, medita e reflete mais sobre si mesmo” ; (ii) conflitos básicos (CB) – “o paciente apresenta-se mais flexível e aberto nas suas atitudes e hábitos, está mais empático e tolerante em relação aos outros e capaz de ver as situações do ponto de vista dos outros” (iii) capacidade adaptativa (CA) – “aptidão do paciente em não ficar ansioso durante ou antes das situações críticas e não as evitar nem fugir delas. Considera-se também, o ato de descrever situações concretas, em que o paciente atuou de forma mais adequada do que antes”, sintomas (S) – toma-se como o exemplo o facto do paciente já “não se sentir preocupado com os seus sintomas, não falar espontaneamente destes, considerando-os pouco importantes, ou até mesmo não merecerem ser mencionados” e factores extra-terapêuticos (FE) – considera-se o facto de “o paciente mudar devido a algo não relacionado com o processo terapêutico, ou deparar-se com adversidades e crises de qualquer outro tipo fora do processo terapêutico” (Anexo B).

Para cada um das dimensões da mudança a avaliação é efectuada através de uma escala qualitativa de 0 a 1, em que 0 equivale a “nenhuma e/ou mudança não óbvia”, 0.5 corresponde a “alguma e/ou mudança menos óbvia” e 1 a “grande e/ou mudança óbvia” Relativamente aos fatores extra-terapêuticos, com possibilidade de influenciar o processo de mudança, estes são estimados, à posteriori, numa escala qualitativa de 0 a 1, em que 0 significa que “ a mudança não é, de forma alguma, extra-terapêutica”, 0.5 reflete que a “mudança pode ser igualmente terapêutica e extra-terapêutica” e 1 “a mudança pode ser inteiramente extra-terapêutica”.

No presente estudo apenas se identificaram os incidentes de mudança, não se utilizou a escala para os qualificar.

Procedimento

Iniciou-se por uma fase de treino e procedimento de cotação das intervenções do terapeuta. A cotação das intervenções do terapeuta utilizadas nas sessões psicoterapêuticas das pacientes 1 e 2, foi antecedida por um período de treino na utilização do TADS. Numa fase inicial efectuou-se uma leitura e estudo do manual do TADS e da folha de cotação, visando uma abordagem exploratória e compreensiva de cada uma das intervenções do terapeuta. Procedeu-se ao treino de aplicação do instrumento, entre duas avaliadoras independentes, de forma a ser calculado o nível de concordância entre avaliadores. Este processo foi dividido em três fases: primeiramente analisou-se a entrevista de Jeremy e Sanfran da paciente Laura, onde foram cotados os 122 itens das intervenções do terapeuta obtendo-se um grau de concordância inter-avaliadores de 24% (Anexo C). De seguida foram analisados os dados de sessões transcritas de terapia psicanalítica, cotaram-se (38 itens) obtendo-se um grau de concordância inter-avaliadores de 52 % (Anexo D). Numa terceira fase foram ouvidas sessões áudio de duas pacientes, aleatorizadas em termos da ordem cronológica das sessões tendo sido cotadas 10 sessões (67 itens) do caso E. obtendo-se um valor de concordância inter-avaliadores e 5 sessões de 72 %, no caso F. foram analisadas 8 sessões (176 itens) com a obtenção de um grau de concordância inter-avaliadores satisfatórios de 83% (Anexo E).

Concluída a fase de treino, após terem sido atingidos níveis significativos de concordância entre as duas avaliadoras, foi analisado o material final para a presente

investigação, isto é, sessões gravadas de duas pacientes seguidas em psicoterapia psicanalítica num período de vinte e quatro meses.

O material utilizado no presente estudo consiste em sessões gravadas via áudio, de duas pacientes seguidas em psicoterapia psicanalítica numa clínica universitária. Para que o material fosse recolhido com fins de investigação, foi solicitado o consentimento informado a ambas as pacientes para que as sessões fossem gravadas e posteriormente cedidas a equipas de investigação.

Neste estudo foram analisadas 19 sessões da Paciente 1 e 14 sessões da Paciente 2, sendo a duração média de cada sessão 50 minutos. Em cada paciente, o total das sessões foi distribuído em 4 e 5 momentos de avaliação, correspondente aos primeiros 6 meses, 12 meses, 18 meses e 24 meses respetivamente. (A psicoterapia da Paciente 2 decorreu apenas até aos 18 meses devido à interrupção da mesma devido a mudança de residência).

A cotação dos incidentes de mudança do CHAP foi precedida por uma fase de treino. A primeira etapa deste estudo, consistiu num estudo aprofundado da escala *CHange After Psychotherapy Scales (CHAP)*, por Norte (2014) com o objetivo de alcançar um maior entendimento sobre o seu funcionamento e a sua aplicação. Procedeu-se a uma fase de treino para a correta identificação dos incidentes de mudança de acordo com as cinco variáveis da *CHAP*: Sintomas, Capacidade Adaptativa, *Insight*, Conflitos Básicos e Fatores Extra terapêuticos, com o intuito de proporcionar um maior entendimento com os mesmos e, preparação/ensaio para as futuras aplicações utilizadas no estudo empírico. Os dados aplicados no treino do instrumento, correspondem a 3 anos e 8 meses de uma Psicanálise de uma paciente que foi seguida pelo segundo autor do estudo. Os dados estão organizados, segundo os blocos de notas originais e, são constituídos por notas de 384 sessões escritas em discurso direto.

Procedeu-se à identificação dos incidentes de mudança das primeiras 100 sessões. Posteriormente, a partir da sessão 101, analisou-se uma em cada três sessões tendo como objetivo efetuar o levantamento dos incidentes de mudança das 384 sessões. O rompimento com o esquema cronológico pretendia garantir uma atenção redobrada na busca de incidentes de mudança, realizando-se a sua identificação de uma forma mais fina e rigorosa. A etapa seguinte correspondeu à avaliação da quantidade de mudança para a totalidade dos incidentes de mudança. Por fim, obteve-se o grau de concordância entre o primeiro e segundo autor do estudo (Norte, 2014; Sá, 2008). O resultado da

concordância inter-avaliadores relativamente às quatro variáveis (Anexo F), foi: *Insight* (95.91%); Capacidade Adaptativa (95.39%); Conflitos Básicos (92.22%); Sintomas (86.04%). A média da concordância das avaliações das quatro variáveis numa variável composta, atingiu fiabilidade de 92.39.

Após este treino, iniciou-se o estudo empírico. Os dados usados neste estudo, foram 54 sessões áudio que correspondem a 24 meses de terapia da paciente 1 e, 34 sessões áudio que correspondem a 19 meses e meio de terapia da paciente 2. Procedeu-se à audição de uma em cada três sessões e ao levantamento dos incidentes de mudança. O rompimento com o esquema cronológico pretendia garantir uma atenção redobrada na busca de incidentes. Foram transcritos os excertos dos incidentes de mudança e os minutos em que estes surgiam. De seguida, determinou-se a avaliação da quantidade de mudança para a totalidade dos incidentes de mudança. Por fim, avaliou-se o grau de concordância entre o primeiro e segundo autor deste estudo (Norte, 2014; Tavares, 2012). A concordância inter-avaliadores relativamente às quatro variáveis na paciente 1 (Anexo H) foi: *Insight* (80%); Capacidade Adaptativa (100%); Conflitos Básicos (20%); Sintomas (100%). A média da concordância das avaliações das quatro variáveis numa variável composta, atingiu fiabilidade de .75. Concordância inter-avaliadores nas quatro variáveis da (paciente 2) (Anexo H): *Insight* (80%); Capacidade Adaptativa (92%); Conflitos Básicos (77%); Sintomas (75%). A média da concordância das avaliações das quatro variáveis numa variável composta, atingiu fiabilidade de .81.

Resultados

Intervenções do Terapeuta (TADS)

Paciente 1. Durante a psicoterapia da paciente 1, registaram-se em média 68 intervenções por sessão, das quais uma média de 14 é de cariz interpretativo, o que perfaz 20,7 do total de intervenções (n=1784), nas 19 sessões analisadas.

Relativamente ao estilo do terapeuta é mais interventivo na paciente 1 comparativamente ao estilo adotado na paciente 2. Constata-se, ao longo das sessões, a evidência de intervenções de cariz interventivo (por vezes interrompendo a paciente), diretivo e ocasionalmente confrontativo.

Quanto ao perfil terapêutico parece verificar-se um padrão de intervenções, ao longo das sessões em que intervenções de carácter mais exploratório, como o

questionamentos, as clarificações e as explorações, são procedidos por itens de atribuição de significado, como o aprofundamento da compreensão, experiência precoce, o estabelecimento de ligações/padrões e a transferência.

No que se refere às intervenções cuja frequência foi mais elevada ao longo dos 5 momentos psicoterapêuticos em análise, destacam-se a clarificação, a reflexão, o questionamento, aprofundamento da compreensão, a exploração, o estabelecimento de ligações/padrões e a experiência precoce (tabela 1).

Tabela 1. Paciente 1: Frequências absolutas das intervenções do terapeuta distribuídas por momentos

Intervenção	1mês	6meses	12meses	18meses	24meses	Fa
(6) Clarificação	42	33	87	77	29	268
(47) Reflexão	52	83	65	38	18	256
(46) Questionamento	11	13	20	41	24	109
(13) Aprofundamento da compreensão	7	20	9	38	18	92
(44) Exploração	15	14	27	16	19	91
(17) Estabelecimento de ligações/padrões	13	4	23	12	11	63
(10) Experiência precoce	14	2	24	12	2	54
(7) Orientação	6	9	13	13	8	49
(45) Ecoar	4	5	15	14	8	46
(43) Restabelecimento direto da confiança	5	9	18	4	9	45
(50) Confrontação	7	4	5	13	13	42
(48) Reformulação	7	14	12	2	6	41
(8) Setting externo	6	9	4	2	2	23
(49) Restruturação	4	6	3	4	2	19
(12) Material anterior/precoce	6	1	6	2	3	18
(39) Reconhecer os erros cognitivos	1	2	4	11		18
(26) Utilização de mecanismos de defesa	1		8	6		15
(28) O contributo do paciente para as suas dificuldades.		5	2	2	2	11
(14) Incongruência entre o afeto e o discurso		1		2	4	7

(18) Transferência: relação terapeuta-paciente	1	1	3	4
(20) Transferência- as relações atuais e a relação terapêutica			2	2
(27) Utilização de símbolos	2		2	4
(30) Negligenciar a capacidade saudável			3	3
(16) Perguntas diretas				2
(38) Identificação de crenças subjacentes	2			2
(21) Transferência-ansiedade/defesa, sentimentos latentes			1	1
(15) Sentimentos inaceitáveis			2	2
(31) Destrutividade inconsciente do paciente			1	1
(40) Atribuição de trabalhos de casa	1			1

De uma forma geral, observa-se que o perfil do terapeuta relativamente às intervenções parece ser homogêneo e constante, verificando-se oscilações, pouco acentuadas, das frequências das intervenções, ao longo dos 5 momentos de avaliação analisados.

Paciente 2. Na psicoterapia da paciente 2, registaram-se em média 35 intervenções por sessão, das quais umas médias de 8 são interpretativas, perfazendo 22,5% do total de intervenções (n=492), nas 14 sessões analisadas.

No que se refere ao perfil terapêutico do psicoterapeuta observa-se um ciclo de intervenções, ao longo das sessões, em que intervenções de caráter mais exploratório, como o questionamento, as clarificações e confrontações são procedidos ora por itens específicos relativos à depressão refratária, como o negligenciar a capacidade saudável, dificuldades na gestão das desilusões e das perdas, ora por itens de atribuição de significado, como o aprofundamento da compreensão, o estabelecimento de ligações/padrões. Verifica-se ainda a utilização por parte do terapeuta de intervenções de suporte, como o restabelecimento direto da confiança, o ecoar, a reflexão e a orientação que são utilizadas com moderação.

Na tabela 2, observa-se que as intervenções mais frequentes ao longo do processo psicoterapêutico são a clarificação, a reflexão, o aprofundamento da compreensão, a exploração, a orientação, o ecoar, a reflexão e o questionamento.

Em síntese, observa-se que o perfil do terapeuta relativamente às intervenções parece ser homogêneo e constante, verificando-se oscilações, pouco acentuadas, das frequências das intervenções, ao longo dos 5 momentos de avaliação analisados.

Tabela 2. Paciente 2: Frequências absolutas das intervenções do terapeuta distribuídas por momentos

Intervenção	1mês	6meses	12meses	18meses	Fa
(6) Clarificação	28	34	13	27	102
(47) Reflexão	27	42	7	23	99
(13) Aprofundamento da compreensão	29	16	18	5	68
(44) Exploração	9	24	5	7	45
(7) Orientação	9	11	3	7	30
(46) Questionamento	7	5	1	11	24
(43) Restabelecimento direto da confiança	6	8	6	1	21
(17) Estabelecimento de ligações/padrões		12	4	4	20
(8) Setting externo	5	5	1	2	13
(45) Ecoar	5	5	1	2	13
(48) Reformulação	4	8	1		13
(10) Experiência precoce	2	4	3	1	10
(12) Material anterior/precoce	6	1	2		9
(49) Restruturação		5		2	7
(28) O contributo do paciente para as suas dificuldades		6			6
(42) Auto-revelação do Terapeuta	3		3		6
(50) Confrontação	3		1	1	5
(14) Incongruência entre o afeto e o discurso		1	1		2
(30) Negligenciar a capacidade saudável	1	1			2

(34)Dificuldades na gestão das desilusões e das perdas	1	1	2
(26)Utilização de mecanismos de defesa		1	1
(19)Transferência- relações do passado e relação terapêutica		1	1

Incidentes e Perfis de Mudança (CHAP)

Quantidade total de incidentes por variável

Paciente 1. A análise dos dados da figura 1 revela que a distribuição do número de incidentes por variável não foi homogênea, para as cinco dimensões. Os resultados apresentados referem-se a um total de 146 incidentes de mudança, dos quais 118 (80,82%) são incidentes “puros” e 28 (19,18%) são incidentes mistos .

As dimensões de mudança em que se registaram maior número de incidentes são a capacidade adaptativa (n=53) e os conflitos básicos (n=45), aquelas em que os incidentes são menos frequentes são o *insight* (n=37) e os sintomas (n=11). Todas as dimensões de mudança apresentam incidentes mistos, sendo que a única dimensão em que se verificam incidentes puros é a dos sintomas.

Evidencia-se ainda que as mudanças observadas se devem unicamente a fatores relacionados com a terapia, visto que não ocorreram incidentes extra terapêuticos.

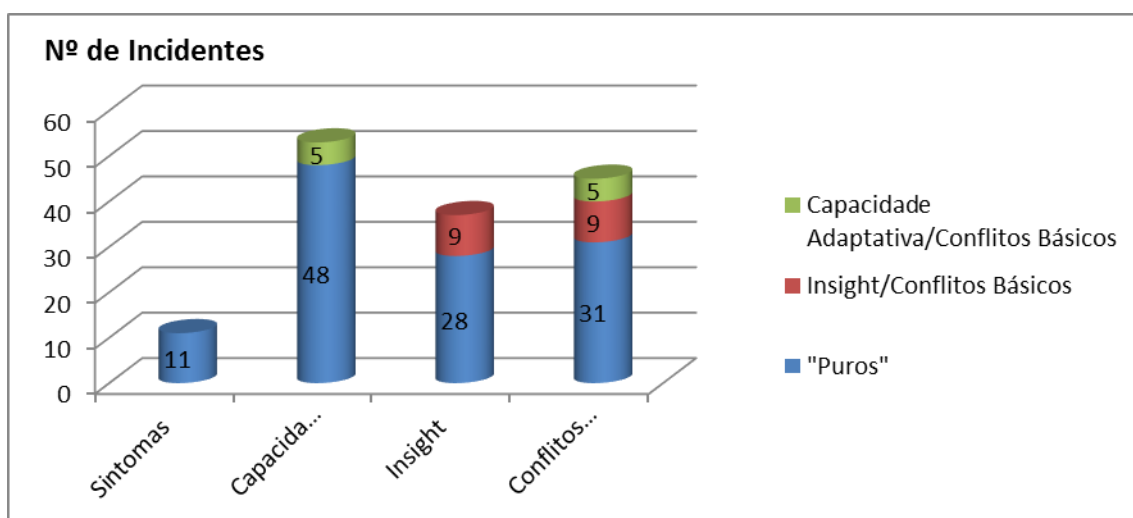


Figura 1 – Paciente 1: Quantidade total de incidentes observados para cada variável de mudança.

Quantidade total de incidentes por variável ao longo do tempo

A figura 2 representa a evolução da quantidade de incidentes ao longo dos 24 meses de psicoterapia. Neste gráfico, os valores apresentados correspondem ao rácio entre o número de incidentes “puros” e “mistos” de cada variável, pelo número de sessões realizadas por trimestre.

Verifica-se que foi no primeiro ano de terapia (Junho de 2010 a Junho de 2011) que surgiu uma maior quantidade de incidentes para todas as dimensões. Desde o início da psicoterapia, a Capacidade Adaptativa e Conflitos Básicos foram as dimensões que registaram mais incidentes de mudança até ao final do primeiro ano.

Relativamente à dimensão *insight* o pico máximo de eventos ocorre no início do segundo ano (Junho de 2011), a variável *Insight* destaca-se assim com um aumento exponencial na quantidade de incidentes, sendo esta a variável que se distingue em toda a terapia. É ainda de salientar que os valores mais baixos referentes à dimensão de *insight* apresentam-se entre junho 2011 e Setembro 2011 (5º trimestre). No final do processo psicoterapêutico (a partir do 7º trimestre) não se registaram incidentes de *insight*.

A dimensão correspondente aos Sintomas apresenta um menor número de incidentes comparativamente com as outras variáveis de mudança, estes surgiram como incidentes pontuais, isolados no tempo.

No que confere à evolução da quantidade de incidentes, observamos mudanças desde a primeira sessão e até ao final do segundo ano de terapia. Houve um máximo de três sessões, da sessão 47º à 49º, sem afirmações que remetam para mudanças. É de salientar, que Dezembro de 2011 corresponde a um período em que se realizaram duas sessões de terapia sem indícios de mudança.

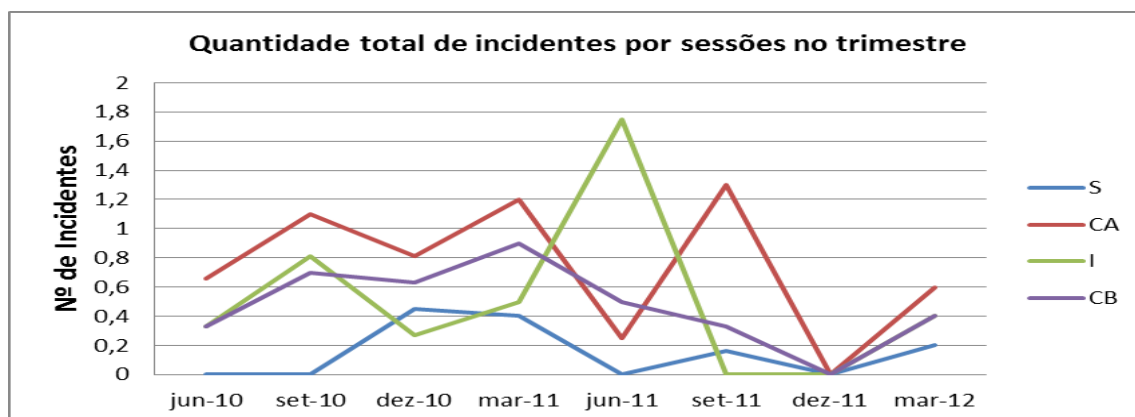


Figura 2 – Paciente 1: Quantidade total de incidentes (Sintomas, Capacidade Adaptativa, *Insight*, Conflitos Básicos) por sessões no trimestre.

Paciente 2

Quantidade total de incidentes por variável

A análise dos dados da figura 3, revela que a distribuição do número de incidentes por variável não foi homogênea. Os resultados apresentados referem-se a 104 incidentes, dos quais 77 (74.03%) são incidentes “puros” e 27 (25.97%) constituem incidentes mistos. A dimensão em que se verifica maior frequência de incidentes é capacidade adaptativa (n=41), seguindo-se os conflitos básicos (n=38), insight (n=18) e os sintomas (n=7). É também na Capacidade Adaptativa que verificamos a maior combinação de incidentes mistos.

Os valores do gráfico demonstram ainda que as mudanças observadas se devem a fatores relacionados com a terapia já que apenas surgiram 3 incidentes nos Fatores Extra terapêuticos que contribuíram para alterações na Capacidade Adaptativa (2) e nos Conflitos Básicos (1).

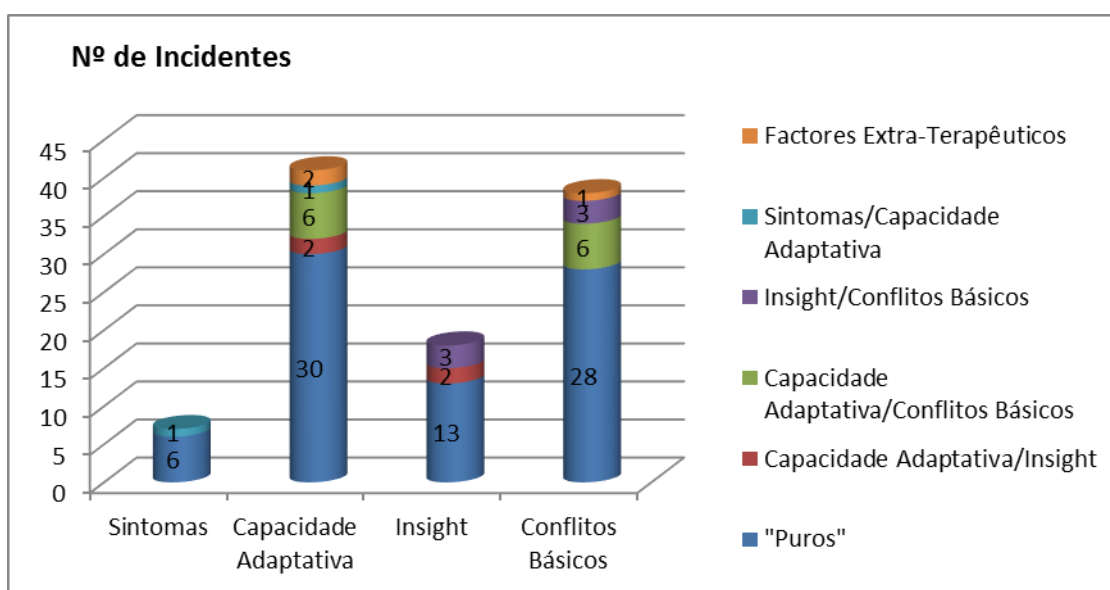


Figura 3. Paciente 2: Quantidade total de incidentes observados em cada um das dimensões de mudança.

Quantidade total de incidentes por variável ao longo do tempo

A figura 4 representa a evolução da quantidade de incidentes ao longo dos 19 meses e meio de psicoterapia. Neste gráfico, os valores apresentados correspondem ao rácio entre o número de incidentes “puros” e “mistos” de cada dimensão, pelo número de sessões realizadas por trimestre.

Através dos dados é possível constatar que foi no primeiro ano de terapia (Maio de 2010 a Fevereiro de 2011) que existiu uma maior quantidade de incidentes para todas as dimensões, os Conflitos Básicos foram os mais cotados, seguidos da Capacidade Adaptativa. No início do segundo ano (Maio de 2011) a Capacidade Adaptativa começou a destacar-se mantendo-se com o maior número de incidentes até ao final da psicoterapia.

A dimensão *Insight* atinge os seus valores mais elevados no período compreendido entre Fevereiro 2011 a Março 2011 (4º trimestre) e no último período de terapia (7º trimestre).

No que diz respeito aos Sintomas e Fatores Extra terapêuticos, estes surgiram como incidentes pontuais, isolados no tempo.

Relativamente à evolução da quantidade de incidentes da paciente, observamos mudanças desde a primeira sessão, até à interrupção da terapia. É ainda de salientar que houve um máximo de três sessões, da sessão 13 à 15, sem incidentes que remetam para mudanças.

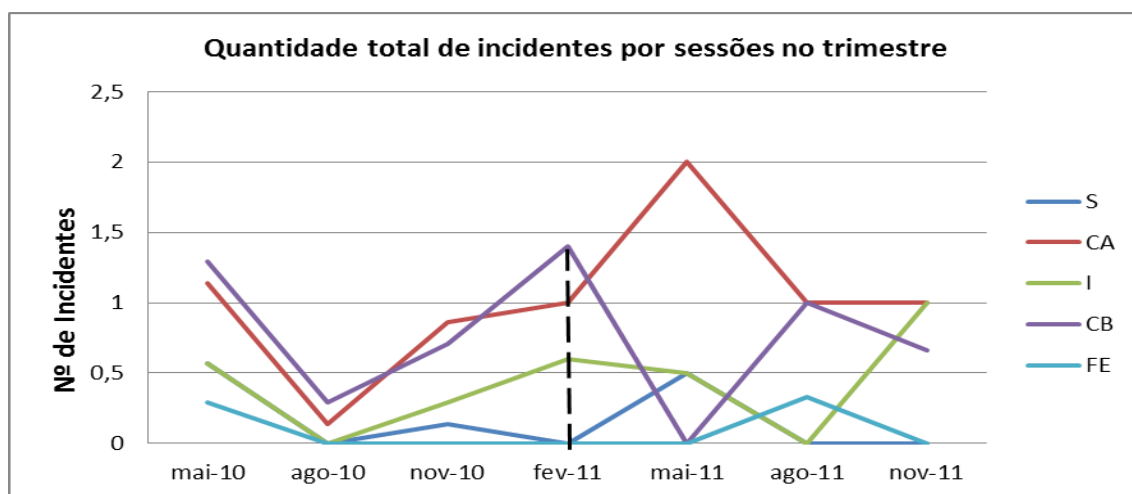


Figura 4. Quantidade total de incidentes (Sintomas, Capacidade Adaptativa, *Insight*, Conflitos Básicos) por sessões no trimestre, Paciente 2.

Intervenções do Terapeuta (TADS) e Incidentes de Mudança (CHAP)

Paciente 1. No decorrer do processo terapêutico relativamente ao perfil de intervenção do terapeuta evidencia-se um padrão de intervenções, ao longo das sessões em que intervenções de carácter mais exploratório, como o questionamento, clarificações e explorações, são procedidos por itens de atribuição de significado, como o aprofundamento da compreensão, a experiência precoce, o estabelecimento de ligações/padrões e transferência. É notável que o terapeuta manifesta um estilo mais ativo e mais interventivo nesta paciente do que na paciente 2, fazendo assim mais uso de intervenções de intervenções de cariz interventivo, diretivo e confrontativo existindo ainda uma maior exploração da transferência.

No que confere à análise dos incidentes de mudança, a dimensão mais cotada foi a capacidade adaptativa e a menor evidência de incidentes de mudança verifica-se ao nível dos sintomas.

No início do processo psicoterapêutico as intervenções que apresentam uma maior frequência de utilização são a clarificação, reflexão, exploração, experiência precoce e estabelecimento de ligações, coincidentes com a maior ocorrência de incidentes de mudança ao nível da capacidade adaptativa, seguidamente de *insight*

Aos 6 meses, as intervenções mais utilizadas são a reflexão a clarificação, o aprofundamento da compreensão, período que antecede a uma descida de eventos de *insight*, os valores mais elevados de mudança são ao nível da capacidade adaptativa (2º trimestre).

Aos 12 meses, as intervenções mais cotadas são a clarificação, a reflexão, denotando-se um aumento significativo da exploração e do estabelecimento de ligações/padrões que antecede o maior pico de eventos de *insight* ao longo do processo psicoterapêutico (5º trimestre).

Após os 18 meses observa-se um aumento na frequência de utilização de intervenções como o questionamento e o aprofundamento da compreensão que são procedidas por uma descida acentuada dos incidentes de *insight* e um aumento da frequência da dimensão referente à capacidade adaptativa. É de salientar ainda que entre o período de 12 meses aos 18 meses, verificam-se momentos caracterizados pela escassez de incidentes de mudança ao nível da dimensão de *insight*.

Aos 24 meses, observa-se, uma descida no número total de intervenções por sessão, em que as mais utilizadas são novamente de cariz exploratório como, a clarificação, o questionamento e a exploração propriamente dita, que por sua vez coincidem com um aumento da frequência tanto da capacidade adaptativa, conflitos básicos e sintomas. No tempo compreendido entre o 6º e o 7º trimestre não se registaram momentos de *insight*.

Paciente 2. Ao longo do processo terapêutico desta paciente, no que se refere ao perfil terapêutico do psicoterapeuta, observa-se um ciclo de intervenções, em que intervenções de carácter mais exploratório, como o questionamento, as clarificações e confrontações são procedidos, ora por itens específicos relativos à depressão refratária, como o negligenciar a capacidade saudável, dificuldades na gestão das desilusões e das perdas, ora por itens de atribuição de significado, como o aprofundamento da compreensão, o estabelecimento de ligações/padrões. Verifica-se que as principais mudanças ocorrem ao nível da capacidade adaptativa e dos conflitos básicos, com pouca expressão de incidentes de mudança ao nível do *insight* e dos sintomas.

Quanto ao estilo da terapeuta, constata-se que é menos interventiva com esta paciente ao longo das sessões, permitindo um maior espaço de tempo para que esta exponha e partilhe as suas problemáticas. Evidencia-se ainda a utilização por parte do terapeuta de intervenções de suporte, como o restabelecimento directo da confiança, o ecoar, a reflexão e a orientação.

Numa análise mais detalhada, observa-se que no início do processo psicoterapêutico as intervenções cuja frequência de utilização é maior são a clarificação a reflexão e o aprofundamento da compreensão coincidentes com a maior ocorrência de incidentes de mudança ao nível dos conflitos básicos e da capacidade adaptativa. Relativamente à dimensão de *insight* verifica-se uma diminuição acentuada da sua frequência no 1º trimestre.

Aos 6 meses, as intervenções cuja utilização é mais elevada são a reflexão, a clarificação, a exploração, salientando-se ainda um maior uso de interpretação de estabelecimentos de ligações, o que poderá estar na origem de um aumento significativo de eventos de *insight* (2º trimestre). No entanto, as dimensões de incidentes de mudança com uma maior ocorrência continuam a ser representadas pelos conflitos básicos e a capacidade adaptativa.

Aos 12 meses, a intervenção cuja utilização atinge o máximo de frequência é o aprofundamento da compreensão seguidamente da clarificação que parece anteceder uma descida acentuada da frequência de eventos de *insight* contrariamente à dimensão de capacidade adaptativa que atinge o pico máximo de frequência neste momento (5º trimestre).

Aos 18 meses observa-se que as intervenções mais utilizadas são o aprofundamento da compreensão, a reflexão e o questionamento registando-se à posteriori a maior frequência de incidentes de mudança ao nível de *insight* atingindo o seu pico máximo juntamente com a dimensão caracterizada pela capacidade adaptativa.

Análise dos incidentes de insight e da sua relação com as intervenções do terapeuta

De acordo com o objetivo do presente estudo, explorou-se a relação entre as intervenções do terapeuta com o *insight* e outros incidentes de mudança no paciente. As sessões foram cotadas simultaneamente com o CHAP e com o TADS. Nestas condições apresentam-se seis sessões da paciente 1 e cinco da paciente 2.

Paciente 1. No 1º mês, na primeira sessão, verifica-se que as intervenções do Terapeuta que antecedem o incidente de *insight* (“Agora tenho um bocado a noção que quando me vou abaixo exijo muito da pessoa que está comigo”) são maioritariamente interpretativas de ligações de estabelecimento/padrões, experiência precoce, seguidos de itens de cariz exploratórios (clarificação, questionamento, exploração). Após a ocorrência do mesmo as intervenções que assumem um papel de destaque são novamente a clarificação, o questionamento e a reflexão. Nesta sessão, verifica-se ainda que face a um total de 40 intervenções, 17 são de cariz exploratório.

Ainda no 1º mês, na 2ª sessão, anteriormente ao evento de *insight* (“ Se calhar eu digo que ele era o amor da minha vida e se pensar bem não era”) observa-se intervenções de cariz exploratório (exploração, clarificação), itens de cariz interpretativo como (o aprofundamento da compreensão e estabelecimento de ligações e padrões) , o mesmo evento é seguido de intervenções relativas ao *setting* externo e pautadas por questionamentos. É de salientar ainda que no decorrer da sessão verifica-se um predomínio de intervenções de cariz interpretativo (Experiência precoce, aprofundamento da compreensão, estabelecimento de ligações/padrões interpretação de transferência) e

por último utilização de símbolos. Verificando-se assim face a um total de 54 intervenções, 16 são de cariz interpretativo, o que perfaz 30% das intervenções utilizadas.

Aos 6 meses na 21ª sessão as intervenções que antecedem o evento de *insight* (“Agora aquele tempo todo, eu perdi tempo da minha vida isso custa-me. Não custa admitir porque eu admito, mas custa-me como é que eu pude fazer isso, porque era o medo de ficar sozinha. Só pode!”) são fundamentalmente a reestruturação, o aprofundamento da compreensão, questionamento, orientação e reflexão. Após o evento de *insight* as intervenções são de cariz interpretativo (Aprofundamento da compreensão, estabelecimento de ligações/padrões e interpretação de transferência) clarificação e reflexão.

Aos 12 meses, na 38ª as intervenções que antecedem o incidente de insight (“T-Para apaziguar o quê?” “Para dar conforto... já que não tenho companhia... já que não tenho miminho, mimo-me com comida...deve, deve ser isso!”) são de cariz interpretativo (aprofundamento da compreensão e Experiência precoce). As intervenções que procedem o evento de *insight* são a reflexão, o questionamento e a reestruturação. Ainda durante os 12 meses, na sessão 40ª anteriormente a qualquer intervenção do terapeuta a paciente inicia o seu relato em que se evidenciam dois incidentes de *insight* (“A minha cunhada foi a desculpa que eu arranjei para comer como um animal.”). O primeiro incidente é seguido de intervenções como o questionamento e a clarificação. Ainda na presente sessão, existe um relato de um sonho que é antecedido por intervenções de cariz interpretativo estabelecimento de ligações/padrões, reflexão e orientação procedidas por intervenções como utilização de símbolos, clarificação e novamente o estabelecimento de ligações/padrões. Salienta-se ainda que nesta sessão, para um total de 67 intervenções, 26 são intervenções interpretativas.

Ainda aos 12 meses, na sessão 41ª as intervenções que procedem o evento de insight (“Lá está, se calhar é isso que eu tento fazer com os homens, que é tudo bem vocês não têm tempo para mim, mas eu depois vou conquistando porque eu acabei o tempo do meu pai e o meu pai chegou a uma altura que...hoje é o meu pai que quer estar comigo...é o meu pai que telefona e diz: vamos jantar, vamos sair.. vamos... Eu consegui inverter a situação de eu queres estar com o meu pai e não poder, para ser o meu pai a me procurar e acho que é isso que faço com todos os homens... Tu podes não ter tempo mas eu vou fazer com que sejas tu a procurar-me... é obvio que isto com os homens não resulta.”) são o estabelecimento de ligações/padrões, reflexões seguidas de intervenções de suporte como o ecoar e o restabelecimento da confiança.

Paciente 2. No 1º mês, na 2ª sessão, ocorrem dois momentos de *insight*. O primeiro incidente “ O que tenho em vermelho em mim parece que me machuca (...) acho que é uma cor com muita vida, tenho um desgosto tão grande que não tenho o direito....a ter...essa vida... a vestir essa cor... é como se eu fosse vestir essa cor... é como se eu fosse vestir vermelho estivesse já felicíssima da minha vida e já nada me faltasse (...) então não sou capaz”) é antecedido essencialmente por intervenções de cariz exploratório (exploração, clarificação, confrontação) e por itens de interpretação psicanalítica como (aprofundamento da compreensão, material precoce e a reflexão), o mesmo evento é procedido novamente por ciclos intervenções de cariz exploratórios (clarificação e exploração) reflexão e por itens específicos relativos à depressão refratária como (dificuldades em lidar com os desapontamentos e as perdas e a negligência das capacidades saudáveis) que poderão ter tido influência no próximo evento de *insight* (“ Às vezes quando saio de casa , digo assim: o que é que eu vou fazer para lá hoje. Estive lá a semana passada, já não sei mais o que dizer. Afinal é mentira, eu chego aqui e tenho sempre tanto para dizer”) que por sua vez, é procedido por uma última intervenção de orientação já no final da sessão.

Ainda no 1º mês, na 3ª sessão as intervenções que antecedem o incidente de *insight* (“ Com o teu olhar e com a tua calma, transmite-nos um sossego uma calma” (disse a coreógrafa) “oh! Mais uma, que não sabia. Estava a conhecer essa faceta em mim”) são relativamente ao *setting* externo, interpretação do material precoce e por itens não analíticos como o restabelecimento da confiança. Após a ocorrência do mesmo as intervenções que assumem um papel de destaque são as reflexões, clarificações orientações e novamente intervenções relacionadas com o *setting* extremo.

Aos 6 meses na 18ª sessão observa-se que antes do momento de *insight* (“ Agora estes dias que vou acabar por estar só (...) fica-me qualquer coisa (...) aquela obrigação, aquelas voltas já quase rotineiras para fazer, aí por isso eu talvez me sentir tão bem quando tenho a responsabilidade de sair de casa e ir trabalhar”) as intervenções são pautadas por ciclos de cariz exploratório (clarificação, questionamento) interpretativo (reflexão, aprofundamento da compreensão, transferência) e itens psicoeducativos como o restabelecimento a confiança. O presente incidente de *insight* é seguido de intervenções

interpretativas (estabelecimento de ligações/padrões, aprofundamento da compreensão) o ecoar e itens relativos ao *setting* externo.

Aos 18 meses na 32ª sessão as intervenções que antecedem o incidente de *insight* (“Acho que me estou a capacitar que vou ter de facto uma volta na vida, que ao fim ao cabo sempre desejei. Então chegou a altura! É esta altura que se está a propor à frente e estou a tentar conformar-me, ou ter a certeza que vai ser real, seja para ali seja para onde for, eu tenho que sair dali”) são novamente de cariz exploratório (clarificação, exploração), itens não analíticos (reestruturação, reflexão, confrontação) e interpretativos como o aprofundamento da compreensão. Relativamente a intervenções que sucedem este momento são fundamentalmente não analíticas como o ecoar e reflexões.

Ainda aos 18 meses, agora na 33ª sessão, ocorrem dois episódios de *insight* (“Talvez isto venha de trás, de nunca o poder ter feito, só agora ultimamente é que pude tomar decisões (...) nunca ter tido aquela casa que eu dissesse é a minha casa”). O primeiro é antecedido por intervenções de cariz exploratório (questionamento, clarificação) e reflexão seguidos por ciclos de intervenções interpretativas como estabelecimento de ligações e padrões o que poderá ter originado o próximo incidente de *insight* (“Está a ser muito difícil para mim (...) esta separação do espaço do local e eu pensava que não (...) agora as coisas vão acontecer, está-me a ser difícil.”) que por sua vez é seguido de intervenções como a exploração e a reflexão.

Discussão

A identificação de variáveis das quais pode depender a eficácia de uma psicoterapia pode contribuir para o delineamento de estratégias úteis para obtenção da mudança terapêutica (Peuker et al., 2009). Assim sendo, o objetivo principal do presente estudo foi analisar a relação existente entre as intervenções utilizadas por o terapeuta e o *insight*.

De acordo com a análise realizada verifica-se a existência de um padrão específico de intervenções que antecedeu e procedeu eventos de *insight* em ambas as pacientes. Nesse seguimento, observa-se uma maior frequência de utilização, de intervenções de carácter exploratório, (questionamento; exploração), antes da ocorrência de incidentes de *insight*, o que contraria o evidenciado por (McAleavey e Castonguay, 2014), que argumenta que este tipo de intervenções esta correlacionado com menos incidentes de

insight. Porém, vai ao encontro do defendido por Hill et al. (1988), que afirma que este tipo de intervenções, designadas *probes for insight*, são promotoras de ganhos de *insight*. No entanto, é ainda possível observar intervenções com foco interpretativo, como o aprofundamento da compreensão, a experiência precoce, o estabelecimento de ligações/padrões e a transferência, o que poderá também ter sido um dos fatores responsáveis pela existência de eventos de *insight* o que suporta o pressuposto de que o *insight* e a interpretação caminham juntos (Gabbard & Westen, 2003).

Torna-se ainda relevante ter em consideração a possível influência de outras variáveis não controladas no presente estudo associadas aos pacientes tal como a predisposição dos pacientes para obterem ganhos a nível do insight, existindo nesse sentido pacientes com mais propensão do que outros (Baumman & Hill, 2008). Nesse seguimento a paciente 1, apresenta um maior número de incidentes de *insight* o que poderá estar associado a capacidade de introspeção e um grande interesse na sua vida, o seu discurso é claro e organizado, estas características da paciente, podem ter influenciado o terapeuta a adotar técnicas mais interpretativas como exploratórias. No caso da paciente 2, constatamos que a paciente revela pouca capacidade de abstração e de introspeção, ou seja, revela ter pouca capacidade de *insight*, o que pode ser justificado pela sua idade avançada, baixa escolaridade (3ª Classe), um discurso muito factual, tendo o terapeuta adotado mais técnicas de cariz diretivo/psico-educativo, de apoio e intervenções não analíticas, também estas consideradas em alguns estudos como correlacionadas positivamente com o desenvolvimento de *insight* (Hill & Knox, 2008, cit. por Baumann e Hill, 2008). Posto isto, é notório que o Terapeuta apresenta um estilo mais interventivo na paciente 1 comparativamente a paciente 2, observando-se esse facto através da frequência de intervenções utilizadas por sessão. Contrariamente, o terapeuta é assim menos interventivo na paciente 2, proporcionando mais espaço à paciente para expor as suas problemáticas. O que parece confirmar a premissa de que os terapeutas por vezes aumentam a sua adesão a determinadas técnicas para se adaptarem ou moldarem aos seus pacientes (Gabbard et al., 2003).

Numa análise mais detalhada às diferentes dimensões de mudança observadas, verifica-se no caso da paciente 1, que a dimensão capacidade adaptativa é a que apresenta valores mais elevados ao longo da terapia, e os valores mais baixos são observados ao nível dos sintomas, o que nos leva a especular que estes valores poderão estar associados ao pedido inicial da paciente não estar relacionado com sintomatologia mas sim com uma angústia de separação, vivida como angústia de perda de objeto derivada de dificuldades

em ultrapassa ressentimentos decorrentes do término de uma relação amorosa (Norte, 2014). Após o primeiro ano (5º trimestre), o *Insight* é a variável com mais incidentes cotados distinguindo-se de todas as outras variáveis, durante toda a psicoterapia. Nesse mesmo momento (5º trimestre), verifica-se uma predominância tanto de intervenções de cariz interpretativo como exploratórias. Na paciente 2, os incidentes associados à variável Capacidade Adaptativa foram também os mais cotados em toda a psicoterapia. Aos 12 meses, verifica-se um acentuado decréscimo na dimensão de *insight* o que pode estar relacionado com um período de dois meses sem terapia, assim como também com a morte da sogra e à incapacidade de elaborar essa morte, provocando-lhe sentimentos passados de perda não elaborados (morte do filho) (Norte, 2014). Todavia aos 18 meses, o *insight* destaca-se com um aumento exponencial na quantidade de incidentes. No fim do segundo ano de terapia, as intervenções com maior frequência de utilização que coincidem com o maior pico de insight são novamente interpretativas e exploratórias.

É ainda de salientar que em ambas as pacientes a dimensão de *insight* atingiu o seu pico máximo após o primeiro ano de terapia, o que vai ao encontro dos resultados de um estudo realizado por Gedo e Shaffer (1982, *cit. por* Waldron, 1997), no qual o paciente alcançou e produziu mais eventos de insight tardiamente na análise.

Os resultados do presente estudo demonstram assim, que contrariamente ao defendido por Gabbard e Westen (2003) e Johanson et al. (2010), a interpretação poderá não ter sido, nestes casos, a principal ou a exclusiva técnica responsável pelo aumento da capacidade de *insight*, havendo outro tipo de intervenções em causa associadas a ganhos de insight, como as intervenções de cariz exploratório, o que vai ao encontro do referido por Hill et al. (1998).

Para além, da análise da técnica terapêutica associada a ganhos de *insight*, tornou-se evidente ao longo da investigação, que os resultados poderão também ter tido influência de variáveis relacionadas com o próprio paciente, com o terapeuta e com a relação estabelecida entre os mesmos.

No contexto deste estudo, foi possível demonstrar que através da análise da avaliação do processo terapêutico poderá ser possível elucidar conexões entre a intervenção psicoterapêutica e os seus efeitos. Deste modo, torna-se possível identificar mecanismos de intervenção terapêutica e estratégias que podem promover o processo de mudança.

Apesar da pertinência da presente investigação, a mesma apresenta algumas limitações: Por se tratarem apenas de dois casos, os dados não podem ser generalizados;

e a avaliação das intervenções do terapeuta ter considerado apenas os 5 momentos avaliativos, limitou as ligações estabelecidas com os incidentes de mudança, que foram analisados ao longo de todo o processo psicoterapêutico. Como pistas para futuras investigações seria interessante a avaliação de outros processos terapêuticos, com um maior número de participantes e com a inclusão de outras variáveis associadas ao paciente e ao terapeuta que poderiam necessariamente contribuir para uma melhor compreensão da mudança psíquica. Tais investigações são de extrema relevância para o desenvolvimento, o avanço e a difusão da prática em psicoterapia.

Referências

- Anselmo, C. (2014) *Avaliação de Processos de Mudança em Psicoterapia Psicanalítica* (Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica, não publicada). Lisboa: Instituto Superior de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida.
- Banon, E., Perry, J. C., Semeniuk, T., Bond; M. Roten, Y., Hersoug, A. G., & Despland, J. N. (2013). Therapist interventions using the Psychodynamic Interventions Rating Scale (PIRS) in Dynamic Therapy, Psychoanalysis and CBT. *Psychotherapy Research*, 23(2), 121-136.
- Baumann, E., & Hill, C. E. (2008). The Attainment of Insight in the Insight Stage of the Hill Dream Model: The Influence of Client Reactance and Therapist Interventions. *Dreaming*, 18(2), 127-137.
- Brum, E., Frizzo, G., Gomes, A., Silva, M., Souza, D., & Piccinini, C. (2012). Evolução dos modelos de pesquisa em psicoterapia. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 29 (2), 259-269.
- Carlyle, J., Ruiz, A., & Richardson, P. (2009). *Adherence Manual Tavistock Adult Depression Study (TADS) version 1.2* (não publicado)
- Gibbons, M., Crits-Christoph, P., Barber, J. & Schamberger, M. (2007). *Insight in psychotherapy: a review of empirical literature*. In L. G. Castonguay & C. E. Hill (Eds), *Insight in psychotherapy* (pp. 143-164). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Gabbard, G. O., & Westen, D. (2003). Rethinking Therapeutic Action. *International Journal of Psychoanalysis*, 84(4), 873-841.
- Hill, C. E., Helms, J. E., Tichenor, V., Spiegel, S. B., O'Grady, J. C. E., & Perry, E. (1988). The effects of therapist response modes in brief psychotherapy. *Journal of Counseling Psychology*, 35(2), 222–233.
- Johansson, P., Hoglend, P., Ulberg, R., Amlo, S., Marble, A., Bogwald, K. P., ...Heyerdahl, O. (2010). The Mediating Role of Insight for Long-Term Improvements in psychodynamic therapy. *Journal Of Consulting And Clinical Psychology*, 78(3), 438-448.
- Kolden, G. G., Strauman, T. J., Gittleman, M., Halverson, J. L., Heerey, E., & Schneider, K. L. (2000). The therapeutic realizations scale – revised (TRS-R): Psychometric properties and relationship to treatment process and outcome. *Journal of Clinical Psychology*, 56(9), 1207–1220.

- McAleavey, A. A., & Castonguay, L. G. (2014). *Insight* as a common and specific impact of psychotherapy: Therapist-reported exploratory, directive, and common factor interventions. *Psychotherapy, 51*(2), 283-294.
- Messer, S. B. & McWilliams, N. (2007). *Insight* in psychodynamic therapy: theory and assessment. In L. G. Castonguay & C. E. Hill (Eds), *Insight in psychotherapy* (pp. 9-30). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Norte, P. (2014). *Avaliação de processos de mudança em psicoterapia*. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica, não publicada. Lisboa: Instituto Superior de Psicologia Aplicada.
- Peuker, A. C., Habigzang, L. F., Koller, S. H., & Araújo, L.B. (2009). Avaliação de processo e resultado em psicoterapia: uma revisão. *Psicologia em Estudo, 3*(14), 439-435.
- Sá, V., & Pires, A P. (2008). Tradução para português [não publicada] da escala *Change After Psychotherapy Scales (Chap)*.
- Santos Costa, F., & Costa, P. (2014). Tradução para português [não publicada] do *Adherence Manual, Tavistock Adult Depression Study (TADS)*, Versão 1.2, 2009.
- Timulak, L., & McElvaney, R. (2013). Qualitative Meta-Analysis of Insight Events in Psychotherapy. *Counselling Psychology Quarterly, 26*(2), 131-150.
- Waldron, S. (1997). How can we study the efficacy of psychoanalysis? *Psychoanalytic Quarterly, 66*.
- Yoshida, E.M.P (1998). Avaliação de mudança em processos Terapêuticos. *Psicologia Escolar e Educacional, 2*(2), 115-127.

Anexos

Anexo A - Versão Traduzida e Adaptada da Folha de Cotação do TADS

Paciente	
Sessão	
Secção	
Avaliador	

NÍVEL DE ADESÃO:	BAIXO	ELEVADO	
1. Envolvimento	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
2. Empatia	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
3. Aceitação	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
4. Colaboração	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
5. Estilo de Comunicação	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
6. Clarificação	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
7. Orientação	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
8. Setting Externo	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
9. Setting Interno	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
10. Experiência precoce	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
11. Silêncio	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
12. Material anterior/precoce	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
13. Aprofundamento da compreensão	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A

14. Incongruência entre o afecto e o discurso	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
15. Sentimentos inaceitáveis	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
16. Perguntas directas	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
17. Ligação – não transferencial	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
a. Experiências: passado-presente								[]
b. Estados emocionais: experiências/pensamentos								[]
c. Comentários durante a sessão-preocupações								[]
d. Mudanças na compreensão-mudanças no funcionamento								[]
e. Ansiedades/defesas-relações com os outros								[]
18. Transferência – relação terapeuta/paciente	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
19. Transferência – relações do passado e terapêutica	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
20. Transferência – relações actuais e relação terapêutica	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
21. Transferência – ansiedades/defesas, sentimentos latentes	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
22. Contra-transferência. (Utilização dos sentimentos em relação ao paciente)	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
23. Contra-transferência. (Utilização de pistas explícitas e comportamentais)	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
24. Evitamento da dor mental	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A

NÍVEL DE ADESÃO:	BAIXO	ELEVADO	
25. Ataque às capacidades mentais	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
26. Utilização de mecanismos de defesa	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A

SELECCIONE UMA OPÇÃO:

Recalcamento [] Negação [] Regressão [] Acting out [] Somatização [] Humor [] Outro []

27. Utilização de símbolos	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
28. Contributo do paciente para as suas dificuldades, 'responsabilização'	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
29. Antagonizar o desenvolvimento	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A

SELECCIONE UMA OPÇÃO:

- a. O terapeuta chama a atenção do paciente para as circunstâncias em que o progresso ou o crescimento conduzem a uma reacção fortemente negativa ou a uma recaída do paciente.
- b. O terapeuta chama a atenção do paciente para a forma como as suas capacidades são reconhecidas nos outros, como por exemplo, no terapeuta ou nos amigos e, portanto, por ele negadas.
- c. Embora relacionado com a alínea "a", este processo descreve, especificamente, as situações em que o paciente utiliza o seu "mal-estar" para se fazer de vítima da sua depressão, do seu sofrimento face à depressão ou outro tipo de expressões somáticas e, desta forma, sabotar a terapia. Tal deverá ser comparado e diferenciado de outras formas de antagonizar o progresso, conforme descrito no ponto "a".

30. Negligenciar a capacidade saudável	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
31. Destrutividade inconsciente do paciente	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
32. Padrões excessivos	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
33. Relacionamento sadomasoquista	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
34. Dificuldade na gestão das desilusões e perdas	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
35. Rupturas na comunicação	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
36. Impacto das separações	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
37. Impacto do fim da terapia	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
38. Identificação de crenças subjacentes	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
39. Reconhecer os erros cognitivos	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A

40. Atribuição de trabalhos de casa	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
41. Auto-monitorização	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
42. Auto-revelação do terapeuta	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
43. Restabelecimento directo da confiança	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
44. <i>Exploração</i>	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
45. <i>Ecoar</i>	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
46. <i>Questionamento</i>	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
47. <i>Reflexão</i>	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
48. <i>Reformulação</i>	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
49. <i>Restruturação</i>	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A
50. <i>Confrontação</i>	1	2	3	4	5	6	7	N/C ou N/A

N/C – Não cotável

N/A – Não se aplica

Anexo B - Lista de Exemplos de Mudança nas Dimensões do CHAP

Mudança nos Sintomas

1. Os sintomas diminuíram em número, frequência, duração, severidade e intensidade;
2. O paciente está menos perturbado com os seus sintomas, por exemplo com menos medo da sua ansiedade, ou consegue suportá-la melhor;
3. O paciente não se preocupa com os seus sintomas;
4. O paciente não fala, espontaneamente, sobre os seus sintomas, não os menciona;
5. O paciente fala dos seus sintomas usando o tempo verbal no passado;
6. O paciente considera os seus sintomas sem importância, nada que mereça ser mencionado;
7. O paciente faz dos seus sintomas uma frivolidade;
8. O paciente encara os seus sintomas de uma forma mais objectiva, com maior distância emocional, curiosidade, espanto/admiração, humor, procurando questioná-los e analisá-los, reflectir sobre eles;
9. O paciente já não se considera uma vítima passiva dos seus sintomas;
10. O paciente apercebe-se que os seus sintomas tinham um significado e uma função, por exemplo, em termos de ganhos primários e secundários;
11. O paciente considera que “está curado”;
12. O paciente já não procura uma terapia contínua ou qualquer outro tipo de tratamento para os seus sintomas;
13. O paciente aprendeu a viver com os seus sintomas.

Capacidade Adaptativa

1. O paciente já não evita ou foge das situações críticas;
2. O paciente já não fica ansioso antes ou nas situações críticas;
3. O paciente descreve situações concretas onde actuou mais adequadamente do que antes, por exemplo, de forma mais assertiva, flexível, não agressiva;

4. O paciente exhibe surpresa óbvia, assombro/espanto, etc. enquanto conta como actuou em situações críticas;
5. O paciente conta sobre mudanças em hábitos, modo de vida, etc. indicando que está determinado a fazer algo em relação aos seus problemas;
6. O paciente está contente e orgulhoso de si mesmo pois agora pode lidar com coisas que antes não podia (sem surgirem os sintomas);
7. O paciente diz que decidiu ver-se livre dos seus sintomas e de outros problemas;
8. O paciente fala de si mesmo, em relação aos seus problemas e sintomas, como um agente activo, aquele que dita as regras e toma as decisões;
9. O paciente atreve-se a fazer coisas agora a que não se atrevia antes;
10. O paciente é capaz de fazer coisas que antes não conseguia fazer;
11. O paciente faz uma distinção entre antes da terapia e depois da terapia, acerca da forma como costumava ser antes da terapia e é agora;
12. O paciente tem novos interesses e passatempos;
13. O paciente tem novos amigos;
14. O paciente tem agora outro emprego, quer seja por ter sido promovido ou por ter mudado de funções, ou ainda por se ter iniciado numa profissão completamente nova a que podia já ter aspirado antes;
15. O paciente começou uma nova aprendizagem;
16. O paciente conta sobre sonhos antigos que realizou ou começou a realizar;
17. O paciente pode fazer agora coisas que antes podia apenas fantasiar;
18. O paciente libertou-se de situações que eram inibitórias, limitadoras, destrutivas, por exemplo, emprego, casamento ou outras relações;
19. O paciente sente-se mais autónomo, isto é, mais independente e deliberado, não à mercê das circunstâncias. Sente-se livre para tomar as suas próprias decisões independentemente dos pedidos ou desejos do seu meio envolvente, mas não independentemente ou negligenciando as suas (deles) necessidades;
20. O paciente sente/assume a devida responsabilidade por coisas que lhe aconteceram;
21. O paciente libertou-se da compulsão de repetir erros antigos, que o colocavam nas mesmas situações problemáticas, uma e outra vez.

Insight

1. O paciente diz que se apercebe e compreende o que está por trás dos seus problemas e qual o seu significado;
2. O paciente pode dar uma explicação razoável e com significado para o que está por trás/na origem dos problemas e seu significado;
3. O paciente fala sobre, e exhibe, sentimentos a que não tinha acedido antes;
4. O paciente é mais tolerante e compreensivo ao falar dos seus problemas;
5. O paciente desenvolveu uma divisão entre um ego compreensivo e observante e um ego que Experimenta, sente, fantasia e deseja (capacidade de observar-se e compreender-se);
6. O paciente está ciente de instâncias de *acting out* e consegue descrevê-las como tal;
7. O paciente está consciente do fenómeno de transferência e compulsão de repetição e consegue descrevê-los como tal;
8. O paciente consegue ver e assumir a sua cota parte de responsabilidade em conflitos interpessoais;
9. O paciente põe, razoavelmente, em causa os seus sentimentos, pensamentos, actos, isto é, já não os toma como certos sem se questionar sobre o seu significado;
10. O paciente consegue aperceber-se e falar sobre as suas defesas e resistências;
11. O paciente descobriu sintomas e hábitos sintomáticos que eram ego-sintónicos;
12. O paciente tomou consciência e começou a tolerar aspectos de si mesmo que não tinha consciência antes, por exemplo, desejos e fantasias;
13. O paciente sente-se mais ambivalente sobre situações e outras pessoas e consegue suportá-la sem começar a actuar (*acting out*);
14. O paciente sente-se desiludido mas considera isto uma perda e um ganho simultaneamente (ex.: deixa de idealizar/fazer luto);
15. O paciente sente-se mais curioso a seu respeito, medita e reflecte mais sobre si mesmo;
16. O paciente não tende tanto a culpar os outros pelos seus próprios problemas, dificuldades e falhas;
17. O paciente pode criticar-se a si mesmo de uma forma mais objectiva e menos acusatória;

18. O paciente pode falar sobre os seus problemas e dificuldades com maior distância emocional, ironia e humor;
19. O paciente pondera sobre os seus sonhos e tenta compreendê-los;
20. O paciente pondera sobre actos falhados e tenta compreendê-los;
21. O paciente é mais capaz de prever os seus sentimentos, reacções, acções e os dos outros;
22. O paciente procurou outra terapia mais longa orientada para o *insight* ou psicanálise;
23. O paciente consegue ver ganhos primários e secundários nos seus sintomas;
24. O paciente fala menos sobre os seus sintomas e mais sobre os problemas subjacentes.

Conflitos Básicos

1. O paciente sabe “do que é que tudo se trata”;
2. O paciente consegue dar uma explicação razoável e com significado para o conflito básico;
3. A confrontação com o conflito básico provoca menos ansiedade ou resistência;
4. O paciente é mais flexível e tem abertura de espírito nas suas atitudes e hábitos;
5. O paciente é mais tolerante em relação aos outros;
6. O paciente tem mais empatia com os outros;
7. O paciente consegue ver as situações e os problemas pelo ponto de vista dos outros;
8. O paciente é um melhor ouvinte;
9. O paciente não é tão rígido, estereotipado ou extremo como costumava ser;
10. O paciente abandonou rotinas vitais e rituais que costumava ter;
11. O paciente abandonou caprichos e manias;
12. O hábito do paciente de abordar sempre o mesmo tema, muitas vezes nas mesmas palavras de sempre, enfraqueceu;
13. O carácter do paciente modificou ou mudou;
14. O paciente desistiu das suas defesas caracteriais;
15. Outras pessoas acham que o paciente mudou;
16. O paciente já não é tão defensivo, desconfiado, etc.;

17. O paciente já não reage como se estivesse perante o estímulo desencadeador, automaticamente, de forma reflexa;
18. O paciente já não se sente facilmente provocado, já não perde o controlo com tanta facilidade;
19. O paciente já não é tão propenso e tendente a julgamentos categóricos;
20. O paciente parece estar em desenvolvimento, num estado de mudança contínua, sem ser instável e imprevisível;
21. O paciente não tem medo da mudança, quer seja nele próprio ou no seu meio circundante;
22. O paciente não tem medo de correr riscos razoáveis, já não é dependente de resultados garantidos.

Factores Extra-Terapêuticos (FE)

1. O tempo passou e o paciente “simplesmente” melhorou com a passagem do tempo, desde o fim da terapia;
2. O paciente cresceu, entrou numa nova etapa do seu ciclo de vida ou amadureceu da “forma natural”;
3. O paciente passou por um processo normal de crise e saiu dele;
4. O paciente teve uma mudança saudável no seu meio/ambiente envolvente (“terapia ambiental natural”);
5. O paciente tem estado “simplesmente” a investir em si mesmo, independentemente da terapia;
6. O paciente tem tido outros tipos de suporte, aconselhamento ou contactos que trouxeram *insight* mas que não são psicoterapêuticos ou psiquiátricos (amigos, colegas, parentes);
7. O paciente já esteve numa outra psicoterapia;
8. O paciente já fez um tratamento psicofarmacológico;
9. O paciente fez outros tipos de tratamento psiquiátrico;
10. O paciente tem estado somaticamente doente, teve um acidente, ou sofreu fisicamente;
11. O paciente sofreu algum infortúnio ou esteve noutra tipo de crise;
12. As condições ambientais stressantes cessaram;
13. O paciente retirou-se da situação stressante ou que provocava os sintomas;

14. O paciente ficou curado de uma doença física;
15. O paciente envolveu-se em movimentos religiosos, políticos ou outro tipo de movimentos ideológicos;
16. O paciente apaixonou-se;
17. O paciente esteve sobre a influência de alguma autoridade catártica;
18. O paciente mudou por estar numa relação que funcionou como uma terapia (pseudoterapia).

Anexo C - Treino TADS: Concordância Inter-Avaliadores (Paciente A)

Terapeuta: Jeremy Sanfran

Paciente: Laura

(1 sessão)

Nº Sessão	N ° Intervenções	Concordâncias	Discordâncias
1	122	29	93
	T=122	T=29	T=93

Concordância Inter-avaliador (C.I.): $122/(29+93) = .24$

Anexo D - Treino TADS: Concordância Inter-Avaliadores (Paciente B)

Paciente B (7 sessões)

Nº Sessão	N ° Intervenções	Concordâncias	Discordâncias
7	8	3	5
8	5	3	2
9	10	4	6
10	4	3	1
11	4	3	1
12	3	1	2
13	4	3	1
T=38		T=20	T=18

Concordância Inter-avaliador (C.I.): $38/(20+18) = .52$

Anexo E - Treino TADS: Concordância Inter-Avaliadores (Paciente E ;Paciente F)

Paciente E.

Idade:44 anos;

Casada e tem duas filhas;

Motivo da consulta: sensação de cansaço e de sonolência permanentes, pensamentos recorrentes sobre a morte, ataques de pânico;

(10 sessões)

Nº Sessão	N ° Intervenções	Concordâncias	Discordâncias
14	6	3	3
15	6	5	1
16	11	11	0
17	6	4	2
18	5	4	1
19	7	5	2
20	8	5	3
21	8	3	5
23	4	3	1
24	6	5	1
T=67		T=48	T=19

Concordância Inter-avaliador (C.I.): $105/(67+38) = .72$

Paciente F.

Idade:50 anos;

Divorciada, não tem filhos;

Motivo da consulta: Necessidade de se sentir menos confusa e de compreender os sintomas obsessivos e os rituais compulsivos de verificação;

(8 sessões)

Nº Sessão	N ° Intervenções	Concordâncias	Discordâncias
1	27	20	7
2	27	22	5
3	15	11	4
4	13	9	4
16	19	17	2
17	32	29	3
18	28	25	3
19	15	13	2
T=176		T=146	T=30

Concordância Inter-avaliador (C.I.): $149/(115+34) = .83$

Anexo F - Identificação e Cotação das Intervenções do Terapeuta (Paciente 1)

BLOCO D (3,8, 12, 20) – Início 1º mês

Código (Sessão 12)

Intervenções do Terapeuta

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
1	0:33	0:34	Vai-se abaixo como?	6. Clarificação
2	01:51	01:53	Mas relaciona essa relação que teve com esse seu estado...	17. Ligação- não transferencial- (e)
3	03:01	03:05	Compensar os afetos, com doces é perfeitamente normal.	47. Reflexão
4	04:15	04:18	Quando a M. diz que é carente a nível emocional...	47. Reflexão
5	06:31	06:34	Quando é que deixou de haver esse contacto?	6. Clarificação
6	06:55	06:57	E a M. não dá?	46. Questionamento
7	07:10	07:15	Quando dá? Sente-se bem? Tem medo?	44. Exploração
8	07:49	07:53	E na infância a sua M. e estava mais próxima? Mais...	10. Experiência precoce
9	14:35	14:37	Fez com que fica-se? [relação com o namorado]	6. Clarificação
10	19:15	19:16	Porque gostava dele?	6. Clarificação
11	24:48	24:49	O que é que a M. fazia? [Emprego]	46. Questionamento
12	29:05	29:07	Pois a M. tem um excelente curriculum.	47. Reflexão
13	29:15	29:17	Hu ´mm.. é assim que se sente agora? [Curso concluído e de estar desempregada]	6. Clarificação

14	32:05	32:09	Mas agora a M. tem este espaço que é seu...podemos ir trabalhando em conjunto	7. Orientação
15	33:30	33:32	Ah!...Do ponto de vista da saúde?	6. Clarificação
16	34:44	34:46	Quer deixar de ser...foi isso que disse	45. Ecoar
17	35:14	35:17	Mas a M. já disse varias vezes que não é isso que sente...Não é?	50. Confrontação
18	35:20	35:24	Não é uma pessoa que não gosta de si mesma?	6. Clarificação
19	35:45	36:00	Há pouco disse, o facto de ...Parece-me natural que se gostava daquele homem com quem estava e depois sentiu-se enganada é natural sentir-se por momentos ambivalente.	12.Material Precoce
20	38:35	38:42	E depois sentia que não recebia o retorno, deixava de fazer as coisas [relação com o namorado].	47. Reflexão
21	39:55	39:57	Porque é que sente necessidade de chamar estúpida a si mesmo?	44. Exploração
22	41:20	41:21	Tem medo como?	6. Clarificação
23	43:51	43:55	Há aí um luto que vai ter de ser feito, os lutos tem de se fazer.	47. Reflexão
24	44:40	44:43	Pois eu ia-lhe perguntar isso, o fundo desemprego acaba até...tinha-me dito 1 ano e meio?	6. Clarificação
25	46:41	46:45	Organizar o nosso espaço também é uma forma de organizarmo-nos a nos próprios.	47. Reflexão
26	50:35	50:37	Bem isso foi tao arrasador.	47. Reflexão
27	50:38	50:39	A descoberta do....	45. Ecoar

28	52:30	52:45	A M. quando falou da sua infância, que sentiu que o seu irmão o era o preferido do pai o outro o preferido da M. e, sente que não teve um lugar ou fica-se num outro plano naquilo que relacionaria.Porque estava a funcionar com o que estava a dizer, o ter um homem com filhos e não poder chamar a atenção.	17. Ligação- não transferencial- A
29	53:20	53:25	A M. não quer ter filhos?	46. Questionamento
30	58:00	58:01	Quer ter direito a sua felicidade não é?	6. Clarificação
31	59:20	59:22	Quer ser amada e desejada não é? Como tem direito a ser.	47. Reflexão
32	01:00:31	01:00:38	M.... Isto é um jogo para a M... não há respostas certas, já agora eu gostava de lhe fazer uma pergunta. M. diga aquilo que sente aquilo que lhe vier a cabeça. Numa situação triangular um homem que esta com uma mulher e esse homem por outro lado pensa mulher, qual era a mulher que a M. gostava de ser?	50. Confrontação
33	01:01:11	01:01:13	Porque é que acha que é não ter amor-próprio se (...).	6. Clarificação
34	01:01:55	01:02:01	M. há pouco dizia que quando esteve separada da sua primeira relação, por volta dos 30, teve necessidade de pedir aos seus ir M. os que ficassem lá em casa.	12. Material precoce

35	01:04:05	01:04:11	Ou seja têm necessidade da presença do outro? Como é que é essa necessidade é no mesmo quarto é no outro?	6. Clarificação
36	01:10:51	01:10:53	E porque as coisas que não sentimos, sentimos aqui e agora.	47. Reflexão
37	01:11:59	01:12:20	O caminho faz-se caminhando, estas coisas são (...) mas vai ter que ser um dia de cada vez, as terapias até costumam funcionar bem de início as pessoas tem um crescimento rápido de início, mas depois é preciso consolidar o trabalho e isso demora o seu tempo.	7. Orientação
38	01:12:41	01:12:45	Como é que se sente neste momento?	44. Exploração
39	01:12:50	01:12:55	Mas a M. está a chorar por uma pessoa, não é, não está a dar o seu choro aquela pessoa, o choro vai demorar o tempo que tiver de demorar.	47. Reflexão
40	01:13:02	01:13:03	M. vamos hoje ficar por aqui	8. Setting Externo

BLOCO D (3,8,12,20) – Início 1ºmês

Código (Sessão 20)

Intervenções do Terapeuta

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
1	0:07	00:09	Como é que se sente?	44.Exploração
2	00:46	00:48	O que é que a fez chorar?	6. Clarificação
3	01:50	01:53	Mas parece que não é essa a situação que a M. deseja.	47. Reflexão
4	02:28	02:30	Distraia-se, não é?	47.Reflexão
5	03:16	03:44	As vezes nós distraímos- nos dos lutos arranjamos coisas para não passar pelo luto e são meras formas para adiar o luto não fazemos o luto, os lutos que não são feitos acabam sempre por retornar de alguma maneira têm sempre volta na ponta, acabam sempre por voltar.	13. Aprofundamento da Compreensão
6	04:24	04:28	Reagiu, continuou com a vida.	47. Reflexão
7	07:15	07:17	Quando é que vai de férias?	46. Questionamento
8	07:31	07:34	Quero que a M. saiba que eu vou estar cá a sua espera (férias).	8. Setting Externo e atenção dedicada às fronteiras/limites
9	09:12	09:14	Arranjou estratégias para resolver.	47. Reflexão
10	09:21	09:25	Não há formas mágicas para resolver, não há receitas para isto	47. Reflexão
11	09:29	09:31	Vai se fazendo, os estudos têm que ser feitos.	47. Reflexão
12	09:49	09:53	As dores de cabeça estão de certa forma associadas a raivas.	17. Ligação – não transferencial-d

13	10:40	10:43	Mas lembra-se de alguns detalhes [sonhos]?	27. Utilização de símbolos
14	11:10	11:13	Quem é que achava que a estava a perseguir?	27. Utilização de símbolos
15	11:59	12:02	Porque é que acha que é ser estúpida por acreditar nas pessoas?	6. Clarificação
16	13:45	13:52	As vezes há homens que são assim, mas porque é que a M. os escolhe?	50. Confrontação
17	13:58	14:00	Bom a M. quer mais proximidade [como terapeuta]?	18. Transferência- A relação terapeuta/paciente
18	14:12	14:16	Porque é que M. escolhe um homem assim?	6. Clarificação
19	14:21	14:22	Não, parece?	45.ecoar
20	16:41	16:59	Quando a M. me diz porque é que acreditei nele como se chamou a si própria parva em ter acreditado neste homem, seria possível ter sido doutra maneira?	44. Exploração
21	17:04	17:08	Portanto não me parece que valha a pena se bater por isso.	47. Reflexão
22	17:45	15:53	A mim parece que a M. se começou a bater primeiro, quando alguém vai ver os e-mails pode-se magoar.	47. Reflexão
23	19:15	19:33	M. está me a dizer que. as relações quando falham, falham os dois, o que me está a dizer que expos isso tentadoramente à sua frente	13. Aprofundamento da Compreensão

24	19:52	19:58	Não interessa aqui o nível de dificuldade, o que é certo é que estava ali.	47. Reflexão
25	21:19	21:31	Parece que havia na vossa relação momentos explosivos que altamente podiam armadilhar tudo.	47. Reflexão
26	21:41	21:46	Porque deixar essas questões acessíveis (...)	47. Reflexão
27	22:11	22:13	Havia competição?	6. Clarificação
28	24:03	24:08	Sente falta das partes boas da relação.	47. Reflexão
29	24:54	24:58	Nada é perfeito mas nada é imperfeito (...)	47. Reflexão
30	28:31	28:342	A M. há pouco disse que os domingos eram difíceis, o que é que o domingo a faz lembrar a sua relação?	44. Exploração
31	23:46	28:55	E mais para trás? Na sua infância na sua adolescência.	6. Clarificação
32	31:03	31:09	Essas coisas do domingo tem a ver com as dificuldades da separação	13. Aprofundamento da Compreensão.
33	31:18	31:44	Se calhar a M. invocou a situações prazerosas relacionadas com a família e com o domingo de alguma forma a seguir ao domingo no dia a seguir há escola os pais vão trabalhar de alguma forma remetiam para a separação.	10. Experiência precoce
34	32:27	32:29	Ficou à espera que fosse ele acabar?	6. Clarificação

35	35:32	35:41	Esse facto não pode ser valorizado como a razão de ter lá ficado deverá haver outra razão.	47. Reflexão
36	35:50	35:59	Quando separou desse namorado dos 15 anos e antes de ter encontrado o R. teve um período sozinha?	6. Clarificação
37	36:02	36:04	Recorda-se mais ou menos quanto tempo?	46. Questionamento
38	38:42	38:59	De qualquer maneira penso que M. estava disponível não é? O erro da relação anterior já tinha sido feito dentro da própria relação só tinha permanecido por rotina.	13. Aprofundamento da Compreensão
39	40:05	40:08	Há pouco disse 4 ou 5 que era a sua família não é?	17.Ligação- não Transferencial- B
40	40:14	40:17	Eu quando estou com uma pessoa não estou com 4 ou 5 é a sua família o seu pai e os seus irmãos.	17.Ligação- não Transferencial- B
41	40:38	40:58	Tinha necessidade de separar, ou seja quando estava com o irmão quando existe aqueles conflitos entre os irmãos ficar mais fiel a um irmão e defender mais um ou mais outro sentia essa obrigação?	44. Exploração
42	44:49	44:55	Lembra-se de que com os seus pais tinha disputar a atenção deles?	44. Exploração
43	46:36	46:39	Mas como é que foi o seu pai tinha prometido que a levava?	6. Clarificação
44	46:47	46:48	Que idade tinha?	46. Questionamento
45	47:52	47:54	Como é que era essa mulher [ama]?	10. Experiência precoce

46	51:07	51:20	Diga-me só uma coisa porque é que ficou com essa sensação foi-lhe dito? a sensação que a sua mãe gostava mais do seu irmão e o seu pai da sua irmã.	10. Experiência precoce
47	55:44	55:47	Portanto atenção era sempre disputada (entre irmãos)?	6. Clarificação
48	56:03	56:11	Quando um tinha o outro não tinha, a sua irmã. teve tolerância nos chumbos a M. não teve tolerância com as negativas, a M. teve direito a brinde a sua irmã não teve sempre assim não é?	10. Experiência precoce
49	01:00	01:01	A questão aqui é que a M. também refere que atenção era um aspeto muito importante na relação que tinha e chegou a dizer que era o que sentia mais falta e foi o que tentamos aqui explorar foi um bocadinho onde é que vem essa falta de atenção, essa necessidade até que ponto é que essa atenção teve que ser conquistada	17 Ligação- não transferencial - a
50	01:01	01:02	Porque independentemente da relação na intimidade que tinha, vê-se que é uma mulher sofrida mas com afeto. Parece que M. diz que ficou sem lugar o seu pai olhava para a sua irmã e a sua Mãe olhava para o seu irmão, tinha que chamar atenção, tinha que afastá-los dos lugar para conquistar o	10. Experiência precoce

			colo da sua mãe ainda que fosse por breves instantes	
51	01:04:50	01:04:59	Claro que teve, teve atenção mas continua a fazer-lhe falta.	47. Reflexão
52	01:05:30	01:06:08	A questão nós podemos ter atenção dos nossos pais mas somos crianças queremos M. e aqui a questão não é responsabilizar ninguém, há necessidades que surgem no momento e que não são correspondidas a forma como depois lidamos e interiorizamos essas coisas é que depois podem ter outro tipo podem depois mais tarde fazer sofrer numa separação.	17. Ligação –não transferencial –(a)
53	01:06:29	01:06:31	Mas agora vamos nos separar, vamos ficar por aqui.	8. Setting Externo
54	01:06:57	01:07:11	A princípio há pausa de agosto mas de qualquer das maneiras em julho e eu estarei à sua espera.	8. Setting Externo

BLOCO D (3,8,12,20) – Início 1ºmês

Código (sessão 3)

Intervenção do Terapeuta

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
1	1:58	1:59	E ficou?	6. Clarificação
2	4:01	4:05	As vezes nos não conseguimos estar felizes quando nos falta.....Alguma coisa.	47. Reflexão
3	4:13	4:15	Sim, mas aqui está, o que a M. está a dizer é que falta-lhe a nível de afetos,	13.Aprofundamento da Compreensão

			queria estar bem a nível e com a realização profissional, também resulta disso, la está, estarmos bem efetivamente.	
4	4:50	4:52	E isso é possível? Risos, também!	6. Clarificação
5	4:56	4:58	Também acho um bocadinho difícil	47. Reflexão
6	5:02	5:25	No entanto a M. diz, que dizia na última seção que tinha saudades de estar bem de estar contente, de se divertir que era o que acontecia quando estava ao pé daquele homem.	12. Material precoce
7	5:27	5:28	Por outro lado também esquecer que quem se ria, quem se divertia, que quem estava bem era a própria M. .	49. Reestruturação
8	5:57	6:02	Era como se a M. quisesse valer esse bem-estar um do outro, quando na realidade quem estava a exteriorizar esse bem-estar era a M. por si só	49. Reestruturação
9	6:31	6:33	E a M. de onde é que acha que isso vem?	6. Clarificação
10	9:30	9:35	Numa redoma, pelo que a M. me ta a dizer.....Onde a M. não teve espaço para a sua privacidade, para a sua vivência.	13. Aprofundamento da Compreensão
11	9:39	9:45	Dai a M. não ter de ir ao centro de emprego chorar ao pé da senhora, a sua tristeza não é?	50. Confrontação
12	10:45	11:00	E segundo aquilo que a M. me têm trazido, também é uma exposição um bocadinho auto-agressiva não é?	47. Reflexão
13	11:02	11:05	Ao qual a M. se bate, porque....	47. Reflexão
14	12:05	12:10	Por outro lado, a M. não ter vindo cá na sexta-feira	8. Setting Externo

15	17:15	17:16	É uma grande diferença.	47. Reflexão
16	18:30	18:37	Vivenciar de alguma forma, porque pelo aquilo que eu percebi o R. se terá envolvido com uma rapariga mais nova, aluna dele.	47. Reflexão
17	19:03	19:05	E agora voltou a revivênciar a mesma situação.	47. Reflexão
18	20:15	20:22	A M. de certa forma diz que todos os homens traem e de certa forma quis confirmar se ele era traidor ou não?	50. Confrontação
19	21:30	22:01	Estou a tentar perceber porque a M. na sexta- feira teve necessidade de não vir aqui a este seu espaço e eu senti, se me é permitido sentir alguma coisa deste lado, que a M. queria certificar-se que eu também teria disponibilidade para si, que arranjava disponibilidade para estar consigo	19- Contratransferência
20	24:05	24:07	Sabe que as vezes os psicólogos têm destas coisas	19- Contra - transferência
21	25:03	25:57	Tive necessidade de falar disto porque sinto que a M. tem necessidade por vezes de abdicar do seu próprio espaço, o seu próprio espaço afetivo, interno e isto decore coisas de procurar situações, veja se faz sentido que as vezes podem ser Auto produtivas o facto de repetir esta situação faz com que repita a situação com a tal rapariga e o rapaz lá do tango, estar no centro de emprego a expor-se, o ir ver os e-mails.	17-Ligação- não transferencial- (E)

22	28:09	28:11	Não quer saber, mas vem a saber não é? (relação com ex-namorado)	50. Confrontação
23	29:32	29:38	É natural que a M. queira saber mas por outro lado tem de saber que são situações que podem ser emotivas.	47. Reflexão
24	31:15	30:18	Não quer se expor ou estar exposta?	6. Clarificação
25	31:33	31:55	Mas isso acaba por ser também a exposição virada para si, porque quando se vê essas coisas, porque apesar de ser uma coisa ligada pelos computadores e redes e assim, é que nos podemos espreitar o outro mas o outro também nós pode espreitar a nós. A M. esta offline ele também pode dar a espreitar a M.. O pensar nessa situação pode dar azo a fantasias.	49. Reestruturação
26	32:05	32:08	Depois pergunta-se se ele a vir online se responde ou se não responde.	47. Reflexão
27	32:58	33:01	M. quem é que lá em casa aplicava os castigos? Quem é que decidia os castigos? O pai ou a mãe e?	10. Experiência Precoce
28	33:15	33:18	Tinha mais? Tinha menos?	6. Clarificação
29	34:04	34:05	Isso com que idade?	46. Questionamento
30	34:45	34:47	Umas palmadas, são sempre castigo.	47. Reflexão
31	36:10	36:11	E os seus pais discutiam?	44. Exploração
32	39:05	39:07	Quando o seu pai falou no ciclo do divórcio que idade tinha?	6. Clarificação
33	40:10	40:15	Estava a tentar perceber de onde é que vem a culpabilização que a M. têm que a obrigava a apanhar palmadas?	17 Ligação- Não transferencial- A
34	41:04	41:05	Depois passava não é?	6. Clarificação

35	45:10	46:11	Ficava a M. com (...) disse-me duas coisas, para já que ficava a M. com a culpa não é? Algum tinha de ficar com as culpas, no meio de família, se a culpa não podia ter ficado com os pais, com algum tinham de ficar. Porque é que uma criança quando os pais estão para se separar pensa sempre que a culpa é dela, culpabiliza-se de alguma forma nem que seja de forma inconsciente. Por outro lado também estava a dizer que as suas inseguranças são ativadas com a presença dos outros, nomeadamente quando o R. a punha em causa ou em situações que surge a competição com outras mulheres.	10. Experiência precoce
36	46:11	46:13	Esta a falar desta miúda agora?	6. Clarificação
37	46:18	46:20	Nunca tinha acontecido ou nunca tinha tomado consciência de que acontecia?	50. Confrontação
38	46:35	46:36	Tente de alguma forma pensar.....	47. Reflexão
39	52:34	52:39	A M. que aparece é uma M. mais infantil? (devido às suas inseguranças)	44. Exploração
40	54:13	54:49	Quando fala que quer estar bem com a pessoa que ama, mas depois a partir de certa altura também tem necessidade de por...Entraves a isso? Isso é que é uma forma de se travar e ser feliz	49. Reestruturação
50	56:02	56:08	Era normalmente a M. que pedia desculpa ou seja, era a M. que dava sempre o passo para ficar bem?	6. Clarificação

51	57:15	57:19	A M. dizia que esse espaço da zanga das outras, às vezes tornava-se um bocado pesado para si?	6. Clarificação
52	01:00:30	01:02:04	Acho que já chegámos a um lado, no início da sessão a M. dizia-me, perguntava-se por que é que não consiga estar bem, não conseguia estar feliz visto ter uma nova perspetiva de trabalho e ser esse um grande objetivo para ficar bem, visto que era algo que há um ano e meio não existia. Porque é que não se deixava disfrutar e gozar desse momento, independentemente daquilo que tivesse feito. Parece que nessas alturas a M. impede-se de gozar as coisas. A culpa, lá está a culpa é o que nos impede de gozar as coisas da vida, lá está a culpa excessiva. Independentemente da M. estar triste lá está, a separação, as outras coisas da vida continuam, portanto o facto de nos estarmos tristes por uma coisa á partida não devia ser impeditivo de gozarmos as outras coisas.	12. Material Precoce
53	01:03:19	01:03:22	Acho que vindo cá e falando pode ser que a situação melhor	7. Orientação

BLOCO D (3,8,12,20) –**Início 1º mês**

Código (sessão 8)

Intervenção do Terapeuta

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	01.43	01.44	E porque diz que correu bem?	6. Clarificação
2	03.47	04.54	Qualquer das maneiras estou a sentir a M mais leve... mesmo, senti na segunda-feira, quando falava no trabalho que está a preparar... senti que apesar das dificuldades, ainda haver, senti que estava mais leve mais, disponível, mais...no ponto de vista. O que me parece que algumas coisas estão a ser levantadas, não é agora esse espaço da tristeza tem sempre esse direito, precisamente quando nós permitimos esse direito de estar tristes, provavelmente não é por acaso que acontece á sexta-feira no dia que temos a consulta, porque é o sítio onde essa tristeza pode manifestar-se, pode sair, pode ser importante	12. Material anterior/ precoce
3	04.59	05.05	Por vezes o que nos acontece á nós corremos á frente dessa á tristeza, passamos a vida a correr á frente, frente da tristeza para ela não nos apanhar	43. Restabelecimento direto da confiança
4	05.32	05.33	A M. sonhou?	46.Questionamento
5	05.45	05.47	Nem tem nenhuma impressão do que era o sonho?	44.Exploração

6	09.47	09.24	Não é só os relacionamentos triangulares, estão, são sempre para além de serem injustos para as pessoas envolvidas, ninguém está inteiro, ninguém está autêntico na relação, pelo menos na nossa cultura, porque há outras culturas que isso é aceite e é normativa, mas na nossa não é. Nunca é uma... é sempre uma situação que remete para situações do passado, situações triangulares do passado, Edipianas, como se queira chamar.	10. Experiência precoce.
7	10.57	10.59	Portanto isso aconteceu ontem á noite?	46. Questionamento
8	10.05	10.06	Provavelmente	47. Reflexão
9	11.14	11.40	O sono, e assuntos, baixam as nossas defesas, não é? Podemos dizer, não é que ache alguma graça nisso, mas vem ao desciam enfim... parece que mais uma vez a M. confirmou a sua tese que todos os homens enganam, todos os homens são traidores como disse da outra vez	12. Material anterior/ precoce
10	11.43	11.44	Traem	45. Ecoar
11	11.49	12.01	Portanto de certa forma foi também há um encontro deste relacionamento quando, não tendo o peso do anterior relacionamento, mas é sempre um relacionamento. Partilhamos com outro, partilhamos intimidades, estamos em relação	48. Reformulação
12	12.08	12.34	Mas mesmo este nível a M. foi mais uma vez... o que me leva a pensar, em colocar a hipótese que, quando é que a M sentiu, traída pelo primeiro homem da sua vida. Sendo que o seu primeiro homem da sua vida, foi seu pai.	10. Experiência precoce.
13	14.08	14.15	Fiquei com a impressão que me disse que foi uma situação e muitas vezes. (quando o pai, prometia e depois não podia)	10. Experiência precoce.
14	14.22	14.25	E coitada da M. que ficava, há espera não era?	44. Exploração

15	15.21	15.22	Um abandono muito forte, não é?	44. Exploração
16	15.37	15.38	Sim, mas era o pai e a M. e, não era?	47. Reflexão
17	15.42	15.56	E por muito afeto que esta mulher tinha demonstrado, que era genuíno, e que a M. respondia, com o pai sempre mudava de figura, não é?	10.Experiência precoce
18	16.00	16.06	Ao deixa-la, enfim para trás	47. Reflexão
19	21.30	21.31	Brincadeiras, seduções?	6. Clarificação
20	23.02	23.05	Seduções	6. Clarificação
21	23.02	23.05	Portanto, estamos então na seguinte premissa, todos os homens são traidores, menos o meu pai	48. Reformulação
22	25.15	25.45	Sim, mas nesta relação com o Rangel havia provavelmente outra profundidade, nos níveis de expectativa... Obviamente disser esse tipo e coisas, é uma defesa. Os homens também dizem as mulheres são todas iguais. Ê as defesas não é?	13. Aprofundamento da compreensão
23	23.10	23.13	E o que o acha que é necessário para acreditar nisso?	44. Exploração
24	28.40	28.41	Se canhar a receita é mesmo essa	43. Restabelecimento direto da confiança
25	30.46	31.15	Ir lá para cima, a M. já comunicou umas coisas com... medo, com a solidão, estar lá em cima e recordar horrores pode significar que, não tenho mais nada, vou enfardar	48. Reformulação
26	31.59	32.09	Vai com certeza a M., há-de conhecer pelo menos uma pessoa, se canhar alguém nem que não seja, com quem falou, que não reparou	43. Restabelecimento direto da confiança
27	32.11	32.12	Também, há, está?	6. Clarificação
28	33.15	33.16	Já conhece lá qualquer pessoa	47. Reflexão
29	33.36	33.37	A sua irmã. vai com os seus pais	6. Clarificação
30	36.25	36.28	São recordações, não ê?	47. Reflexão
31	36.33	36.36	Ê triste recordar uma coisa que já não é, mas ...	47. Reflexão
32	36.43	36.44	Qual é o restaurante?	46. Questionamento

33	39.32	39.33	Acha mesmo que ele não quer estar consigo?	6. Clarificação
34	40.47	40.48	Ê uma relação de irmãos, não é?	47. Reflexão
35	41.00	41.01	A M. fez uma provocação, ele respondeu	39. Reconhecer erros cognitivos
36	41.05	41.15	Quando eram miúdos provavelmente, as vossas idades são as mais próximas. Quando eram miúdos também havia essas coisas, mas chapadas, umas caneladas	10. Experiência precoce.
37	41.19	41.20	Como é de louvar	47. Reflexão
38	41.24	41.25	Essas coisas permanecem, não é?	47. Reflexão
39	41.49	41.50	Estão sempre no picanço	47. Reflexão
40	43.05	43.06	Mas isso é uma realidade não é? (para a M. dizer que gosta do irmão)	6. Clarificação
41	43.07	43.10	Não gosta daquele homem?	6. Clarificação
42			A M. queria jantar com o seu irmão. Ele não a convidou por causa dessas coisas, a M. podia sempre ter dito, pá bora lá. Deu o seu melhor, qual era o problema?	39. Reconhecer erros cognitivos
43	43.32	43.58	Há algumas coisas que as relações de irmãos, tem essas coisas normalmente, mas pode simplificar não é... ainda na base do ... senti que á bocado a M. falou, ...o seu irmão totó e outros nomes mais	48. Reformulação
44	44.05	44.06	Tinha muito afeto	47. Reflexão
45	44.19	44.22	Também há pessoas com quem não vale apenas, não é	47. Reflexão
46	44.04	44.05	Percebe-se	47. Reflexão
47	46.17	46.24	Era o menino que ai correr para o quarto, imagine que a mãe, e se a irmã lhe bate á frente	48. Reformulação
48	46.26	46.27	Eu sei, mas isso tem sempre uma volta não é?	47. Reflexão
49	46.30	46.37	Não, eu estava a dizer, tem volta ou seja, na adolescência este é o meu irmão, e é um grande totó	48. Reformulação
50	46.41	46.42	Estava a se proteger, não é? (estava a referir-se ao irmão da M.)	47. Reflexão

51	46.49	47.08	Se é desligado, ou seja, estava a perguntar estás coisas do seu irmão porque pereceu-me que havia a pontos em comum, coisas muito semelhantes	44. Exploração
52	47.10	47.59	Ê uma hipótese que eu pus, a certa altura a M. falou dele detestar os domingos. E nós já falamos aqui a questão dos domingos. Mas distanciar-se também não se vai resolver com a maneira de ser, tinha a ver com o que estávamos a falar á pouco. Se nós nos envolvemos as coisas correm mal, não é, portanto acabam por ser a mesma coisa, só que são estratégias diferentes. O seu irmão também há um certo, há aqui pontos comuns com a M.	48. Reformulação
53	48.08	48.21	Quando falamos do abandono, traição também é uma espécie de abandono. Os pais vão, como os irmãos e nós ficamos para trás, fica assim uma espécie de traição.	10. Experiência precoce.
54	48.53	48.54	Não podia ver	47. Reflexão
55	48.56	49.59	A questão é essa, como não é essa, como depois disso vivenciado, nós internalizamos essas coisas, quer dizer nós internalizamos essas coisas, quer dizer nós crescemos, quando crescemos as nossas Experiências, as nossas vivências, a maneira como nós vamos relacionar, passam por isso, como nós vivemos pelo primeira vez, seja da primeira vez, que nós sentimos alguma coisa, tende criar um padrão, digamos assim, por vezes pode e por vezes com o reforço, comportamento holista, com o reforço da coisa, habituamo-nos a funcionar assim não é?	43. Restabelecimento direto da confiança
56	49.54	50.09	Estava a tentar perceber exatamente de onde é que vem esse sentimento de abandono...o seu irmão já distanciou isso....	44. Exploração

57	50.10	50.38	A M. também se distancia porque deprimir-se, ou ficar triste em casa, também é distanciarmos do mundo, não é? Também criamos uma distância em relação ao mundo. Fechamos na nossa. O seu irmão põe a distância física, foi para Paris.	17. Ligação não transferencial (C)
58	51.05	51.06	Porque se arrependeu?	6. Clarificação
59	51.16	51.19	Há quanto tempo eles estão lá em Paris?	46. Questionamento
60	52.32	52.33	Mas agora nas férias tentar...	47. Relexão
61	52.48	52.53	Está sempre a dizer isso a M. pode dizer ao seu irmão: - Olha és um maroto, mas eu gosto de ti, gosto muito de ti...	7. Orientação
62	52.58	51.01	Depois habituasse com a insistência	7. Orientação
63	53.02	53.03	Se dizer varias vezes	7. Orientação
64	54.59	55.00	Habituada aprender a estar sozinha	45. Ecoar
65	57.06	58.55	Portanto são duas questões são trabalho para casa, já está na nossa hora. Se teve de aprender a ficar sozinha, houve em alguma altura em que teve que aprender não querer estar sozinha, porque estar sozinha corresponde a qualquer coisa. E por outro lado, o que essa qualquer coisa, determinou que a M. se sentisse por vezes M. companhia para si própria, porque nós quando estamos sozinhos há alturas que nos apetecesse estar com os outros, somos animais precários, estão num espaço de 500 metros quadrados e um grupo de três pessoas vão todas juntas num cantinho. É assim que funciona, somos assim, mas quando não temos ou não podemos, temos de estar, servimos nós próprios de companhia, achamo-nos nós próprios de boa companhia. Sairmos à noite com nós próprios. Eu sei que é difícil também a termos....acerto Economico. Então no caso de uma rapariga, portanto	40. Atribuição de trabalhos para casa

convenção social, mas só de
convenção social, é mais para o
homem é natural ir a um cinema,
ou...

66	59.16	59.35	Eu não diria isso, não me parece e tenho a certeza que a M. tenha um auto estima muito...	7. Orientação
----	-------	-------	---	---------------

67	59.37	01.01.04	<p>Sim, mas é como é como tudo, vamos pensando nas coisas da vida, há alturas que temos de ter alguma coisa mas reforçada. Há alturas....Isso é normal, não parece de a M, como a forma que fala de si, a forma tem inveja de si, também porque se cuida não é, apesar....tango, os seus amigos , rede social. Alguém que tem um auto estima muito estragada, digamos assim, e para esquecer. Portanto haverá aqui um momento mais, portanto não diria que nem diria que a M. não gosta de si. Agora haverá partes suas, é isso que nos interessa aqui....haverá partes suas que impedem ou pelo menos dão essa sensação de não é boa companhia para si própria. Por vezes e tão aparece na questão de um bocadinho de uma certa, auto punição....Estou mais gorda, não quer dizer que esteja, podia estar aqui três horas a contraia-la, mas é que isso é vivido assim, não é ? Também cumpre uma função temos de descobrir qual é. Porque tem depois....Agora não me parece nada, a sua auto estima esteja .</p>	43. Restabelecimento direto da confiança
68	01.01.40	01.01.41	Ficamos por aqui	8. Setting externo

BLOCO C (1,6,15,18) – 6 Meses

Código (Sessão 1)

Intervenção do Terapeuta

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	00.52	00.55	Quando se sente irritada, essa dor de cabeça está associada á sua irritação	6. Clarificação

2	01.16	01.27	Mas a questão do sono não dorme bem porquê? Custa adormecer? Acorda a meio da noite?	6. Clarificação
3	02.09	02.10	Sono vigília	47. Reflexão
4	03.04	03.08	Quando acorda o que é que sente?...com os sonhos que tem....	6. Clarificação
5	03.16	03.22	O que é que associou, quando acorda, acorda com alguma sensação, algum sentimento?	6. Clarificação
6	04.32	04.34	Aqui neste espaço não há coincidências	8.setting externo
7	04.36	04.37	Dizemos aqui que a parte física...	8. Setting externo
8	06.33	06.34	Entretanto já ficou num estado de nervos	47. Reflexão
9	06.29	06.48	Sim, mas em que posição a M. depois fica exatamente sem impressão.	47. Reflexão
10	08.07	08.08	Isso foi na situação...	47. Reflexão
11	08.30	08.31	Conheço	45. Ecoar
12	08.37	08.38	Merecido	47. Reflexão
13	08.44	08.46	Mas quando se sentiu triste, essa tristeza	47. Reflexão
14	08.48	08.49	Sentiu-se mal	45. Ecoar
15	09.02	09.03	Sentiu-se triste	47. Reflexão
16	09.05	09.09	Mas porquê? O que relaciona com....	6. Clarificação
17	09.12	09.13	Sentiu-se frágil?	13. Aprofundamento da compreensão
18	09.43	09.45	Quando é que a sua mãe e contou essa situação ao ...	44. Exploração
19	09.47	09.48	A seguir não é?	47. Reflexão
20	12.34	12.35	Pois ex. cunhados	45. Ecoar
21	12.49	13.50	Uma prenda para si própria	47. Reflexão
22	14.13	14.14	Mas disse que esta esta evoluir	47. Reflexão
23	14.49	14.50	Sente o quê?	46. Questionamento
24	15.16	15.18	O que é sentir-se taralhouca?	6. Clarificação
25	17.42	17.43 Os carecas , são irresistíveis	47. Reflexão

26	17.58	18.07	Qualquer das formas , essa questão da cumplicidade do seu pai	13. Aprofundamento da compreensão
27	19.37	19.41	Portanto a sua mãe...	47. Reflexão
28	21.34	21.36	Há aí várias coisas, a questão dessa cumplicidade, fica a sua mãe, terá tentado protege- la, a desprotege-la, contou mas ao contar....É natural que encontramos muitas vezes nestas situações....Somos presos por ter cão, cuidar de si, não levar em linha de conta a sua família, os sentimentos da M, nomeadamente ainda a magoa que este homem lhe deixou	48. Reformulação
29	22.28	22.29	Foi desatento consigo	47. Reflexão
30	23. 25	23.26	Isso é uma distinção de fato	47. Reflexão
31	24.57	24.58	Está a desculpar o seu pai	47. Reflexão
32	25.27	25.28	Mas gostava que ele tivesse feito isso?	13. Aprofundamento da compreensão
33	25.35	25.36	Como pode ser	47. Reflexão
34	31.33	31.34	Deixar isto para trás	45. Ecoar
35	31.43	31.44	Está a fazer o luto	7. Orientação
36	31.49	31.53	Está a faze-lo aqui e está deixa-lo para trás	17. Ligação não transferencial (d
37	32.14	31.34	Ainda magoa M., ainda a M. ainda se deixa magoar...por a fantasia que este homem consegue alimentar em si	17. Ligação não transferencial (b
38	33.17	33.24	Porque é que a M. deixa afeta...por lembranças desta figura?	13. Aprofundamento da compreensão
39	35.22	35.50	São afetos, afetos para dar de investimento e de gostar do outro, mostrar o gosto dos outros, ainda não sei bem que destino estes afetos, como dirijo estes afetos para um homem que amo, como	43. O restabelecimento direto da confiança

			dirijo estes afetos para a realização de uma atividade que me dá prazer.	
40	35.56	35.57	O que me está a impedir?	13. Aprofundamento da compreensão
41	35.05	36.10	Donde vem essa inercia, porque essa inercia?	13. Aprofundamento da compreensão
42	38.17	38.18	Está zangada com a vida?	46. Questionamento
43	38.28	48.49	Zangada com.... Esta minha família, que não entende os meus sentimentos, cria cumplicidades com homens que abandonaram-me, traíram. E não se apercebem sequer, não veem.....não sabem como me estou a sentir.	17. Ligação não transferencial (c)
44	38.58	38. 59	... Ter levado três croissants... já vai com muita sorte	47. Reflexão
45	41.56	42.40	...a M. sentir-se assim, não é ? Mas depois quando aparece aqui nas sessões trás uma semana cheia de muitas acontecimentos de coisas que fez, que foi troca de afetos que foi fazendo e que ...a sua vida não está parada.... Mas a M. sente assim...que ir para o seu lugar....donde vem esse buraco?	44. Exploração
46	43.42	43.43	Pensa quê?	6. Clarificação
47	44.47	44.20	Quando iniciou o seu processo terapêutico...o que trazemos aqui, começou a pensar	6. Clarificação
48	48.48	48.49	O que é que eu faço agora	7. Orientação
49	49.04	49.05	Entretanto que saiba isso	47. Reflexão

50	49.20	49.27	Há pessoas que ficam nesse primeiro pensamento e acham que as coisas se resolvem magicamente, não é?	47. Reflexão
51	49.28	49.35	Quando é que sabe isso do Google?	46. Questionamento
52	50.30	50.31	Tudo não, tudo é nada	47. Reflexão
53	54.11	54.17	E que chocolate é que come? Come aqueles 70% ou 80 % de cacau?	46. Questionamento
54	54.20	54.22	Esse tem menos açúcar	47. Reflexão
55	54.45	54.56	Pelo menos tinha recheio	47. Reflexão
56	55.08	55.09	Esses são mais docinhos, mais açúcar	47. Reflexão
57	55.30	55.38	Aqueles chocolates pretos da... agora acho que até são de Cabo Verde, são 78% ou 80% de cacau, chocolate em barra, em pouco açúcar, tem lá a substancia de você gosta lá do chocolate, não faz tanto mal não engorda tanto como chocolate de leite ou	43. Restabelecimento direto da confiança
58	48.40	58.41	Essa aposta estava coordenada	48. Reformulação
59	58.52	59.20	Não consegue deixar de, eu preciso de afeto, não consigo deixar de tentar compensar este vazio que sinto... Estando este afeto...	17. Ligação não transferencial (c
60	59.31	01.00.08	A M é alguém muito, com uma capacidade de auto disciplina... vai ao ginásio... vai á dança...	7. Orientação
61	01.02.40	01.02.50	Tinha essa capacidade, vem de trás... não se tiver essa capacidade previamente uma pessoa	43. Restabelecimento direto da confiança
62	01.02.51	01.02.52	Mas já tinha essa capacidade está lá	43. Restabelecimento direto da confiança
63	01.04.30	01.04.31	Mas consegue essas coisas não é?	7. Orientação

64	01.04.39	01.04.45	Mas está questão com a comida também a M. é como tivesse testar o limite. Qual esse limite.	44. Exploração
65	01.04.50	01.05.23	Já tem regras, consigo agir de acordo com as regras, quando estou a tentar quebrar uma regra, estou a tentar ultrapassar um limite, que limite é esse? Quando é que nós fazemos isso, costumamos fazer isto aos 2, 3 anos... Fazemos isto na adolescência, queremos sair á noite, desafiamos os pais, ou a Mãe. Portanto e agora que limite é este que está a ser desafiado aqui?	44. Exploração
66	01.05.39	01.06.30	É como que eu sinto....a M. quando trás esta questão da comida, é como se tivesse á espera que , que eu dissesse qualquer coisa do género, calma-te , não coma, ou não faça isso, ou não faça aquilo . Pelo menos eu sinto isso, na solicitação ...A M. tem trazido nestas ultimas semanas, está questão que está a meter consigo, não é.. Mas trás de uma forma comos solicitar a mim, não é	44. Exploração
67	01.06.35	01.07.36	Houve essa questão sim	47. Reflexão
68	01.06.45	01.06.23	Mas a M. teve essa má Experiência com esse nutricionista... e outro... está não serve... é um pouco como os terapeutas não jogam com as pessoas, e a pessoa não joga... portanto... mas a M. sente isso, muito de uma forma muito... fui enganada por esta mulher, está mulher...	44. Exploração

69	01.07.08	01.07.49	A M. pode tentar	43. Restabelecimento direto da confiança
70	01.07.52	01.07.53	Mas há consultas hospitalares	43. Restabelecimento direto da confiança
71	01.08.14	01.08.31	Mas se for isso que a M. precisa de ouvir ... porque não, se calhar é importante também...isso é uma fantasia sua....Não está ... tem é de fazer isto assim...	43. Restabelecimento direto da confiança
72	01.08.39	01.08.43	Para a semana é Natal, eu posso dar atender na quinta-feira	8. Setting externo
73	01.08.46	01.08.49	Às 11 horas, sim de manha	8. Setting externo
74	01.08.50	01.08.52	Ou às 10 horas, como preferir. Então ficamos por aqui, fica sujeita a confirmação, vou- lhe mandar uma mensagem, porque tenho de ver aqui com agenda	8. Setting externo
75	01.09.35	01.09.36	À partida não há problema	8. Setting externo
76	01.09.55	01.09.56	Até quinta	8. Setting externo

BLOCO C (1, 6, 15, 18) – 6 meses

Código (Sessão 6)

Intervenções do Terapeuta

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
1	01:13	01:16	Ontem, foi quando confirmaram que Sr. ^a não têm?	6. Clarificação
2	09:19	09:21	Está ai o Natal à porta estamos a falar da família não é?	17-Ligação-não Transferencial -C

3	09:26	10:20	Vamos por partes, primeiro a M. já falamos aqui sobre essa situação com a sua irmã.,vive com algum sentimento de injustiça que é legítimo, mas a sua irmã não está a pedir dinheiro e bens matérias, está a procura de afeto, afeto esse que lhe faltou, está a tentar compensar nessas coisas. A sua irmã também sofre de ausência de espaço dentro do seio da família. Em relação à questão da casa os seus pais querem ficar com aquela casa?	13. Aprofundamento da Compreensão
4	10:30	10:35	Eu parece-me que a senhoria está a dar um ultimato, quando as pessoas dão um ultimato estão à espera de alguma coisa.	47. Reflexão
5	11:20	11:23	Sim mas antes de chegar aí há alguma forma de (...)	47. Reflexão
6	11:45	11:49	Então e não pode dizer isso (...)?	6. Clarificação
7	12:25	12:31	Se não correr pelo melhor, mas até lá há um caminho para fazer.	47. Reflexão
8	14:46	15:02	Der repente parece que M. foi a causadora de todos os males, o seu mal começou arrastar-se pelo mundo fora.	50. Confrontação
9	15:26	15:50	Porque é que M. não vê as coisas assim quando estou mal só reparo nas coisas más e projeto e quando estou bem também têm tendência para reparar nas coisas boas, nas oportunidades (...)	49. Reestruturação

10	16:11	16:53	A M. repare, como nós as vezes mesmo que não acreditemos muito nisso, mesmo que só digamos da boca para fora isso também nos condiciona, porque ficamos agarrados a essas coisas mas nessa posição é como M. estivesse disposta a ficar nessa lugar de causadora do mal, porque é que têm que ser assim e depois lá esta têm uma certa razão isso depois têm um retorno, devido à posição que ficamos nos devolve.	49. Reestruturação
11	17:32	17:35	A sua amiga também está deprimida?	6. Clarificação
12	21:00	21:01	A M. responsabiliza-se um bocado por esta situação.	47. Reflexão
13	21:50	21:54	Ela ainda pode estar a jogar a ultima cartada.	47. Reflexão
14	21:59	22:00	Quando?	46. Questionamento
15	30:50	30:52	Para não pensar em si?	44. Exploração
16	33:12	33:12	Qual a diferença de idades (irmãos)?	46. Questionamento
17	33:33	33:36	Então a M. para sua irmã tem 5 anos.	46. Questionamento
18	34:33	34.34	E já disse tudo?	6. Clarificação
19	34:58	35:01	Como é que vai ser o Natal?	46. Questionamento
20	37:52	37:55	Mas o que é que isso quer dizer?	6. Clarificação
21	45:39	45:41	Na adolescência?	6. Clarificação
22	47:04	47:07	Esta falta de afeto que a sua mãe têm (...)	47. Reflexão
23	49:07	49.09	Obriga, a centrar-se em si!	47. Reflexão

24	49:26	49:48	A vida está assim, não só por nossa culpa, temos responsabilidade e é percebendo isso que nos descobrimos percebemos o que temos que fazer, mas primeiro temos que dar esse passo.	13. Aprofundamento da Compreensão
25	49:58	50:01	Já sabe aqui e depois vai começar a sentir aqui!	47. Reflexão
26	50:20	50:28	A M. continua a ter desejos, não é algo assim tão extraordinário, é bom sinal é sinal que está viva!	47. Reflexão
27	51:03	51:11	Têm que se defender ainda para pô-los pequeninos para não os por na dimensão correta deles não é?	50. Confrontação
28	53:21	53:23	Ficou a pensar nesse rapaz?	6. Clarificação
29	55:47	55:57	O que é que a M. acha? Quer dizer não está a trazer isto aqui por acaso percebeu alguma coisa percebeu que houve uma aproximação desse homem	50. Confrontação
30	56:03	56:07	O que é que lhe diz a sua intuição?	44. Exploração
31	56:14	56:16	E a M.?	6. Clarificação
32	57:38	57:45	Já esta aqui a por (...) e se ele não sabe falar outra coisa?	39. Reconhecer os erros cognitivos
33	57:47	58:29	Sinta o desejo, deixe-se estar, este homem dança tango, poderá dar-se a fantasia que um homem que dança, que sexualmente também será bom, terá a expectativa de aprender a fazer amor com este homem tenho desejo de fazer amor bem com este homem é isso não é? Deixe o desejo, sinta,	50. Confrontação

34	58:30	58:31	Vamos ver, para o ano!	47. Reflexão
----	-------	-------	------------------------	--------------

BLOCO C (1,6,15,18) – 6 meses

Código (Sessão 15)

Intervenções do Terapeuta

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
1	00:22	00:23	E o que é que pensa sobre isso?	6. Clarificação
2	00:49	00:51	Como é que isso se faz?	6. Clarificação
3	04:01	04:06	Mas pelos visto nesse campo está assumir a responsabilidade.	47. Reflexão
4	06.24	07:20	De facto é difícil assumir as responsabilidades há pouco dizia-me aquilo que se pretende é transformar a culpa em responsabilidade quando nós deixamos sentir culpa começamos a sentir-nos responsáveis, e depois sentimos o controlo percebemos que as coisas dependem de nós depois lidamos com os nossos sucessos e com os nossos fracassos de forma ajustada é como se neste momento a M. esta a passar uma fase difícil e ainda têm que fazer essas cedências aos	12. Material precoce

			outros que é passar o fim de ano com quem não lhe apetecia, ir jantar e almoçar com quem não queria.	
5	07:27	07:29	Mas depois, come coisas que não queria.	47. Reflexão
6	08:26	08:40	Se o corpo dizer que chega é uma forma de a M. dizer a si mesma que chega. A M. já deve ter percebido que consegue, não é essa gestão esse preenchimento com a comida que vai se libertar do vazio e da tristeza	13. Aprofundamento da Compreensão
7	09:37	09:39	Como é que foi o Natal?	46. Questionamento
8	12:06	12:09	Isso também foi bom a M. foi assertiva deixou-se ficar no seu lugar.	47. Reflexão
9	12:47	12:48	Identifica-se com uma figura feminina (sobrinha).	47. Reflexão
10	14:16	14:22	Mas parece-me que M. esteve bem , foi assertiva, façam o que quiseram.	47. Reflexão
11	14:49	14:51	Mas vai viver para aonde?	6. Clarificação
12	14:56	14:58	Como é que acha que vai ser essa Experiência?	44. Exploração
13	15:46	15:48	Isso foi há quanto tempo?	46. Questionamento
14	16:34	16:41	Parece-me uma boa oportunidade para retomar as negociações.	47. Reflexão
15	17:11	17:13	Têm uma amiga xanax?	6. Clarificação

16	21:29	21:44	Sim mas aí a M. sentiu que era um preço demasiado elevado para aquilo que está em causa, se calhar também já percebeu com o tipo de pessoa que está a lidar.	13. Aprofundamento da Compreensão
17	22:55	23:00	A M. está triste mas está funcional	47. Reflexão
18	23:08	23:20	Os antidepressivos resolvem as coisas momentaneamente, não resolvem tudo!	47. Reflexão
19	24:40	24:45	Mas se calhar, também se identifica com as partes menos boas	49. Reestruturação
20	24:54	24:57	Também há uma função de anestesia.	47. Reflexão
21	26:15	26:19	As vezes as pessoas agarram-se umas as outras para estarem com outros.	47. Reflexão
22	26:57	27:10	Está com um grande peso economicamente e se a M. quando está com outra pessoa e nessa situação têm que estar gastar dinheiro há outras formas de estar.	13. Aprofundamento da Compreensão
23	28:44	28:52	Sim, porque uma coisa é o otimismo outra coisa é negar a realidade.	49. Reestruturação
24	30:44	30:50	(...) Mas também importante que a M. vá vendo que há outros caminhos mesmo que sejam errados.	47. Reflexão
25	31:39	31:41	Está a tomar alguma coisa?	46. Questionamento
26	32:18	32:23	É porque é importante vir se não vinha cá.	8. Setting Externo

27	33:09	34:15	<p>Sim mas atenção que M. faz coisas diferentes vai agora ter com a I. um bocado tentou ir ver deste emprego, também vai estando com as pessoas, não está de uma forma livre devido aos condicionamentos financeiros. Mas quando estamos inteiros com as pessoas esperamos que as pessoas estejam inteiras connosco.</p>	7. Orientação
28	35:04	35:07	Quando não estamos inteiros essas coisas são secundárias.	47. Reflexão
29	35:58	36:03	Provavelmente também ter ido para um ambiente perigoso não ajudou.	47. Reflexão
30	40:43	40:48	M. quando nós já sofremos há alguns anos as vezes quando os abandonos já foram muito sentidos (...)	13. Aprofundamento da Compreensão
31	42:47	42:09	Então era bom ser uma bonequinha?	6. Clarificação
32	43:27	43:29	Não a quer deixar crescer	47. Reflexão
33	43:34	43:42	Não vinha daí a bonequinha mas vinha de um lugar secundário mas que não a preenchia.	47. Reflexão
34	44:23	44:27	Nunca é só um abandono isto é um somar de várias coisas.	47. Reflexão
35	44:42	44:52	É a forma como nós sentimos essas coisas temos que aprender a lidar com o mundo através dessas mensagens.	47. Reflexão
36	45:10	45:12	Não há famílias perfeitas!	47. Reflexão

37	47:43	47:48	Não é por estar com homem que a solidão desaparece.	49. Reestruturação
38	48:00	48:02	Noutra altura? Que era o início da relação?	6. Clarificação
39	48:46	48:50	Zangou-se com eles?	6. Clarificação
40	48:59	49:02	Se calhar o seu irmão também estava chateado com eles.	47. Reflexão
41	49:51	49:57	A M. agora estava a falar da sua relação ao princípio tinha muita atenção e depois (...)	17. Ligação- não transferencial- (E)
42	52:32	52:33	De manipulação.	45. Ecoar
43	52:41	53:05	Sabe que as pessoas manipuladoras não têm uma vida fácil aparentemente parece que conseguem tudo mas o investimento que esta por de trás e a adesão que as move para correr atrás, porque há muito investimento para conseguir manipular o outro e há muito sofrimento nisso.	13. Aprofundamento da Compreensão
44	53:16	53:19	Mas também não pode ser assim, o que é que uma pessoa manipuladora consegue?	44. Exploração
45	53:33	53:36	Consegue nos outros aquilo que não são capazes de fazer por si próprios.	47. Reflexão
46	53:46	53:48	Não é a mesma coisa.	47. Reflexão
47	53:56	54:52	O outro funciona um bocadinho como alavanca motivacional. No seu caso quem age é a Mafalda, uma pessoa manipuladora não tem capacidade de agir põe os outros a	13. Aprofundamento da Compreensão

			agir, não é uma vida fácil, não é uma vida que se deseje.	
48	59:08	59:15	Avaliar pelos namorados que têm (amiga) as pessoas escolhem mesmo as suas relações.	47. Reflexão
49	01:00:32	01:00:38	Porque é que a M. acha que eu penso isso fútil?	18. Transferência- A relação terapeuta/paciente
50	01:02:10	01:02:13	Todas?	6. Clarificação
51	01:02:58	01:03:02	Mas a M. quis ir!	47. Reflexão
52	01:02:18	01:03:20	Mas foi lá ver!	47. Reflexão
53	01:05:01	01:05:06	Diga-me uma coisa M. acha que os acertam no que é que devem fazer?	44. Exploração
54	01:07:05	01:07:07	Então porque é que na altura era fácil e agora não é?	6. Clarificação
55	01:07:21	01:08:36	Ainda não consegue ter. A M. vai poder Experienciar coisas, o que é gostava de fazer? Trouxe um bom modelo, a rapariga que lutou pelo o seu sonho e se o sonho se torna realidade, correu atrás do sonho, sofreu , mas é o que acontece quando as pessoas estão envolvidas os problemas existem. Mas pense no que é que quer fazer!	13. Aprofundamento da Compreensão

BLOCO C (2,7,11,16) – 6 Meses**Código (Sessão 18)***Intervenção do Terapeuta*

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	00.17	00.18	Ficou preocupado?	6.clarificação
2	02.09	02.10	O que é que pensou?	6.clarificação
3	03.47	03.48	E na M.?	6.clarificação
4	04.40	04.47	Mina logo à partida o terreno	47.reflexão
5	04.57	05.24	Mas quando pensa isso, é porquê? Por outro lado tem uma fasquia muito elevada. Aquilo que corresponde a realização. Tem sido vindo de um patamar...porque desvaloriza logo aquilo que à partida irá começar?	
6	05.32	05.33	Nem vale a pena começar	47.Reflexão
7	05.47	05.53	Percebe o mecanismo, está a ver qual é o mecanismo que está aí montado?	46.Questionamento
8	06.00		Nem chega a tentar, haver se corre bem ou corre mal	44.Exploração
9	06.40	06.50	Quando coloca o patamar de excelência isso, essa fasquia tao elevada, é porquê? A quem é que pertence agradar, dessa maneira?	44.Exploração
10	08.24	08.25	Isso fez o quê?	44.Exploração
11	13.14	13.19	Adora escrever, mas continua a escrever para si?	44.Exploração
12	14.34	14.35	A saída profissional, pode ter outros nomes?	47.Reflexão
13	14.52	15.14	Reparar uma coisa, as pessoas que inovaram que fizeram alguma coisa que, muitas vezes começaram a desbravar um terreno, onde não nascia nada, nem sequer era uma saída profissional	49.restrutura

			porque não havia estava a desbravar terreno	
14	15.16	15.42	Há pessoas que, abandonaram-se à sua paixão é conseguir...Sebastião, Raul Salgado era engenheiro de pontes, agarrou-se à máquina, foi para lá...há muitos casos assim	49.Restruturação
15	16.15	16.16	Ai sim, minar porque, de ser suficientemente boa aos olhos de quem?	44. Exploração
16	16.28	16.28	É mesmo aos seus?	6.clarificação
17	16.32		É quando nós envolvemos numa tarefa não	47.Reflexão
18	17.27		A M. disse sou um pau mandado podem tomar as decisões por mim, e não tenho que me preocupar	48.Reformulação
19	17.38	17.42	Eu também acho, que não mas isso era um discurso	47. Reflexão
20	18.22	18.38	Uma pessoa que tivesse hipotecado o seu, a sua capacidade decisão a sua liberdade decidir, ser um pau mandado...não ficaria ninguém satisfeito com essa situação.	28. Contributo do paciente para as suas dificuldades " responsabilidade"
21	18.45	18.48	Sim, isso é fácil, mas a partir daí complica a vida	28. Contributo do paciente para as suas dificuldades " responsabilidade"
22	18.50	19.11	Se empenha, é muito, até pode achar muito confortável de momento, mas se passar muito tempo, passa a ser insuportável, fica muito frustrada	28. Contributo do paciente para as suas dificuldades "

				responsabilidade"
23	19.42	19.46	Está sempre acontecer, olhe no jornalismo acontece muito disso	47. Reflexão
24	19.49	19.53	São despedidos e depois voltam para....	47. Reflexão
25	19.56	19.57	As vezes ficam mesmo em casa	47. Reflexão
26	21.56	21.57	Porque não pode estar linda e maravilhosa, com uns quilos a mais?	6. Clarificação
27	22.26	22.27	Tinha medo de ser gorda não é?	47. Reflexão
28	22.29	22.30	Estamos a falar de homem que não é	47. Reflexão
29	22.32	22.33	Tinha medo de se envolver	47. Reflexão
30	22.34	22.35	Se ele dizia isso é porque podia-se mesmo envolver e depois haver problemas para ele	47: Reflexão
31	23.07	23.08	E sabe porque não vale apena?	46. Questionamento
32	23.17	23.20	Porque se ficar a jeito pode se magoar....Quer ser magoada?	6. Clarificação
33	23.36	23.38	O que gostava de dizer?	6. Clarificação
34	24.27	24.28	O que acha que ele respondeu?	46. Questionamento
35	25. 18	25.19	E a M. não...	47. Reflexão
36	25.23	25.24	E se fosse ao contrário, como se sentia a M. se fosse casar, ter filhos?	13. Aprofundamento da compreensão
37	26.59	27.01	Portanto a M. deu esse poder	7. Orientação
38	28.59	28.40	Mete-os no pedestal	48. Reformulação
39	28.47	29.01	E acha que os homens gostam de ficar nesse pedestal, em princípio	13. Aprofundamento da

			gostam, mas ao fim de um tempo	compreensão
40	29.26	29.30	Acha que não é fácil para ninguém que se diga nessa situação, que seja quando se está num contexto assim, não é muito fácil	47. Reflexão
41	30.16	30.20	Ficam ... em ídolos, e os ídolos o que costumam ter?	13. Aprofundamento da compreensão
42	30.29	30.30	Estava mais a pensar... de barro	47. Reflexão
43	31.43	32.01	Mas ai, por o que a M. também uma aproximação, de feitos que é a M a colocá-los lá em cima e alguém que se gosta de colocar também em cima	17. Ligação não transferencial (E)
44	32.05	32.17	Para esta consigo tinha também de valorizá-la	47. Reflexão
45	32.36	32.37	Tem essas expectativas que ainda não falamos, já ficaram aqui	12. Material precoce/ anterior
46.	32.50	32.51	Isso ainda é uma expectativa	47. Reflexão
47	32-54	32.57	Está já a dizer como vai ser. Como vai reagir	47. Reflexão
48	33.26	33.50	Eu acho que não, isso é sempre complicado, quando não, depois de uma rutura as pessoas ficam, não quer dizer que não aconteça. Mas maior parte das vezes, é um bocadinho receada, ficam amigos, separam-se, que amizade é que fica, é tentar prolongar uma ilusão que não existe, não é?	43. Restabelecimento direto da confiança
49	33.57	33.29	Ou para não haver lá as culpabilizações, essas coisas todas, são estratégias que as pessoas....se M. vai ser fria... portanto tem de vestir a pele de fria, mas isso nota-se não é?...portanto quando se nota...a mensagem que está a enviar ao outro é o	28.O contributo do paciente para as suas dificuldades " responsabilização"

			oposto daquilo que queria não é ?... se chego aqui e digo, agora vou ser frio com a M. começo a ficar muito frio... a M. há-de perguntar Porque?	
50	34.42	34.43	Estava a tentar dizer alguma coisa, não é?	6. Clarificação
51	34.52	34.53	Mas ele sabe isso não sabe?	6. Clarificação
52	34.56	34.57	Pode lembrar mas	47. Reflexão
53	34.59	35.02	Mas isso pode ser complicado, pode ser muito complicado	47. Reflexão
54	35.52	35.09	O risco dessa posição e a M. perpetuar dentro de si, tudo isto, não é?	13. Aprofundamento da compreensão
55	36.12	36.15	Pode ser	47. Reflexão
56	36.30	36.39	A hipótese de lhe bater é o luto é assumir a tristeza	7. Orientação
57	37.06	38.00	Essa é outra espécie de que se calhar merece atenção da M. que é quando aparece essa situação de, eu estou mal, ele está bem, eu queria estar bem e queria que ele ficasse mal... está a competir. Uma coisa é alimentar esta competição e ai. Há bocado falamos na competição da ginástica, a competição boa, como isso fazia bem, fazia como isso fazia bem, fazia a M. sentir bem, quando era pequena estava contente com isso tudo e foi um balde de água fria, foi um abandono, um grande abandono	17. Ligação não transferencial (A)
58	38.33	38.34	Foi um sonho que foi destruído	13. Aprofundamento da compreensão

59	39.02	39.53	Esse ai é terceiro aspeto é não ter futuro, sem saída profissional, não é o caminho, quando se coloca o destino, que agente faz dessa forma, ainda é deixar nas mãos dos outros, aquilo que sabe que é de nós, não é? Não vou fazer aquilo de que eu gosto, porque não tem saída profissional, como se houvesse, aqui uma obrigatoriedade de fazer da formação, aquilo que eu gosto de fazer, uma saída profissional, eu nem sei se está ideia em termos sociais ficou muito enraizada na nessa sociedade	48. Reformulação
60	41.01	41.46	Como se investe afetivamente na vida, se investe nos afetos cá fora as escolhas deixam um certo sabor, nós conseguimos.... Sempre, quando alguém das nossas referências escritores, trabalham na persistência, lutam por se afirmarem por aquilo que quiseram ser. O Saramago é que á partida contrariou o seu destino, ainda por cima no nosso pais na altura.... para tudo para o premio Nobel, não é?... Portanto	43. Restabelecimento direto da confiança
61	42.02	42.41	Acha que é uma questão de muita força, ou uma questão de, enfim de colocar logo um entrave á partida, são coisas diferentes, uma coisa é uma pessoa começar a pegar, começar não ter força. Fica, deixar-se ali, não ter força, outra coisa é, pegar logo o mecanismo de... Nem vale apenas começar...um patamar tão elevado	28, O contributo do paciente para as suas dificuldades " responsabilização "
62	43. 06	43.22	Porque eu ainda tenho medo de colocar os afetos cá fora...porque quando meti os	38. Identificação

			afetos cá fora, faz parte das desilusões.	o de crenças subjacentes
63	43.24	43.34	Não sou suficientemente mada...Estes meus afetos quando os ponho, os outros não cuidam deles	38. Identificaçã o de crenças subjacentes
64	44.23	44.24	Amarinhar na cabeça é bom sinal, faz parte...	47. Reflexão
65	46.59	47.00	Isso é relativo não é?	47. Reflexão
66	47.07	47.25	Mais uma razão, independente do nível dos afetos da relação construtiva na intimidade há afeto envolvido, não é, mais uma vez não tem de concluir os seus afetos.	14. Incongruênc ia entre o afeto e o discurso
67	47.26	47.28	Não faz isso muito bem.	47. Reflexão
68	47.38	47.40	Alguém que agora	47. Reflexão
69	48.18	48.19	Mas se põe a jeito para....	7. Orientação
70	48.44	48.50	Podemos colocar a hipótese aqui uma repetição das situações	13. Aprofundam ento da compreensã o
71	48.56	48.59	Coisas que aparecem, mas depois não são...	47. Reflexão
72	50.30	50.31	Mas ainda bem, que vai lá	7. Orientação
73	50.33	50.34	Mas o que faz é que vai lá	47. Reflexão
74	51.01	51.08	Mas não vai alguém? Por acaso vai a um profissional, por acaso é um dos maiores nomes que temos na nutrição	47. Reflexão
75	51.11	51.13	Vai ao sítio certo	47. Reflexão
76	52.05	52.06	Esclerose?	46. Questionam ento
77	53.17	53.18	Se calhar é por isso	47. Reflexão
78	53.30	54.00	Mas é frequente as pessoas que não tem perceção, podem até perder bastante peso, mas se a imagem corporal não se nota, até a própria imagem corporal esta alterada, mas se a pessoa não perceciona isso depois	39. Reconhecer erros cognitivos

desiste porque fez o sacrifício....				
79	54.16	54.29	A M. estava a dizer que neste espaço que se calhar que a sua irmã está a tentar comunicar com o peso que tem	49. Reestruturação
80	55.51	55.53	Porque eu não sou uma mulher bem comportada as vezes	48. Reformulação
81	56.00	56.01	Ah, pois é	47. Reflexão
82	56.05	56.06	Como um pau mandado	48. Reformulação
83	56.17	56.18	Não soa bem, pois não?	6. Clarificação
84	57.38	57.39	As vezes também da para sofrer. Vestimos a nossa mascara, mas depois é outra	48, Reformulação
85	58.07	58.10	E por isso que ia de 8 a 80 não é. Depois não há ali meio-termo	48, Reformulação
86	59.20	59.32	Porque em casa a M. se portava bem, não era notada, quando se portava mal...	
87	59.44	59.56	A M. tinha de arranjar personagens que investia, coisas que ia fazer	10. Experiência precoce
88	01.00.01	01.00.02	Isso quer dizer alguma coisa	6. Clarificação

89	01.00.17	01.01.28	Bem a verdade a percepção que tenho aqui, não só que a M. trás, mas fala na sua irmã. que é também apanha a sua autonomia que também é dependente financeiramente dos seus pais, que se deixa desfigurar, aumentando de peso, sem cuidar ...é alguém que não está, leva a sua vida sem razão, teve de fugir para longe. Neste contexto a M. parece de alguém que esta agarrada à sua vida melhor que os seus irmãos. Vem aqui saber de si. Vem cuidar de si, está bem, foi através do seu pai que me conhece. Ótimo, ainda bem, estás coisas também tem de ser praticas. A M. também podia ter pegado no telefone e ligar para a tal Isabel para marcar	48. Reformulação
90	01.01.56	01.02.17	Isso quer não dizer que a felicidade deles esteja plena. E é curioso que agora já estamos a falar de competição, outra vez, já depois de termos falado	48. Reformulação
91	01.02.25	01.02.26	Compete	47. Reflexão
92	01.02.30	01.07.08	Não é mau,mas temos de saber quando competimos, há coisas que estavam em jogo, e temos de saber o porquê, competimos , parece um bocadinho assustador	47. Reflexão

BLOCO A (2,7,11,16) – 12 Meses**Código (Sessão 2)***Intervenção do Terapeuta*

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	03.19	03.20	O que é que sentiu M.?	6. Clarificação
2	07.50	07.58	Mas quer dizer, que de certa forma, mas a M. já tinha percebido isso não era?	13. Aprofundamento da compreensão
3	08.31	08.32	Não quis ver	45. Ecoar
4	08.57	08.59	Traída	47. Reflexão
5	09.36	09.39	O quem é que magoa ou mais a M. neste?	44. Exploração
6	12.25	12.26	Mas vai poder estar com ela?	6. Clarificação
7	15.46	15.50	M. já sabia que este homem fez uma aproximação e depois retirou-se, não é?	26. Mecanismos defesa/ negação
8	16.48	16.49	E ai a M. não desconfiou?	26. Mecanismos defesa/ negação
9	17.16	17.24	Qualquer das maneiras ai qualquer coisa... a M viu avaliou, mas depois é como se ficasse impedida de acreditar naquilo que (...)	26. Mecanismos defesa/ negação
10	17.52	17.53	Não isso não é, funciona lá atras	47. Reflexão
11	18.14	18.33	O que é que acontece quando a M. intui as coisas, e as suas intuições estão corretas mas depois arranja uma racionalização ou uma defesa qualquer para a impedir de ver o que tinha visto bem, o que acontece a seguir	26. Mecanismos defesa/ negação
12	18.36	18.37	E magoava-se	45. Ecoar
13	19.00	19.01	Mas assim magoa-se na mesma, não é?	6. Clarificação

14	19.10	19.28	Mas se tivesse percebido antecipadamente, afinal esta rapariga está interessada no (. ..)Isto não me convém o melhor, vou me retirar, não vou esperar era confrontada com o fato consumado.	28. O contributo da paciente para as suas dificuldades" responsabilização"
15	19.34	19.51	Acaba por ser mais magoativo, este processo acaba por ser mais magoativo nos dois sentidos, por um lado constata, mas por outro lado também magoa, a própria M. ver que se tinha apercebido, mas não quer ver	26. Mecanismos defesa/ negação
16	19.54	19.56	E volta ser duplamente contra a M. mais uma vez	26. Mecanismos defesa/ negação
17	20.00	20.01	Mais uma vez ingere comida de forma de...	47. Reflexão
18	20.26	20.28	Quando é que a M. vai parar se castigar a si própria	13. Aprofundamento da compreensão
19	20.51	20.57	Quando é que isso começou, não é?	13. Aprofundamento da compreensão
20	21.28	20.47	Consegue a pensar nalgum episódio da sua vida, não desses mais recentes que já trouxe aqui, mas antes, do relacionamento, ou que se tenha sentido enganada?	6. Clarificação
21	22.21	22.23	E quando sentia essas coisas, o que pensava em relação ao teu pai?	10. Experiência precoce
22	22.38	22.47	Como aqui fiz as coisas bem-feitas mesmo assim, porque quis saber deste lado quis construir uma amizade com está rapariga	17.ligação não transferencial- (a)
23	24.08	24.15	As vezes as meninas que são entregues as empregadas, para tomarem conta delas, são as meninas que fizeram algo de mal, não é?	10. Experiência precoce
24	24.36	24.40	Repare não estou a julgar a qualidade da relação que tinha com	17. Ligação não transferencial -(a)
25	24.51	24.57	Mas porque pensa...	6. Clarificação

26	25.44	25.46	Explicação pode uma menina encontrar para (...)	6. Clarificação
27	26.56	26.57	Porquê?	46. Questionamento
28	27.23	27.24	Assim a M. agora podia comer o chocolate	47. Reflexão
29	28.08	28.09	Mas depois era bom?	6. Clarificação
30	29.39	29.45	Se sentia rejeitada não é? Era uma já situação triangular, duas mulheres e um homem	47. Reflexão
31	29.54	30.00	Quando falamos aqui que esta raiva vem de muito de trás, a M. já conhece... já conhece esta situação	47. Reflexão
32	31.07	31.25	Sim, mas ainda assim parece e que coisa um bocadinho invertida, o benjamim da família, sendo a M. queria todas as atenções, porque que foi punida por isso não é?	10. Experiência precoce
33	33.21	33.22	Pois, um ciúme por o meio	47. Reflexão
34	33.59	34.12	Eu não duvido que a M. foi amada, se não tivesse sido amada não poderia sentar ai. A questão é porque volta não volta	47. Reflexão
35	40.24	40.26	O que pensou? Pensou nele porquê?	46. Questionamento
36	41.42	41.59	E no entanto hoje	47. Reflexão
37	43.42	43.44	E que o processo acaba por ser semelhante, não é?	26. Mecanismos defesa/ negação
38	43.58	44.05	As coisas seguem um caminho que depois volta-se contra a M.	26. Mecanismos defesa/ negação
39	44.18	45.09	Quer nesta situação de tem pontos em comum, com o que aconteceu com o Rangel não é por acaso que a M. faz a associação entre duas coisas.....Volta-se contra a M.... Hã uma altura como diz as coisas estavam a comer bem estava feliz...pimba...até quando eu estava a ficar melhor a dar sentido as coisas, ficar com mais alegre, fico envolvida	47. Reflexão

em situações magoativas ,
que impedem, claro toda a
gente diz, esta com um ar
pesado.

40	45.31	45.55	Mas agora porque para onde vem....que era uma menina crescer com um pai que Uma vez dava colo, era entusiástica e por outras vezes não cumpria, pode causar raiva	10. Experiência precoce
41	46.46	46.54	Sabe que independentemente de estar triste ou não, as vezes se comer e aumentar o peso, vai ficar...	13. Aprofundamento da compreensão
42	47.08	47.09	Para apaziguar o quê?	13. Aprofundamento da compreensão
43	47.16	47.17	Preencher um vazio	47. Reflexão
44	48.10	48.17	Esse colega que apareceu no sonho da M. lá do trabalho é um homem interessante?	27. A utilização de símbolos
45	53.18	53.19	Que idade tem o primo da Patrícia?	46. Questionamento
46	53.33	54.06	Bom, pelo menos a M. vem aqui dizer, apesar disto tudo, de me sentir enganada, traída por estes dois homens tenho desejos, olho para os homens e acho os interessantes, desta vez fez o estrago não foi grande fez me lembrar coisas do passado, mas a verdade que ainda não anulou os desejos...	49. Restruturação
47	54.06	54.07	E como a M. diz o colinho não é?	49. Restruturação

48	54.16	54.51	E o colinho que as vezes magoam a M. engole, e depois engole inteiramente estas situações para compensar nalguma coisa que dá prazer, de uma maneira geral a comida é reconfortante...Mas a M. pode-se ficar por ai. Tenho aqui o conforto, mas também a lado que é a punição	17. Ligação não transferencial (d)
49	55.30	55.31	Vamos ficar por aqui	8. Setting externo

BLOCO A (2,7,11,16) – 12 Meses

Código (Sessão 7)

Intervenção do Terapeuta

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	03.12	03.14	Já consegue digerir essas... por trás da comida não é esta compensação alguma coisa... Outras maneiras de compensar a comida, não é por puro prazer.	7. Orientação
2	06.20	06.21	Por estar a desfrutar ...	48. Reformulação
3	06.31	06.32	Porquê?	6. Clarificação
4	06.33	06.34	Porque não vai faze-lo?	6. Clarificação
5	07.07	07.09	As pessoas normalmente fazem aquilo que conhecem, não é?	47. Reflexão
6	07.26	07.35	Como é que eu a M. estou a ficar mais madura. Como vou lidar com a maturidade dos outros...	17. Ligação não transferencial (d)
7	09.43	09.46	E estava preocupada, e as outras noites não dormiu?	6. Clarificação
8	10.53	10.54	Lá em casa quem era o primeiro acordar?	6. Clarificação
9	12.00	12.02	Quando dizia dormia muito o que é exatamente?	10. Experiência precoce

10	12.52	12.53	A sua mãe dormia mais (...)	47. Reflexão
11	13.38	13.44	Há bocadinho disse uma coisa curiosa, que a sua mãe acordava para penteá-la	47. Reflexão
12	14.38	14.40	Qual era a sensação da M. agradável	6. Clarificação
13	15.21	15.22	Mas porquê?	6. Clarificação
14	16.59	17.09	Curioso associar mais uma vez o alimento, a alimentação, a falta de sono e a dormir porque se me pudesse dar uma resposta porquê?	13. Aprofundamento
15	18.01	18.02	Porquê?	45. Ecoar
16	18.06	18.46	Sim, mas a questão é, ontem estava bem, estava com os seus pais, estava com a sua cunhada de que gosta, estava numa festa, esse vazio é ter prazer das coisas, não é, a M. gostar da vida	48. Reformulação
17	19.23	19.55	E que não é, não parece mais uma vez, parece aqui, com, fui comer qualquer coisa, que tive vontade apeteceu-me, naquele momento, aquilo parece isso, mas depois aparece a culpabilização. O prazer poderia ter tido saborear uma coisa que apeteceu-me, que teve desejo e assumir esse desejo e depois tem a culpabilização, que e a M. arrepender-se.	49. Confrontação
18	19.59	20.08	A última sessão falamos disso, não havia um homem lã em casa, que assim como dava colo e afeto também dava castigo e	10. Experiência precoce
19	20.22	20.35	É assim, como os homens que a M. se envolve também são homens que depois lhe abandonam, ou...os poderia abandonar, portanto ainda estamos aqui a ver	10. Experiência precoce

20	21.29	21.31	É aqui o psicólogo também é moreno	18. Transferência relação terapeuta/paciente
21	21.38	21.42	É aqui a questão.... A M. é uma mulher coerente	47. Reflexão
22	21.57	21.59	O seu pai é moreno de olhos claros....	47. Reflexão
23	22.41	22.52	Normalmente se apaixonamos por pessoas que são parecidas com um dos nossos pais, progenitores do sexo oposto ou versão inversa....	17. Ligação não transferencial (a
24	23.51	23.52	Quem era a outra?	6. Clarificação
25	23.38	25.38	Mas pelo menos já sabe que aquele foi o primeiro homem da sua vida, com quem teve bons afetos que deixou marcas, marcou a forma como relaciona também, não é, Estar atenta.	10. Experiência precoce
26	26.08	26.28	Agora tem de perceber... perceber aqui exatamente porque colocou, a M trouxe primeiro esse rapaz da praia, como uma das coisas boas, no início da sessão. Agora esta um rapaz que agora estava a gostar de si, mais uma vez, uma situação triangular	12. Material precoce
27	26.58	27.07	Mas pelo menos este homem abriu-lhe o jogo, não é?	6. Clarificação
28	27.17	27.18	Sabe disso?	6. Clarificação
29	28.23	28.30	Qualquer maneira, voltando um bocadinho as questões singulares a M. dá sempre	47. Reflexão
30	28.31	28.31	A M. dá sempre nome a tudo	47. Reflexão
31	28.44	28.49	A questão das situações triangulares há sempre alguém que fica de fora	49. Confrontação
32	28.59	28.55	O que é que isso quer dizer?	6. Clarificação

33	29.06	29.34	Quando o seu pai dizia, tinha discussões com a sua mãe e ameaçava ir-se embora, a M. trouxe isso recorda-se falou várias vezes que isso era, surgiu varias, nas sua família na sua fantasia para onde ia o seu pai?	10. Experiência precoce
34	29.40	29.41	Em adolescente, não é?	6. Clarificação
35	30.12	30.17	Tinha que ter algum ganho, não é? Em sonhos	27. Utilização de símbolos
36	30.20	30.31	Como é que isso a faz sentir?	6. Clarificação
37	32.21	32.22	O seu irmão?	6. Clarificação
38	34.10	34.11	Era sempre coisas mais importantes, não é?	6. Clarificação
39	34.44	34.45	Havia coisas mais importantes	45. Ecoar
40	35.01	35.11	Às vezes uma menina em pensar em separar os pais, pode ser uma culpabilidade.	13. Aprofundamento da compreensão
41	35.48	35.52	Lá arranjam maneira de estar juntos, naturalmente.	48. Reformulação
42	36.03	36.10	Estava aqui a tentar perceber exatamente, porque a M. é que colocava a questão, não é?	47. Reflexão
43	36.32	36.33	Será a separação dos seus pais?	44. Exploração
44	36.44	37.00	É certo é que a M., vai tendo situações triangulares, e a primeira situação triangular, que nós vivemos é precisamente essa...é com os nossos pais.... Nosso o amor da mãe, nosso o amor por o pai.	10. Experiência precoce
45	37.09	37.10	Mas é um plano a competição	44. Exploração
46				
47	37.24	37.28	Ai é outra questão, que tenho vindo aguardar, mas que temos de ver nomeadamente porque é a M. acha fica com o lugar com a sua irmã porque não	44. Exploração

			havia espaço no seu pai e na sua Mãe para a M.?	
48	38.21	38.22	O que é que dá mais culpa?	44, Exploração
49	38.27	38.28	A questão de Édipo é complexo por causa disso, não é?	44. Exploração
50	39.11	39.25	A menina não pode pensar afastar a Mãe para ficar com o pai, para ficar com o pai, ainda por cima porque gostamos, como se pode pensar nisso, não é?	10 Experiência precoce
51	39.25	39.46	Porque a M. queria de fato a sua M, há pouco quando falou, apesar daquela coisa do cabelo ser doloroso, apareceu como um cuidar da sua Mãe, uma espécie de carinho, de uma festa que a sua Mãe fazia no seu cabelo, não é?	10. Experiência precoce
52	39.59	40.00	Era o contato com a sua Mãe chegou a pensar que seria o seu Pai	10. Experiência precoce
53	40.46	40.53	Era o seu pai ameaçar que se ia embora de fato?	44. Exploração
54	41.22	41.23	O que é que isso faz a uma criança?	13. Aprofundamento
55	41.59	42.22	Está aqui a supor que há os processos inconscientes não é? Nós não, depois desta, uma forma de funcionar em que aquilo que dá prazer também é aquilo que retira o prazer aquilo que dá afeto, também é aquilo que é castigadora, portanto é um bocadinho na tentativa de compreender estes...	50. Confrontação
56	42.07	43.15	Será que agiu como alguém que sabendo que terminando os estudos estava a separação, será que não estava adiar?	44. Exploração

57	43.26	43.27	Ela querera dizer aos seus pais, não era a si?	44. Exploração
58	43.28	43.32	Uma criança que á partida não tem?	44. Exploração
59	43.57	43.59	A M. não está disposta a perdoar, não é?	44. Exploração
60	45.13	45.21	Portanto também houve sequelas para o lado da sua irmã., dessas situações	44. Exploração
61	45.35	45.40	O que é isso querera dizer? Quando dissermos de alguém coitadinho	6. Clarificação
62	46.18	46.19	O que isso faz pensar?	6. Clarificação
63	47.22	47.23	Bom, o que acha?	6. Clarificação
64	47.23	47.50	O seu pai era um homem seguro?	46. Questionamento
65	47.52	48.11	Certas pessoas tem necessidade de mostrar aos outros que são seguras	47. Reflexão
66	49.22	49.23	Soube gerir a situação não é, vi o que era melhor	7.Orientação
67	50.14	50.16	Dar parte de fraca	45. Ecoar
68	50.30	50.43	Por outro lado, mostra-se demasiado segura, pode mostrar-se demasiado segura, pode fazer com que os homens, enfim estejam dispostos a troca-la porque acham que sai descrita na situação	17.ligação não transferencial (c
69	51.19	51.26	Eu estava lhe dizendo isto, pensando no caso da Diana e do Frederico.	47. Reflexão
70	52.13	52.16	Neste caso, que insegurança é que....	6. Clarificação
71	54.27	54.30	Então pronto, temos, vamos nos defender desta maneira	43. O restabelecimento da confiança
72	54.44	54.50	Já sabe como estas coisas aparecem, não é?	6. Clarificação
73	55.10	55.13	O nó é o quê? A sensação de capacete, é o quê?	13. Aprofundamento da compreensão
74	56.17	56.20	Seja como for o restoQue queria ter... o resto... que tem tudo	47. Reflexão

75	56.36	56.38	Ou M. isto aqui ou na china	47. Reflexão
76	56.46	56.47	Não sei como era... é que o que é... A M. é que trouxe	47. Reflexão
77	56.56	56.58	Um carro também é um ciclo fático	43. Restabelecimento da confiança
78	57.16	57.17	Esta na hora, vamos ficar por aqui	8. Setting externo

BLOCO A (2,7,11,16) – 12

Meses

Código (Sessão 11)

Intervenção do Terapeuta

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	01:03	01:04	O que pensa?	6 Clarificação
2	01:10	01:16	O que é que pensa, para além disso, o que associa este peito nesta altura?	6 Clarificação
3	03:08	03:09	Aula de tango?	6 Clarificação
4	04:18	04:19	O que é que sentiu?	6 Clarificação
5	04:43	04:44	Uma mulher não é?	12 Material precoce anterior
6	06:54	06:58	Qualquer das formas aparece mais uma vez uma mulher	12 Material precoce anterior
7	08:01	08:02	Acupunctura para quê?	6 Clarificação
8	03:03	03:04	Emagrecer	45 Ecoar
9	10:10	10:11	Mas isso quer dizer o quê?	6 Clarificação

10	11:30	10:31	Estava?	6 Clarificação
11	13:14	13:15	Ah sim...tinha-me dito	47 Reflexão
12	14.11	14.40	Primeiro...há uma situação em que foi enganada....um passo do tango, da Mariana e depois vingava-se na comida.	17. Ligação não transferencial- c)
13	14.57	14.58	Portanto M....	47.Reflexão
14	15.22	15.24	Mas a M. não está no mesmo sítio, não é?	7.Orientação
15	16.24	16.25	O que a M. pensa desses sonhos?	27. Utilização de símbolos
16	17.14	17.18	E o que a M. não faz as coisas?	6.Clarificação
17	19.03	19.09	A M. irrita-se com a sua Mãe, como com o seu pai também se costumava-se irritar, não é?	17.Ligação não transferencial-C)
18	19.45	19.48	Então a M. está preocupada com a sua Mãe?	15. Sentimentos inaceitáveis
19	20.40	20.56	Portanto não é a vida da M. que se está a desmoronar, não é? A M. é que sente que é ...Há aqui o seu pai e a sua Mãe que estão a deixar cair as coisas.	17.Ligação não transferencial.- C)
20	22.51	22.52	Ou aproveitou-se, não é?	6.Clarificação
21	23.46	23.57	Era como se a M. não pudesse ver que neste caso, ...esse seu amigo não estava a falar consigo	17.Ligação não transferencial-d)
22	24.18	24.19	E a M. não gostou porquê?	6.Clarificação
23	24.27	24.28	Essa crítica foi diretamente a sua negação, culpabilização?	6. Clarificação
24	25.36	25.41	Como se a comida fosse, que comida, comeria? Vai fazer ainda, não é?	46. Questionamento
25	36.42	36.46	O que isso ia resolver M.?	6. Clarificação
26	26.51	26.55	A tentar competir com o Rangel?	13. Aprofundamento da compreensão
27	29.18	29.23	Ou pelo menos temos que ver, que a M. vai ter com homens, que já não estão disponíveis.	12.Material anterior/precoce

28	30.21	30.33	Dependendo do homem da vida da M. não estava disponível, porque está casado com a sua Mãe, e por outro lado, não estava disponível com a sua Mãe, não estava disponível porque estava sempre a trabalhar, estava muito ocupado.	10.Experiência precoce
29	30.46	30.47	Mas isso já sabia que...	47.Reflexão
30	30.55	31.05	A M. tem de estar atenta, não é? Já sabe tem tendência para ir á procura deste tipo de situações.	43. Restabeleciment o direto da confiança
31	31.10	31.12	O que é o certo é que a M. se sente enrolada nestas	47.Reflexão
32	31.15	31.56	Mas entretanto também aparece aqui a questão das mulheres na vida da M. A mulher que é a sua cunhada, que serve como um pouco de escapatória, não é? Para a questão da sua Mãe que parece semiperdida, não é? Está mulher agora que aparece a dar aulas de Tango que é uma coisa que a M. tinha?	17. Ligação não transferencial- c)
33	31.56	31.58	Quase como se a M. acreditasse numa espécie de exclusividade que tinha, mas depois há sempre alguém	39. Reconhecer erros cognitivos
34	33.56	33.58	É o mais natural que queira um homem só para si, não é?	6.Clarificação
35	34.09	34.39	Mas ai é outra questão, quer a exclusividade, é como se a M. se agarra-se muito a essa exclusividade e não pudesse perceber que à volta podia haver outras coisas que interferiram, ou capazes de interferir com essa...	39. Reconhecer erros cognitivos
36	34.47	34.57	Como se nos momentos, em que o seu pai pouco lhe pegava ao colo, brincava com a M., fossem momentos únicos, mas depois....	10.Experiência precoce

37	35.03	35.06	Como se a M. esquecesse que havia os seus irmãos, a sua Mãe, que havia ali...	10.Experiência precoce
38	35.36	35.37	E o seu irmão? Sim essa atenção muito...	47.Reflexão
39	36.35	36.41	Com a questão da M. como os seus irmãos eram cada um dos seus pais....	44. Exploração
40	39.37	39.38	E para onde ela foi?	46. Questionamento
41	40.09	40.14	Mas a M. estava em permanência?	46. Questionamento
42	40.15	40.16	Vivia convosco	45.Ecoar
43	40.18	40.19	E a sua filha?	46. Questionamento
44	41.25	41.26	Tinha que idade?	46. Questionamento
45	41.28	41.30	Sim, a M. e a filha?	46. Questionamento
46	42.05	42.10	E há pouco a M. estava a dizer que na adolescência tinha sido brusca com a M., porquê?	46. Questionamento
47	44.26	44.29	É como uma parte do seu pai, se manifestasse na M.	10. Experiência precoce
48	44.42	44.45	Os nossos avós fazem os nossos pais....	10. Experiência precoce
49	44.57	45.02	Qualquer coisa que fosse que rejeitasse a M., qualquer coisa que fosse.....	44.exploração
50	45.06	45.08	o que é certo é que tinha de lutar muito para ter atenção deste homem	10. Experiência precoce
51	45.56	46.11	Tinha uma relação maior com a sua Mãe do que com os seus avós, e fiquei na expectativa que tinha uma relação maior com M., do que com a sua Mãe?	44.exploração
52	48.02	48.03	Mas foi castigado?	46. Questionamento
53	49.30	49.53	Sim, continua a falar, que tem essa necessidade, pois é como se tivesse á espera... não era exatamente assim, como espera, portanto passa de um diálogo, como um pouco radical, estamos a falar de contratempos.	39. Reconhecer erros cognitivos

54	50.18	50.19	São como são, não é?	47.Reflexão
55	50.20	50.21	Como?	6. Clarificação
56	50.52	51.09	Pois, como qualquer das formas é uma espécie de um afeto de compensação relacionado com a comida	43. Restabeleciment o direto da confiança
57	51.14	51.19	Ê como falava há pouco, se era a M. que fazia esse, a M. que metia o molho por cima das almondegas, por cima do puré.	43. Restabeleciment o direto da confiança
58	51.25	51.30	Como se a M. fosse a compensação de alguma coisa, que faltou, de algum afeto que a M diz que sou tão ávida dele, que preciso tanto, porque houve um dia que esse afeto lhe faltou.	10. Experiência precoce
59	52.56	53.00	Então desses mimos todos, qual foi o mimo que lhe faltou?	13. Aprofundamento da compreensão
60	53.35	34.15	Pois é. Ê uma possessividade, mas também por outra relação as mulheres é como se anulasse muito isso, não visse o interesse da Diana por o mesmo rapaz, não visse que está rapariga também estava no lugar do tango, mas é ai nessa parte a verdade que é muito possessiva. Também desvalorizo este lado, o lado das mulheres, é como se....	17.Ligação não transferencial-e)
61	54.30	54.38	A M. tem necessidade de se zangar com ela não é? Não é só repetir o que o seu pai fazia, até porque....	10. Experiência precoce
62	55.01	55.06	A M. alguma vez achou que a sua Mãe era uma mulher deprimida ou estava deprimida?	44.Exploração
63	56.42	56.48	Então achou que a sua Mãe também tem dificuldade em expressar os afetos, não é?	13. Aprofundamento da compreensão
64	57.11	57.16	A zanga foi de tal maneira, que a M. teve anos sem ver a sua Mãe.	47.Reflexão

65	57.49	58.05	Já falamos não é? Essa.... Da M. é assim, muito significativa, porque provavelmente teve muitos anos sem falar com a sua Mãe, falar no sentido de se entenderem, haver uma...	10. Experiência precoce
66	01.00.36	01.00.38	Nós não se podemos zangar com os nossos pais, zangamo-nos connosco próprios.	10. Experiência precoce
67	01.00.54	01.00.55	Ficamos por aqui	8.Setting externo

BLOCO A (2,7,11,16) – 12 Meses

Código (Sessão 16)

Intervenção do Terapeuta

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	00.13	00.14	Porque acha que lhe vou dar na cabeça?	6.Clarificação
2	03.00	03.01	Mas porque chorou?	46.Questionamento
3	03.02	03.03	Todos os dias	45. Ecoar
4	03.51	03.52	Mas ai no ombro?	6. Clarificação
5	04.17	04.18	Aconteceu no domingo?	6. Clarificação
6	04.27	04.30	Mas o que é que a M. achou que eu lhe ia dar na cabeça?	6. Clarificação
7	04.53	04.54	E agora neste caso?	6. Clarificação
8	06.02	06.33	E ficou triste?	6. Clarificação
9	07.01	07.03	Mas ainda faltam mais notas para....	6. Clarificação
10	08.44	08.45	Medo de crescer	15. Sentimentos inaceitáveis
11	09.25	09.26	O que há ai M.?	6. Clarificação

12	09.37	09.46	É verdade que quando nós crescemos podemos depois perder, reacear perder o amor do pai.	10. Experiência precoce
13	10.37	10.49	O que é certo, é que há, a M. vai se divertir, vai estar bem, e passa um bom momento, pumba, e a seguir é castigada, e um castigo valente	44. Exploração
14	11.25	11.37	Pois não bastou logo, para além disso, teve de se auto punir, portanto é o braço esquerdo, não é?	44. Exploração
15	11.40	11.41	A M. é destra?	46. Questionamento
16	12.52	12.53	As Bolachas, também não?	46. Questionamento
17	15.23	15.25	Mas, come, portanto o padrão continua a ser no final da tarde?	13. Aprofundamento da compreensão
18	15.28	15.29	Ê a noite	45. Ecoar
19	15.30	16.19	Quando está sozinha, sente-se só? Portanto a M. é má companhia para si própria?	13. Aprofundamento da compreensão
20	17.08	17.09	O que é quê?	6. Clarificação
21	17.14	17.18	A M. têm de começar a gostar mais de si.	43. O reconhecimento direto da confiança
22	17.22	17.26	Gostar mais de si, perdoar-se mais a si própria.	43. O reconhecimento direto da confiança
23	17.32	17.35	Não se perdoa, depois arranja maneiras de (...)	43. O reconhecimento direto da confiança
24	17.46	18.01	O lado direito está associado ao nosso hemisfério esquerdo, o hemisfério da racionalidade, da linguagem das regras, da razão	43. O reconhecimento direto da confiança
25	18.35	18.37	E o problema é qual regras, não é?	13. Aprofundamento da compreensão
26	22.21	22.24	As regras da M. estão ajustadas	47. Reflexão

27	22.37	23.35	Há bocadinho estava a perguntar por as regras, era porque essa situação da sua colega, obviamente é um grande delírio, as relações a três, connosco com os nossos pais, com um pai, com uma Mãe. Que gostam de nós, que temos de encontrar o nosso lugar nesta posição. E esta posição é fundamental para a construção da nossa identidade, para se identificarmos com o progenitor, para seguirmos.... Estas são as coisas que funcionam. As outras coisas a três, não há nada a ganhar, á sempre um que de fora, há sempre um terceiro excluído, nas relações triangulares, é por isso a M. sabe muito bem, e tem a noção que quando aparece estas situações (...)	43. O reconhecimento direto da confiança
28	24.00	24.03	Ainda hoje é como a M. sente	47. Reflexão
29	24.05	24.06	Mas sente agora	47. Reflexão
30	25.12	25.13	A relação com os pais	47. Reflexão
31	26.48	26.48	Fico irritada	45. Ecoar
32	26.56	27.06	E porque não assumir a tristeza, deixar-se estar só.	43. O reconhecimento direto da confiança
33	27.12	27.30	Mas essa tristeza naturalmente neste processo vai saindo também é natural que vá parecendo esses momentos de tristeza.	43. O reconhecimento direto da confiança
34	27.30	27.35	Quando nós sentimos raiva, a raiva há sempre uma tristeza por trás	43. O reconhecimento direto da confiança
35	27.40	28.11	Está triste não é? E se deixar essa tristeza, se deixar espaço interno, existir a tristeza, deixar assumir que estou triste, neste casa (...)	43. O reconhecimento direto da confiança

			Aquele momento consigo, com essa tristeza, deixar sair, vai ver que a raiva	
36	28.42	28.47	Deixar que a tristeza venha...	43. O reconhecimento direto da confiança
37	28.56	29.01	É por si (...)é a sua tristeza, é a tristeza por si (...)	43. O reconhecimento direto da confiança
38	30.21	30.38	Por vezes é difícil, mantermos o nosso Self para os outros, temos medo de perder o nosso Self, com medo que os outros deixem de gostar de nós	43. O reconhecimento direto da confiança
39	30.45	30.46	Porque tem disfarçar?	6.Clarificação
40	31.20	30.21	Primeiro tem de se proteger	43. O reconhecimento direto da confiança
41	31.45	32.08	Mas ai posso lhe devolver, qualquer coisa que também pode dizer hoje que é um dia daqueles que não estou bem (...) Qualquer que a pessoa não insiste muito na (...)	43. O reconhecimento direto da confiança
42	32.30	32.28	É porque muita gente se preocupa com a M. e gostam de si, não é?	48. Reformulação
43	33.28	33.37	Claro que não, e as vezes a M. vem e diz que não é tudo mal, mas que desabafou o mundo todo, como se fosse um baralho de cartas.	17. Ligação não transferencial- c)
44	33.36	33.45	Não é tudo mau de fato, a M. as vezes vem e diz que desmoronou tudo como se fosse um baralho de cartas como disse na sessão anterior	17. Ligação não transferencial- c)
45	35.10	35.11	O que é que acha? Acha que é difícil?	17. Ligação não transferencial- c)
46	35.20	35.21	E a M. deixa?	6.Clarificação
47	35.44	35.45	É o tal rapaz que é Holandês?	6.Clarificação
48	36.01	36.02	Não quê?	6.Clarificação

49	36.08	36.10	A M. sabe se ele voltou, ou não voltou?	6. Clarificação
50	36.27	36.54	Pode ser que sim, aconselho que a M. deva se proteger, mas também é verdade, uma coisa é proteger-se, uma coisa é saber se a criança é pequena é natural está aqui com a Mãe, ele quer apresentar o filho aos pais, se tiver de viajar, não é agradável, mas (...)	43. O reconhecimento direto da confiança
51	37.03	37.07	Mas depois pode saber...	6. Clarificação
52	37.16	37.19	Evita saber	26. Mecanismos de defesa
53	39.07	39.08	Mas pode haver mais uma hipótese que a M. não coloca.	39. Reconhecer erros cognitivos
54	39.07	39.08	Não sabe?	6. Clarificação
55	40.59	41.00	Não, mas a M. já sabia?	6. Clarificação
56	42.29	42.31	Mas se não fosse lá, dormiria na ignorância	6. Clarificação
57	42.50	42.51	Mas para quê	45. Ecoar
58	42.11	43.28	Quando crescemos, ficamos autónomos os não é? Quando crescemos os nossos pais ficam no lugar deles e nós ficamos os próprios pais de nós...	7. Orientação
59	43.58	43.59	Mas não está sozinha no mundo	7. Orientação
60	44.41	44.43	Não faz e arranja desculpas para não fazer, é isso?	48. Reformulação
61	44.52	44.55	E agora qual é desculpa para não avançar lá com os contactos?	13. Aprofundamento da compreensão
62	45.11	45.18	Isso já é difícil	47. reflexão
63	45.17	45.18	Passivamente tomar a consciência que....	7. Orientação
64	46.19	46.25	Na vida real na prática não seja suficientemente crescida, a M. é a mesma coisa	7. Orientação
65	46.28	46.32	Adulta para ser auto determinada no fundo é isso para se auto determinar fazer.....	7. Orientação

66	46.47	46.49	Ainda não sei lidar com fracassos	7. Orientação
67	46.54	46.56	Quando nós fracassamos o que fazemos?	6. Clarificação
68	47.16	47.19	Sofre-se com o fracasso	48. Reformulação
69	47.41	47.42	Mas ser sem com (...)	47. Reflexão
70	48.30	48.44	Mas isso é porque se culpabiliza?	13. Aprofundamento da compreensão
71	48.36	48.44	Mas nós responsabilizarmos, a gente se perdoamos a nós próprios, sabemos perdoar, não é?	47. Reflexão
72	48.48	48.51	O que há aí M.?	6. Clarificação
73	50.26	50.30	Com a M., ainda sentiu alguma coisa, não foi?	44. Exploração
74	50.49	50.50	Também aquele processo de adolescente?	44. Exploração
75	51.01	51.03	E a sua M. e o seu pai, onde eles estavam?	44. Exploração
76	51.11	51.28	Esse conflito... na adolescência que é necessária, essa conflitualidade marca a separação. Normalmente acontece com os pais, não é?	10. Experiência Precoce
77	53.26	53.30	e os seus irmãos, a M. já contou, eles costumavam meter as culpas em cima de si.	10. Experiência Precoce
78	53.57	53.59	Vai pensando, vai deixando....	47. Reflexão
79	54.25	54.50	Pelo menos aparece, quando emerge na vida da M., aparece com alguma agressividade, a M. não sente bem com o seu corpo.	17. Ligação não transferencial a)
80	55.47	55.48	E depois... lhe deram na cabeça?	48. reformulação
81	56.40	56.42	E porque a M. se martiriza?	6. Clarificação
82	57.01	57.02	Ai meteu-se um bocadinho em perigo	48. reformulação
83	57.18	57.36	Essa culpa a M. tem de ficar com lá, essa culpa é ajustada, o problema é que a M. não foi.... Teve a divertir-se, na	28. Contributo do paciente para as suas dificuldades "

			hora de vir embora, vinha de táxi ou vinha de boleia.	responsabilização "
84	58.36	58.37	O que está a pensar...	45. Ecoar
85	01.00.5 2	01.01.0 2	A M. vai tomar conta da sua vida, dê-lhe tempo	48.reformulação
86	01.01.2 3	01.01.2 5	É uma menina bem comportada	48.reformulação
87	01.01.2 9	01.01.3 0	Não chega	47. Reflexão
88	01.02.2 0	01.02.2 1	Lançar umas cartas	47. Reflexão
89	01.02.2 9	01.02.3 0	Mas a M. vai saber	7. Orientação

BLOCO B (4, 9, 13, 17) – 18 meses

Código (Sessão 4)

Intervenções do Terapeuta

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
1	00:12	00:13	A M. bem tinha ameaçado!	47. Reflexão
2	01:11	01:12	O que é aconteceu?	6. Clarificação
3	01:34	01:36	Porquê?	6. Clarificação
4	02:37	02:45	Atenção que isso é o que a M. diz a si própria que têm falta de energia.	30. Negligenciar a capacidade saudável
5	04:17	04:19	À noite é quando sente mais falta?	45. Ecoar
6	05:45	04:48	O que é que a M. quer fazer quanto a isso?	6. Clarificação
7	06:32	06:42	Preenche o vazio do seu estomago a sensação de estar cheia de facto conforta-nos e parece que estamos preenchidos por dentro mas é só isso!	13. Aprofundamento da Compreensão

8	06:46	06:59	Mas isso não lhe vai resolver o homem que cuide de si a nível financeiro e a nível de saúde.	50. Confrontação
9	07:05	07:08	Eu também acho que deve ser a M. a cuida de si própria mas a M. é que trouxe isso assim.	7. Orientação
10	07:20	07:39	Mais uma vez insisto o não ter energia é a M. que diz a si própria para justificar o que como, é mais fácil justificarmos assim quando a comer esta associada a essas coisas	30. Negligenciar a capacidade saudável
11	07:46	07:59	Quando o comer aqui cumpre uma função derrotar a M. depois a M chega e diz falhei outra vez.	13. Aprofundamento da Compreensão
12	09:37	10:12	Está insatisfeita com alguns aspetos de si, por um lado também é importante que esteja insatisfeita, para ir a procura de ir resolver essas questões mas se calhar dar um passe certo no sentido de estar bem com alguém com um homem do que empanturrar-se e depois vir aqui à espera que eu lhe dê na cabeça.	13. Aprofundamento da Compreensão
13	10:13	10:18	É verdade que eu aqui vou representando o que é o seu pai analítico, mas é para M. perceber que (...)	18. Transferência
14	11:22	11:26	A P. estava lá em casa e adormeceu?	6. Clarificação
15	12:06	12:09	Teve necessidade de anular ali alguns afetos.	47. Reflexão

16	12:45	12:53	Com os seus namorados costuma acontecer isso ou melhor nas suas relações?	44. Exploração
17	12:44	12:47	E o R. dizia alguma coisa em relação a isso?	46. Questionamento
18	17:05	17:10	É uma espécie de colo não é?	47. Reflexão
19	17:24	17:48	Ou seja parece existir aqui uma espécie de substituição se a M. adormecia no colo da ama porque não tendo o colo dos pais não tendo um colo de um homem refugia-se no colo da P.	17. Ligação (não transferencial)- (a)
20	18:49	18:54	Voltamos ao início, continuamos aqui a falar da mesma coisa da solidão (...)	12. Material precoce
21	19:38	19:41	M. então vamos lá pensar o que é que isto faz à sua auto- estima?	47. Reflexão
22	21:35	21:37	Mas aconteceu alguma coisa quando comeu o bife e a empada?	6. Clarificação
23	21:43	21:45	É uma mudança!	47. Reflexão
24	21:55	21:57	Estava aqui a pensar na questão da saída com os seus pais, como é que se sentiu com os seus pais?	44. Exploração
25	22:39	22:43	Como é que a M. vê os seus pais agora? Quando olha para eles o que é que sente?	44. Exploração
26	22:45	22:47	Se me pudesse descreve-los	6. Clarificação
27	28:43	28:45	Sim no fundo acaba por acontecer não é?	47. Reflexão
28	29:23	29:52	Portanto a M. vai ao encontro de determinado tipo de homens já vimos aqui não é? Até que ponto vai	17. Ligação (não transferencial)- (b)

			boicotando as dietas também não vai boicotando esta parte da sua vida.	
29	30:01	30:02	Não, mas o inconsciente existe precisamente.	47. Reflexão
30	30:52	30:533	Não consegue o quê?	6. Clarificação
31	30:57	30:58	O quê? O que é que não lhe atrai?	6. Clarificação
32	31:01	31:03	Quais são as características físicas que não lhe atrai nele?	6. Clarificação
33	31:08	31:12	Ele é parecido com o seu pai é o posto do seu pai?	6. Clarificação
34	31:42	31:45	Não sei porque fantasiei uma intervenção da M.	47. Reflexão
35	32:29	32:44	Normalmente nós temos tendência para ir ao encontro ao oposto do progenitor no caso da M. os homens têm semelhança ou são o oposto daquilo que é o seu pai?	17.e) Ligação (não transferencial)
36	34:34	34:30	Eu acho que já lhe perguntei a que o seu pai tivesse (...)?	12. Material precoce
37	34:37	34:42	Mas nunca porque a M pensa que é assim?	6. Clarificação
38	35:08	35:09	E a sua Mãe como é que reage a isso?	44. Exploração
39	36:17	36:20	Como por exemplo, uma coisa grave que tenha balado a sua Mãe?	44. Exploração
40	39:19	39:21	Pensa a M.!	45. Ecoar
41	40:14	40:16	Mas estávamos a falar do seu pai.	47. Reflexão
42	40:24	40:50	Estava a dizer para si aqui o que interessa é como a M. interiorizou a relação foi a primeira relação que assistiu foi aqui que vi uma relação é de supor que é esse o modelo que traga consigo.	17. Ligação (não transferencial)- (a)

43	43:57	44:02	Assim já deixou a mensagem a dizer que está atenta, ou menos foi clara.	47. Reflexão
44	44:57	45:05	A M. portava-se bem tirava boas notas e depois a sua irmã tinha atenção do seu pai.	50. Confrontação
45	45:11	45:17	Foi sempre assim a M. pode parar com isso	47. Reflexão
46	45:18	45:19	Parando!	47. Reflexão
47	45:41	45:43	M. é a escolha entre um castigo e um castigo	31. Destrutividade inconsciente
48	46:16	46:37	Que a M. as vezes parte para as situações com essa preocupação até que ponto é que essa preocupação já não é uma forma de armadilhar o caminho. A M. não vai fazer nada mal feito, independentemente de estar preocupada com isso.	13. Aprofundamento da Compreensão

BLOCO B (4, 9, 13, 17) – 18 meses

Código (Sessão 9)

Intervenções do Terapeuta

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	00.30	01.31	E porque é que chorou?	6. Clarificação
2	00.35	00.36	Está farta	45. Ecoar
3	01.40	01.42	Porque dormiu pouco?	6. Clarificação
4	03.48	03.49	Mas quem?	6. Clarificação
5	03.53	03.56	O Rui que lhe ofereceu Workshop?	6. Clarificação
6	04.05	04.06	Mas o que é isso? Faz sentir á M.?	44. Exploração
7			Sente-se excluída?	13. Aprofundamento da compreensão

8	06.12	06.13	O que é que isso lhe faz lembrar?	44. Exploração
9	09.14	09.15	...Ainda pediu colo á sua Mãe	10. Experiência precoce
10	10.27	10.34	Essa situação pode ser, vir a	47. Reflexão
11	12.30	12.32	Está farta do quê?	6. Clarificação
12	13.28	13.31	Mas isso não é um investimento que a M. quer falar?	6. Clarificação
13	14.10	14.15	Aquilo que a M. faz algum tempo, ingerir, para preencher o vazio.	17. Ligação não transferencial- b)
14	14.21	14.24	Bom, então como vamos parar isso?	7. Orientação
15	14.30	14.43	Depois é como se a M. não pudesse... porque foi anos de amizade, não é? Ofereceram-lhe	7. Orientação
16	14.54	15.19	Depois a M. nem pensa que não lhe disseram ou não lhe endereçaram esse convite.... Não lhe disseram e sente-se desconfortável com isso, também pensa que tentaram protege-la que gostavam de si, mas neste momento não fazia sentido	39. Reconhecer erros cognitivos
17	15.21	15.22	Também penso que sim, mas	47. Reflexão
18	15.41	15.44	Você acredita que as vezes as pessoas também não se enganam?	39. Reconhecer erros cognitivos
19	15.49	15.52	E a questão também....	48. Reflexão
20	16.14	16.17	Se calhar também porque lhe custam dizer isso á M., não é?	48. Reflexão
21	16.20	16.30	Por vezes temos de dizer alguma coisa a um amigo e não é fácil e adiamos, a M. se calhar já passou por essa Experiência.	39. Reconhecer erros cognitivos
22	16.37	16.44	Independentemente o que levou o Miguel a comunicar, comunicou uma coisa que não devia ser ele a comunicar, não é?	46. Questionamento
23	17.08	17.11	Mas quem é que faz os convites e seleciona as pessoas?	46. Questionamento

24	17.57	18.04	Porquê a M. acha, pensa sobre o porquê das pessoas lhe esconderem essas coisas?	46.Questionament o
25	18.13	18.14	Acredita nisso?	6. Clarificação
26	19.06	19.07	A M. conhece essas pessoas?	46. Questionamento
27	19.29	19.31	Ai entram o que são as..	48. Reflexão
28	19.32	19.33	Exatamente	48. Reflexão
29	20.52	20.54	A M. acha que as pessoas não olham para si com admiração?	46. Questionamento
30	21.08	21.25	Então uma mulher que é, trabalha, desenvolve uma atividade de vida que gosta, das massagens, investe noutra que é o tango que lhe dá prazer, e que também é dançar, consegue fazer isto tudo...	39. Reconhecer erros cognitivos
31	21.29	21.31	Agora está triste exatamente porquê?	46. Questionamento
32	22.20	22.26	Quando estava doente a sua Mãe cuidava de si, e agora esta a pedir á sua Mãe que lhe desse colo, não é?	46. Questionamento
33	23.08	23.13	É mais fácil ser pequenina, outra vez, não é?	10. Experiência precoce
34	23.28	23.31	Porque é que a M. acha que as crianças têm pressa de crescer?	10. Experiência precoce
35	24.39	24.43	A chorar o quê? Chorar a sua vida	44. Exploração
36	25.28	25.30	Qual é a vida que a M. quer?	6.Clarificação
37	26.02	26.04	Eu acho que a M. tem todo o direito a isso	7.Orientação
38	26.08	26.09	Porque é que a M. não há-de ter essa vida?	6.Clarificação
39	26.12	26.14	Porque quer já, não é?	39. Reconhecer erros cognitivos
40	26.49	26.58	Esse defunto, era aquele que tinha uma família que pertencia alguém ao antigo regime?	6.Clarificação
41	26.58	26.59	O pai era do antigo regime?	6.Clarificação
42	27.22	27.26	O pai era do Partido comunista?	6.Clarificação

43	27.57	28.01	Então como é que a M. vai ter com que é algo de provocação ao seu pai?	44. Exploração
44	28.05	28.06	Imagino que não	47. Reflexão
45	28.40	28.41	Quem o seu?	6. Clarificação
46	29.20	29.59	A M. trás aspetos da sua vida muito insatisfatórios e são muito relacionados com a sua figura paterna, esses aspetos são, parecem muito.... O trabalho não está a satisfaze-la, depois é como se a M. não lhe apetece pensar, isto é.... Para desenvolver as atividades que eu gosto, as massagens, o tango, para daqui um dia próximo eu poder...	10. Experiência precoce
47	30.09	30.10	Mas isso é uma qualidade não é um defeito	47. Reflexão
48	31.07	31.08	E porque fez isso?	6. Clarificação
49	31.58	31.59	É porque não vai, nem que seja só uma hora?	46. Questionamento
50	33.09	33.10	Está pequenina não é?	47. Reflexão
51	33.33	33.42	E como se a M. quer dizer se comesse, o que é que acontecia?	44. Exploração
52	33.49	33.54	E tem de comer, não pode beber um café?	6. Clarificação
53	34.47	35.08	Mas a M. não, o doce que ingere numa situação de quebra de tensão, basta 8 gramas de açúcar, um pacote, não corresponde aumento de peso que a M..	39. Reconhecer erros cognitivos
54	35.15	35.16	Faz e depois, come compulsivamente.	39. Reconhecer erros cognitivos
55	35.21	35.23	Se comesse um quadradinho de chocolate quando se sentisse em baixo	39. Reconhecer erros cognitivos
56	35.34	35.35	Será que isso não se modifica?	46. Questionamento
57	35.59	36.00	Nunca gostou	45. Ecoar
58	37.05	37.19	O que acontece, quando a M. tem as quedas de tensão? A M. desmaia, perde os sentidos?	6. Clarificação

59	37.30	37.31	Fica pálida?	46. Questionamento
60	35.51	35.52	E se não comer o que acontece?	46. Questionamento
61	37.56	37.57	Tem outro a seguir?	46. Questionamento
62	38.01	38.02	Até recuperar	45. Ecoar
63	38.41	38.42	Pois a questão é essa	47. Reflexão
64	38.48	38.54	A M. sente que perde o controlo, tem de comer, não é?	13. Aprofundamento da compreensão
65	39.03	39.04	A vontade de comer é como uma forma de controlar alguma coisa	44. Exploração
66	39.16	39.17	A sua tensão é mais para baixa?	46. Questionamento
67	40.26	40.27	Mas isso era lá da dieta?	44. Exploração
68	40.31	40.37	Porque não se informa lá com a dietista acerca disso?	46. Questionamento
69	42.50	42.51	Quer consolar através da comida, quer consolar-se	47. Reflexão
70	42.57	43.04	Se eu não consigo controlar os aspetos da minha vida, nem da comida consigo controlar, não é?	13. Aprofundamento da compreensão
71	43.05	43.06	Controla quando não ingerir, controla	47. Reflexão
72	43.23	43.24	Mas conta a M.	26. Mecanismo defesa. Negação
73	43.28	43.37	Porque esse fato é indiferente não cumpre a função que está em casa. Depois serve para a M. se debater portanto...	26. Mecanismo defesa. Negação
74	44.05	44.16	Eu acho que a M. hoje disse uma coisa que a fez pensar muito na sua vida, que foi esta ideia de rejeição não é?	13. Aprofundamento da compreensão
75	44.19	44.23	Sentir-se excluída, antigamente excluída em casa, no passado	17. Ligação não transferencial- a)
76	45.04	45.19	Ajuda a compreender que estas coisas tem uma origem, não é?	43.O restabelecimento direto da confiança

77	45.17	46.07	Não é assim por caso e deturpa avaliação que a M. faz das coisas tem exatamente com a ideia de estar rejeitada, pensou que os seus pais, do tango, o casal, o Rui e a Inês tivessem tentado protege-la, agora devemos perguntar porquê? A M. os pôs a tentarem protege-la. Que ideia transformada a M. passou a estas pessoas para eles sentirem receio.	17. Ligação não transferencial- c)
78	46.07	46.08	Não passou?	6. Clarificação
79	46.16	46.41	Isso é uma forma, não sei há pouco a M estava a dizer que eles não queriam saber de si, estava a reagir muito á ideia de rejeição não é? Mas provavelmente não disseram porque, com receio que a M. ficasse triste e fragilizada. A M. é que pós...	13. Aprofundamento da compreensão
80	46.54	47.36	A M. por acaso até disse isso, mas não tem dizer nada, o seu comportamento não-verbal, diz tudo, não é?	13. Aprofundamento da compreensão
81	47.19	47.36	A M. falou em ficar nessa situação, se calhar é melhor, porque não confiar e falar com eles? Já soube.... Eu sei, receio de quê? Não é uma realidade, não é uma decisão que está tomada.	43. Restabelecimento direto da confiança
82	48.09	48.30	A ideia da M. dizer por acaso soube que pronto e compreendo a vossa decisão, pessoalmente tenho pena, mas não há problema nenhum é, percebo perfeitamente que é, nesta fase não tenho, não seja....Saber desdramatizar as coisas. Quanto mais tempo isso ficar aí?	7. Orientação
83	47.12	47.13	Porque é que não lhe apetece?	46. Questionamento

84	49.23	49.24	Mas porquê é que a M. não pode ficar no seu lugar?	13. Aprofundamento da compreensão
85	49.40	49.49	Mas porque tem de expor a sua vida?	44.Exploração
86	50.21	50.27	Com quem a M. tinha de fingir que estava sempre bem? Com quem nunca se podia zangar ou dizer que estava triste.	44.Exploração
87	51.06	51.14	Mas agora porque tem de fingir que está bem e feliz, porque as pessoas estão á espera que eu M. seja assim.	26. Mecanismo defesa. Negação
88	51.23	51.53	Mas não tem de explicar da sua vida, também não tem de explicar que está triste, pode dizer, estou um bocadinho mais cansada.	7. Orientação
89	51.50	51.52	Então, mas tem de responder a isso, se perguntarem pronto	7.Orientação
90	53.03	53.29	Mas tem de ser esse caminho, não tem aqui um intermédio?	39. Erros cognitivos
91	53.27	53.52	Oh, M. preto entre e o branco não está o cinzento, e as outras cores?	39. Erros cognitivos
92	53.52	52.53	Está triste?	46. Questionamento
93	54.12	54.13	Vão dizer o quê?	6. Clarificação
94	54.19	54.20	Está cansada	47. Reflexão
95	54.24	54.25	Esteve doente, está cansada	48. Reformulação
96	54.34	54.35	Acordou com os pés de fora	47. Reflexão
97	54.38	54.39	Toda gente sabe o que é isso	47. Reflexão

BLOCO B (4, 9, 13, 17) – 18 meses

Código (Sessão 13)

Intervenções do Terapeuta

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
1	0:32	0:34	Mas conte-me lá, o que que tem sentido?	44. Exploração

2	6:45	6:46	E isso faz.....	45. Ecoar
3	8:27	8:28	Como é que tem dormido M.?	46. Questionamento
4	12:45	12:47	Mas a M. anda a aumentar de peso?	6. Clarificação
5	13:04	13:05	E o que a faz chorar?	6. Clarificação
6	14:56	14:57	A diana?	6. Clarificação
7	15:15	15:18	Se ela tivesse perguntado o que é que a M. teria respondido?	50. Confrontação
8	15:33	15:34	E a M. o que é que gostava de ter respondido?	44. Exploração
9	16:02	16:03	E não foi o R.?	6. Clarificação
10	17:20	17:21	E o que é que sentiu?	6. Clarificação
11	19:25	19:26	Se calhar agora tem que ir a vida.	47. Reflexão
12	20:33	20:34	E isso não é bom?	6. Clarificação
13	21:47	21:50	O que era suposto ser um local de prazer transformou-se num horror.....com tanta competição, porque é que estes espaços têm de ser tao competitivos e por outro lado por que é que são os espaços de prazer que a M. pretende sacrificar. (aulas de tango)	13. Aprofundamento da Compreensão
14	21:10	21:13	Por outro lado se esse trabalho é só um.....	47. Reflexão
15	23:29	23:31	A M. tem sentido que a sua autoestima anda muito fragilizada	47. Reflexão
16	24:00	24:02	E a M. é uma mulher feia?	6. Clarificação
17	24:05	24:06	Não consegue ou não quer ver?	49. Reestruturação
18	25:01	25:03	E o que está a espera que aconteça?	6. Clarificação
19	26:05	26:06	Mas sabe que fazer isso corre o risco.....	47. Reflexão

20	26:44	26:45	A M. acha que este afastamento do M. não querer dançar tem a ver com.....	6. Clarificação
21	27:20	27:21	Zangada?	45. Ecoar
22	27:38	27:39	Esta situação do tango faz lembrar muitas coisas da vida da M.?	17. A) Ligação (não transferencial)
23	28:02	28:34	A M. de certa forma também está a dizer aqui é que, eu já lhe falei dos vários aspetos da minha vida, nomeadamente com a dieta e agora também lhe vou falar aqui no meu trabalho que estou a fazer como terapeuta.	
24	29:00	29:01	Estava tudo a correr muito bem?	45. Ecoar
25	30:14	30:15	E quando não consegue, não vive?	50. Confrontação
26	30:54	30:52	E porque é que não há-de ser a M. a tratar de si?	30. Negligenciar a capacidade saudável
27	31:37	31:40	Portanto a M. esta a dizer que não é o suficientemente adulto para cuidar de si?	50. Confrontação
28	31:45	31:48	A M. não quer ser uma mulher adulta e autónoma?	50. Confrontação
29	32:01	32:02	Ninguém disse que era fácil não é?	47. Reflexão
30	32:43	32:52	Portanto é como se a tristeza da M. não pudesse ser guardada, tem de ser discutida e depois mina também todos os aspetos que a M. tira da vida.	13. Aprofundamento da Compreensão
31	36:10	36:11	Que é?	6. Clarificação

32	36:50	37:25	Quando é que a M. começa a perdoar-se a si próprio e a amar-se a si própria, porque a partir daí garanto-lhe que não vai precisar mais de comprimidos nem de euro milhões, porque a partir daí a M. vai estar bem onde estiver porque está bem. Não vai depender dos outros, não vai depender de ninguém, não vai depender de quem olhem para si e digam se esta gorda ou se está magra, não vai depender disso tudo. Vai fazer o seu trabalho sendo mais chato ou não é o possível neste momento sem se aborrecer com isso.	13. Aprofundamento da Compreensão
33	37:31	37:40	Mas o que é que a impede de gostar de si?	44. Exploração
34	37:42	38:05	Porque claramente a M. está a fazer tudo bem, esta a perder o peso que desejava, esta a realizar coisas, e de repente é como se alguém disse-se “eu não tenho direito a isto “ e tudo lhe é retirado sem sentido.	7. Orientação
35	40:41	40:42	Mas a M. desconfia desse afeto? (relação com o pai)	6. Clarificação
36	42:34	42:38	Porquê o não aceitar um presente do seu pai?	6. Clarificação
37	44:40	44:41	Esta a ser entre o 8 e o 80	47. Reflexão
38	46:11	46:15	O ser boa a fazer as coisas desaparece de um dia para o outro?	6. Clarificação

39	47:50	47:54	Como agora a M. acha que as outras mulheres são melhores que a M.	38. Identificação de crenças subjacentes
40	48:13	48:14	Mas a sua irmã consome-lhe os afetos.	47. Reflexão
41	49:13	49:16	Fale-me um pouco desse cansaço. É uma espécie de dor na cabeça tipo capacete? É físico	48. Reformulação
42	50:30	50:40	A M. entregou um dos homens da sua vida a primeira que apareceu no facebook. No tango aconteceu a mesma coisa, a M. esta prestes a abandonar o tango e deixar o seu lugar para outra.	17. A) Ligação (não transferencial)
43	52:34	52:40	A M. está a dormir quantas horas?	46. Questionamento
44	52:45	52:46	Mas isso é pouco.	47. Reflexão
45	56:04	57:03	Em relação a isso que me perguntou dos comprimidos obviamente eu não sou contra as pessoas que vem aqui e tomam comprimidos, se a M. acha que está a precisar e que isso vai resolver, mas há aqui uma questão os comprimidos não suprimem a falta de descanso e acontece muitas vezes quando está num processo terapêutico haver regressão	13. Aprofundamento da Compreensão
46	58:02	58:04	Quando é que a M. vai ter a consulta com o seu médico?	46. Questionamento
47	58:34	58:36	E a M. vai a essa consulta por causa disso?	6. Clarificação

48	59:23	59:25	Qual é o medo?	6. Clarificação
49	59:30	59:31	Tem expetoração?	46. Questionamento
50	01:03:43	01:03:46	A M. vá lá ao médico, peça a receita e depois falamos na 4 feira pode ser?	7. Orientação
51	01:04:05	01:04:06	Sugeria das 5 às 6?	8. Setting Externo

BLOCO B (4,9,13,7) – 18 meses

Código (Sessão 17)

Intervenções do Terapeuta

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	00.49	00.50	Estava a falar do quê?	6. Clarificação
2	07.44	07.45	O que é que a M. disse?	6. Clarificação
3	07.48	07.49	E a seguir?	6. Clarificação
4	08.36	08.37	A sua Mãe parecia cansada?	44. Exploração
5	08.39	08.40	Quando era pequena?	44. Exploração
6	09.22	09.23	Mas o trabalho duro era para a sua ama	47. Reflexão
7	09.37	09.40	O seu pai tinha duas mulheres em casa, não é?	13. Aprofundamento da compreensão
8	09.55	10.03	Estava associar ao fato da M. dizer que trabalhava fora de casa e uma dentro, não é?	13. Aprofundamento da compreensão
9	11.11	11.12	Então havia diferença, não é?	6. Clarificação
10	11.53	12.00	Quando é que a M. achou que a ama era para si?	6. Clarificação
11	12.48	12.54	E como era a ama, boa pessoa? Se a caracteriza-se como é que era?	6. Clarificação
12	14.47	14.50	Era alegre, era triste?	6. Clarificação
13	15.35	15.37	E a Mãe da M.?	6. Clarificação
14	15.42	15.43	Um zero	45. Ecoar

15	15.49	15.54	A M diria que ela era uma mulher deprimida ou?	46. Questionamento
16	16.31	16.32	A sua Mãe disse-lhe isso?	46. Questionamento
17	16.50	16.58	A sua Mãe estava a dizer isso em relação á sua avó, a Mãe dela?	6. Clarificação
	17.30	17.41	Oitenta e oito, não é?	16. Pergunta direta
19	17.58	17.59	Já fez 10 anos, foi em Noventa, já fez 10 anos	16. Pergunta direta
20	18.23	18.28	A sua Mãe dava-se bem com a sua avó, a Mãe dela?	46. Questionamento
21	20.52	21.09	A M. associou aqui o seu cansaço, o seu estado atual, é um traço que a sua Mãe lhe disse, aquelas pessoas que estão cansadas da vida	10. Experiência precoce
22	21.18	21.20	Mas isso não, não se deseja estar dois meses, quieta....	14. Incongruência entre o afeto e o discurso
23	21.23	21.24	Num vale de lenções	47. Reflexão
24	22.41	22. 42	E a M. aqui neste espaço?	20. Transferencia-As relações atuais e a relação terapeuta
25	23.28	23.29	A M. foi á procura dos comprimidos, não ê?	47. Reflexão
26	23.37	23.38	Mas o que é que a M. está á espera de mim aqui?	21. Transferência - ansiedade/defesa, sentimentos latentes
27	23.54	23.55	As respostas estão com a M.	7. Orientação
28	25.16	25.44	Mas ai é como se a M., ai duas questões, primeiro a M. deixou claro que no início não deveria estar a chorar no empego, logo eu tenho de comer. É aquilo que portanto a comida é uma forma da M. preencher o vazio, a M. apagar a sua tristeza.	26. Mecanismo de defesa. Negação
29	26.51	27.00	É esse momento que a M. sentiu em relação á ingestão de alimentos	13. Aprofundamento da compreensão

30	27.42	27.44	A M., para não fazer o luto deste homem comecei a comer	26- Mecanismo de defesa/ negação
31	28.04	28.05	Adiou o luto	7. Orientação
	28.17	28.18	Agora agarrou uma oportunidade para se sentir...	7. Orientação
33	28.34	28.35	O que é que não dá mais?	6. Clarificação
34	28.54	28.56	Então chora	7. Orientação
35	29.29	29.32	Não se pode dar ao luxo de ficar triste porquê?	6. Clarificação
36	29.36	29.40	Não estou a dizer para chorar no local de trabalho, mas quando está em casa, porque não chora?	13. Aprofundamento da compreensão
37	29.40	29.41	Quando está sozinha	13. Aprofundamento da compreensão
38	29.50	29.51	Porque não chora aqui?	6. Clarificação
39	30.40	30.41	Mas aqui é o local que pode chorar	7. Orientação
40	31.59	32.02	Mas só vai começar em Fevereiro, só começa este fim-de-semana?	6. Clarificação
41	32.39	32.40	Mas que bom	7. Reflexão
42	33.12	33.16	M., mas não era suposto o tango ser um espaço de prazer.	13. Aprofundamento da compreensão
43	33.20	33.21	O que quer fazer em relação a isso?	6. Clarificação
44	34.10	34.24	Há pouco a M. tinha dito isso, mas eu fiquei sem perceber o que motivava a M. ainda, enfim despedida da...Tango, ou se é a questão de ser ultrapassada por a Vera	13. Aprofundamento da compreensão
45	35.22	35.33	Portanto a questão aqui é mais uma vez, a M. sente pressão pela concorrência de uma mulher.	12. Material precoce/ anterior
46	35.35	35.36	Quando há mulheres em jogo	12. Material precoce/ anterior
47	36.30	36.44	Ai, é o sentido da realidade a M. tem se ter dinheiro para subsistência, para viver, não é?	13. Aprofundamento da compreensão
48	37.21	37.22	E que é que sente? Como é que isso de suplicio?	6. Clarificação

49	38.01	38.17	O que a M. pretende com, ao colocar.se nessa intuição, saber que está a fazer mal as coisas, e os outros repararem	6. Clarificação
50	38.18	38.24	Mas repara não é a M. está logo desposta a dar razão agarrar essa crítica não é?	13. Aprofundamento da compreensão
51	28.31	38.34	Porque primeiro a M. sabe que está a fazer mal?	13. Aprofundamento da compreensão
52	38.38	38.40	Começa-se por adaptar á própria M.	7. Orientação
53	39.22	39.26	Quando estamos nos braços de um homem, deixa-se ir	47. Reflexão
54	39.40	40.06	A M. até disse é difícil confiar nos outros, disse é difícil aliás confiar nos homens, das mulheres já se sabe do que é que veem ou são passivas com a sua Mãe, e irmão ou então sempre dispostas a ocupar o seu lugar, como a sua irmã., ou retirar o que era seu	10. Experiência precoce
55	40.12	40.14	O que vale, ainda bem que confia	47. Reflexão
56	40.18	40.30	O que vale, ainda não é, a questão é que a M. acredita nisto, acredita, confia, se eles vão trair ou não com uma pita de 20 anos	47. Reflexão
57	40.50	40.58	Mas como a M. diz e muito bem andar com um homem traindo, durante muito tempo custa e cansa muito	7. Orientação
58	41.23	41.57	Eu também penso que sim. Mas a M....na sua vida, aparecem estas coisas em que acredita não é?....O homem da sua vida em quem confiou foi o seu pai, nem sempre teve, foi justo, nem sempre foi paciente, as vezes fez promessas que não cumpriu. Portanto essa bagagem	10. Experiência precoce
59	42.00	42.01	Já vem lá de muito de trás, não é?	44. Exploração

60	42.09	42.11	Porque a M. acha que que o seu irmão é panhonhas?	6. Clarificação
61	42.17	42.20	Até enche a boca quando diz panhonhas, diga lá porquê?	6. Clarificação
62	42.57	42.58	A levar tarefas	45. Ecoar
63	43.05	43.06	Como era levar do seu pai?	6. Clarificação
64	43.22	43.23	Onde é que o seu pai lhe batia?	46. Questionamento
65	43.59	44.00	Mas o seu pai	6. Clarificação
66	44.09	44.10	Passou da sua Mãe para o seu pai	6. Clarificação
67	44.38	44.39	Então a culpa era sua?	6. Clarificação
68	45.48	45.49	O que era ser mal criada, dê-me lá um exemplo	6. Clarificação
69	45.53	45.54	Chamava-lhe nomes, o que é que lhe chamava?	46. Questionamento
70	47.14	47.16	Então as vezes deixava ir outras vezes não deixava	6. Clarificação
71	47.20	47.21	Assim do nada, sem nenhum justificação	6. Clarificação
72	47.27	47.32	Então não havia uma regra clara são sobre, onde pode ir e quando não podia	13. Aprofundamento da compreensão
73	47.32	47.33	Não havia limite	47. Reflexão
74	47.40	47.58	Isso costuma ser uma razão para enfurecer um jovem, ao ponto de quando não havia limites, os adolescentes costumam pedir limites, e chamar nomes aos pais, é pedir para um limite, não é?	10, Experiência precoce
75	48.03	48.07	Agora o que ... é um bocadinho violento em relação ao que estava em jogo	13. Aprofundamento da compreensão
76	48.12	48.13	O que é que a M. sentia?	46. Questionamento
77	48.15	48.16	Pronto	47. Reflexão
78	48.20	48.21	Ê Humilhação?	6. Clarificação
79	48.49	48.54	E a M. não se quer se perdoar por isso?	13. Aprofundamento da compreensão
80	49.15	40.16	Não se culpabiliza?	46. Questionamento
81	49.23	49.28	Esta a desculpa desde o início, desde que estamos a falar sobre isso, está a desculpar o seu pai.	26. Mecanismo de defesa. Negação

82	50.32	50.38	A quanto tempo parou e pensou?	46. Questionamento
83	50.53	51.00	Depois da sua separação, quando se viu sozinha?	6. Clarificação
84	51.26	51.31	E depois a M. ainda se espanta por não querer proximidade física e contato físico com os seus pais	10. Experiência precoce
85	53.45	53.46	O que é que dissestes M.?	6. Clarificação
86	53.50	53.51	O que é que fez sentir a M. O que é que a M. sentiu?	46. Questionamento
87	54.29	54.35	Portanto no fundo o seu pai faz a M. sentir cúmplice desta questão, não é?	13. Aprofundamento da compreensão
88	55.05	55.11	Isso dá um grande medo a uma criança...	47. Reflexão
89	55.36	55.34	Dizer isso aos filhos, que se vai separar....	47. Reflexão
90	55.51	55.57	Mas vai dar no mesmo um grande peso	47. Reflexão
91	56.02	56.08	Se calhar era por isso, que a sua irmã não acabava a escola	13. Aprofundamento da compreensão
92	56.12	56.21	A sua irmã tinha que estar muito assustada, um grande pânico, não sendo uma pessoa debilitada aparente.	13. Aprofundamento da compreensão
93	56.31	56.55	Independentemente disso a sua irmã devia estar muito assustada. O seu irmão devia estar cheio de raiva, de tal maneira que estava paralisado, ou era panhonhas como lhe chamava a M. E a M. teve que apanhar com o cinto, não é, teve que se meter a jeito para apanhar com o cinto	10. Experiência precoce
94	57.05	57.14	Pode ser apanhar com o cinto seja conseguir uma migalha de afeto do seu pai	10. Experiência precoce
95	57.22	57.26	Então porque é que que a M. utiliza a comida contra si	13. Aprofundamento da compreensão

96	57.32	57.46	A M. vê aqui uma semelhança entre as duas coisas, se pensarmos que mesmo está questão da comida ~e alimento por o seu pai. Alimentada pelo fato...	13. Aprofundamento da compreensão
97	57.51	57.56	Não acha que uma criança, quando quer ser notada está a querer o quê?	13. Aprofundamento da compreensão
98	58.17	58.19	A M. achou que realmente comunicar como seu pai...se relacionar com o seu pai	10. Experiência precoce
99	58.37	58.38	Que idade tinha?	46. Questionamento
100	58.47	58.48	O que aconteceu a seguir?	46. Questionamento
101	58.53	58.54	Berrava	45. Ecoar
102	59.55	59.59	Isso era mesmo verdade ou seja as coisas desapareciam mesmo assim?	13. Aprofundamento da compreensão
103	01.00.3 2	01.00.37	Nada era falado, nada era resposta, não havia reparação	48. Reformulação
104	01.01.0 0	01.10.06	O que irritava tanto no seu pai a sua Mãe, no que é que a sua Mãe irritava tanto o seu pai, para a M. que leitura faz disso?	13. Aprofundamento da compreensão
105	01.01.1 0	01.01.11	Era a passividade dela?	6. Clarificação
106	01.01.4 5	01.02.16	A M. alguma vez assistiu alguma coisa que o seu pai fizesse á sua Mãe?	46. Questionamento
107	01.02.3 8	01.02.39	Quem sai em defesa da sua Mãe?	46. Questionamento
108	01.03.5 2	01.03.53	O que dizer, o que está a pensar?	46. Questionamento
109	01.04.1 7	01.04.36	Sim, mal ou bem os seus pais ficaram juntos não é? Mesmo com todas estás ameaças. No ponto, faz acreditar nas fantasias da separação, continuaram juntos nessa relação um bocadinho cruel, masoquista.	48. Reformulação

BLOCO E ((5,10,14)) – 24 Meses**Código (Sessão 05)***Intervenções do Terapeuta*

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	02.41	02.42	Como é que a M. se sentiu?	6. Clarificação
2	02.50	02.51	É melhor	47. Reflexão
3	03.52	03.53	Que bom	7. Orientação
4	05.21	05.27	A M. lá vai aprendendo aqui uma coisinhas e depois...	7. Orientação
5	08.17	08.41	Deixe ir, deixe estar, acho que o importante é a M. sentiu quando esta no seu lugar, está inteira, sente aos outros, sem sentir que perde qualquer coisa. Fica numa posição	43. Restabelecimento direto da confiança
6	08.55	08.56	Bom, porque ai também se cresce, não é?	6. Clarificação
7	09.17	09.20	Sim, mas você repete até parar um dia. E não repete mais	7. Orientação
8	09.35	09.43	Estava á espera de quando por outra parte é então o que isso....O que é que a M está a sentir sobre isso	44. Exploração
9	12.44	12.46	Bom, vamos lá ver...	47. Reflexão
10	12.56	12.57	Se mostrar inveja o que é que acontece?	44. Exploração
11	13.12	13.13	Portanto, mas como é dormir mal? Quando se deita adormece?	44. Exploração
12	13.20	13.21	Acorda cedo	45. Ecoar
13	13.55	14.00	Quando acorda de manha o que é que sente? Sente que sonhou? Sente que teve uma noite agitada?	44. Exploração
14	16.33	16.50	Acho que houve uma evolução a M. esta a lidar com o luto de uma maneira diferente, dantes a compulsão era muito	13. Aprofundamento da compreensão

			imperiosa, quase que não conseguia travasse. Não é?	
15	16.56	17.04	Já antecipa um bocadinho já antecipa que associação que a vontade de comer, a ansiedade, carece de outra forma de olhar.	43. Restabelecimento direto da confiança
16	17.14	17.21	Já começou a dizer a si própria que não As coisas podem não correr bem	43. Restabelecimento direto da confiança
17	17.35	17.38	A M. tem estado com os seus pais?	46. Questionamento
18	18.25	18.26	Continuam a dar mais atenção a sua irmã?	46. Questionamento
19	18.58	18.59	Isso foi quando?	46. Questionamento
20	22.07	22.09	Mas depois preocupa-se com os gastos dos eus pais?	13. Aprofundamento da compreensão
21	22.13	22.14	Parecem crianças	45. Ecoar
22	22.15	22.19	Parecem crianças foi o que a M. disse.	45. Ecoar
23	23.54	23.55	O mínimo	45. Ecoar
24	24.10	24.19	Quando se fala de dinheiro falasse de afetos... A M. está a falar dos afetos de forma como foram dirigidos os afetos	13. Aprofundamento da compreensão
25	24.28	24.29	Era poupada nos afetos (a Mãe)	10. Experiência precoce
26	24.55	24.56	Porque disparatava?	6. Clarificação
27	25.19	25.26	Quando fala de brincadeiras, que tipo de brincadeiras é que é?	44. Exploração
28	25.33	25.34	Nas lutas das almofadas?	6. Clarificação
29	26.11	26.12	O que é que a M. sentia disso?	46. Questionamento
30	26.14	26.15	Estava divertida	47. Reflexão
31	26.58	26.59	E a sua Mãe não estava?	46. Questionamento
32	27.04	27.05	Como a M. disse um quarto para ele	47. Reflexão

33	28.25	28.30	Esse é o privilegio da mais nova ter acesso aquilo que....	47. Reflexão
34	28.34	28.35	Não há gato sem senão	47. Reflexão
35	29.59	30.00	Não porquê?	6. Clarificação
36	30.21	30.23	A M. tinha de chamar muita atenção, não é?	13. Aprofundamento da compreensão
37	30.45	30.46	Mas a M. não sabe o que isso significa, não é?	46. Questionamento
38	30.47	30.49	Teve de lutar muito por o seu espaço?	13. Aprofundamento da compreensão
39	33.00	33.01	O que é que isso faz sentir M.?	44. Exploração
40	33.06	33.07	E a M. como é que se sente em relação a isso?	44. Exploração
41	34.53	34.54	Quem a sua irmã?	44. Exploração
42	35.01	35.04	Já é a segunda vez que a M. troca a sua Mãe por irmã	12. Material precoce
43	35.12	35.16	Qualquer das maneiras a M. está a falar de sua injustiça, não é? É injusto	6. Clarificação
44	35.36	35.49	Sim, é injusto, é injusto a sua Mãe dar afeto á sua irmã como não retribuir da mesma forma	48. Reformulação
45	35.52	35.59	E a M. está disponível por si a dar afeto e depois	48. Reformulação
46	36.05	36.06	Agora, agora...	47. Reflexão
47	36.08	36.20	Sim... está aqui... é do passado, essas coisas ficaram lá... a M. assistiu a isso, a M viu, assistiu	17. Ligação não transferencial (a
48	36.22	35.23	A M. disse	47. Reflexão
49	37.24	37.29	Tem estado a fazer o meu trabalho a M. está a entender	43. Restabelecimento direto da confiança
50	38.10	38.23	Pronto a M. sentiu que a sua Mãe e o seu irmão. O seu irmão vê que também era um bocadinho o benjamim da família, não é?	10. Experiência precoce
51	38.38	38.39	Estava sempre doente.	45. Ecoar
52	38.49	38.50	Também estava a fazer uma chamada de atenção	7. Orientação
53	41.30	41.31	Quem a sua irmã?	6. Clarificação

54	42.32	42.33	Tinha escolha na altura?	46. Questionamento
55	42.40	42.41	Tinha?	6. Clarificação
56	43.15	43.16	Que idade tinha?	46. Questionamento
57	43.43	43.44	Mas há muitas coisas que se lembra?	44. Exploração
58	44.22	44.44	Há bocadinho quando estava a dizer, se a M. tinha escolha, estava a referir-me ao fato, tinha a sua irmã por um lado de quem se queria distanciar e um irmão a quem queria fazer uma liança. Era o preferido da sua Mãe	13. Aprofundamento da compreensão
59	44.52	44. 56	Escolhia o seu pai, mas também queria atenção da sua Mãe?	44. Exploração
60	45.09	44.10	Contra a M.?	44. Exploração
61	46.36	46.38	Quando diz isso está a referir -se a quê? Perante a sua irmã?	44. Exploração
62	49.18	49.19	Porque acha que saltou?	46. Questionamento
63	49.57	49.58	São três dias	7. Orientação
64	50.04	50.08	Eu também acho que não, mas porquê a M. sente-se incomodada?	13. Aprofundamento da compreensão
65	50.16	50.32	Fiquei com a sensação será uma fantasia minha, se me é permitida ter fantasias, mas fiquei com a sensação que a M. trás a questão do sono depois trás a questão do sono depois da viagem dos eus pais a Madrid	44. Exploração
66	52.00	52.01	O que está preocupada M.?	46. Questionamento
67	52.27	52.30	São decisões que têm tomar, são situações que eles têm de resolver não é?	7. Orientação
68	52.43	52.44	O Verão	45. Ecoar

69	52.59	54.08	A M. trouxe hoje várias situações não é? Eu senti quando a M. estava a falar do trabalho. Estava a falar de situações no seu contexto de família que se sentia excluída, também se sentiu muito excluída neste trabalho na forma com foi tratava, na forma como confiou nas pessoas e depois se mostraram merecedoras da sua confiança, na forma como eu não pude deixar de pensar nas situações que a M. trouxe aqui em que muitas vezes ficava numa posição de se sentir excluída. Quando estava interessada num homem e esse homem, havia uma mulher que se aproximava desse homem ou se aproximava dessa mulher. A forma como a M. sentia de uma forma muito intensa, esta sensação de exclusão que sentia, era posta de parte	17. Ligação não transferencial (a
70	54.24	54.30	Agora não é a M. trouxe aqui, foi uma situação de início que a M. não se excluiu (no início da sessão)	12. Material anterior/ precoce
71	56.17	56.18	A M tem de dar já uma resposta?	46. Questionamento
72	57.35	57.39	Mas porque a M. tem de se culpabilizar? Se recusar porque se culpabiliza?	13. Aprofundamento da compreensão
73	57.46	57.47	Quando diz há.... Por recusar o trabalho	47. Reflexão
74	57.52	58.04	Mas se a M. tem esta situação, para já consegue gerir, tem direito a subsídio	7. Orientação
75	58.53	58.40	Reduziu porque naquele momento fazia sentido	43. Restabelecimento direto da confiança
76	58.43	58.47	A M. depois se arrepende daquilo que faz	28. Contributo do paciente

77	58.54	59.04	Mas está não está? Maldita hora que eu deixei, não sei, Quê? Independentemente dramatizo associado a isto, mas....	28. Contributo do paciente
78	59.04	59.08	Era o possível, era o que tinha de fazer nisso	43. Restabelecimento direto da confiança
79	59.12	59.21	A M. estava com dois empregos, tinha de sair de um a empregos, tinha de sair de um a correr, não descansava	43. Restabelecimento direto da confiança
80	01.00.03	01.00.04	E porque não diz?	46. Questionamento
81	01.00.44	01.00.46	Se tem essa solução	47. Reflexão
82	01.02.53	01.02.54	Querem estar consigo	7. Orientação
83	01.02.26	01.02.27	Está na hora	45. Ecoar
84	01.02.31	01.02.32	O que quer dizer isso?	46. Questionamento

BLOCO E (5,10,14) – 24 meses

Código (Sessão 10)

Intervenções do Terapeuta

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
1	06:04	06:08	Mas a M. não queria saber se ele está interessado em si?	Clarificação
2	06:11	06:14	Como é que faz isso?	Clarificação
3	06:36	06:41	Com quem afinal é que está zangada?	Clarificação
4	07:34	07:37	Porque é que sente que perdeu tempo?	Clarificação
5	07:38	07:45	Estava interessada neste homem, estava interessada em saber se este	Aprofundamento da compreensão

			homem estava interessado em si, queria saber qualquer coisa sobre este homem.	
6	07:43	07:50	Percebeu que os sinais não correspondiam ao que a M. queria, pronto!	17.Ligação não transferencial. e)
7	07:55	07:57	Quanto tempo é que a M. perdeu?	6.Clarificação
8	08:22	08:23	Um mês e meio.	45.Ecoar
9	08:35	08:38	Porque é que a M. fez isso?	46Questionamento
10	09:10	09:12	Porque é que se irritou com o G.?	46.Questionamento
11	11:30	11:33	Como é que isso acontece?	6.Clarificação
12	11:50	11:52	As pessoas que estão garantidas?	17Ligação não transferencial -e)
13	13:09	13:16	Isso fez-me lembrar alguns relatos que M. fez relativamente ao seu pai quando vinha enervado com outras situações	17Ligação não transferencial e)
14	13:47	13:50	Então a M. faz o mesmo?	6.Clarificação?
15	16:05	16:06	Quem disse?	46.Questionamento
16	17:44	17:52	Fiquei aqui a pensar numa coisa o pai da M. dizia como é que a M. devia ser, como devia falar ou como devia portar-se?	17.Ligação não Transferencial. E)
17	22:25	22:27	No que é que a M. esta a pensar?	46.Questionamento
18	22:49	22:49	Portanto está a fazer o mesmo que estava a fazer aqui há bocadinho, está a martirizar-se que perdeu um mês e meio.	12.Material precoce
19	23:15	23:18	Qual a área que a M. queria?	46.Questionamento
20	23:48	23:50	Mas está arrependida?	6.Clarificação
21	24:47	24:50	Estava aqui a pensar esse curso foi a sua opção porquê?	6.Clarificação
22	28:05	28:06	Não estou a perceber.	6.Clarificação

23	28:07	28:08	Sim.	45.Ecoar
24	28:10	28:11	O valor	45.Ecoar
25	29:26	29:27	Mas a M. está fazer alguma coisa errada?	6.Clarificação
26	29:45	29:47	Está a resolver uma situação não é?	13.Aprofundamento da compreensão
27	29:57	29:59	O que é que lhe incomoda?	6. Clarificação
28	32:40	32:43	Não é confortável porquê?	6. Clarificação
29	32:42	32:47	Se eles querem estar com a M. não é?	13.Aprofundamento da compreensão
30	32:48	32:53	Se a Companhia da M. não fosse interessante não lhe pagavam.	13.Aprofundamento da compreensão
31	33:01	33:03	Mas parece incomodada.	50.Confrontação
32	37:40	37:42	Porque é que a M. iria encher o espaço de prazer com porcaria?	14. Incongruência entre o afeto e o discurso
33	37:50	37:52	Acha que não merece divertir-se estar bem?	17. Ligação não transferencial- b)
34	38:01	38:09	O quê?	46.Questionamento
35	40:00	40:01	Quem o Gonçalo?	46.Questionamento
36	40:15	40:17	Há pessoas instintivas. Sabe?	50.Confrontação
37	41:08	41:09	Assim está no bom caminho de certeza.	7. Orientação
38	41:27	41:30	Outro homem que sentiu inseguro ao pé da M..	50.Confrontação
39	41:50	41:51	Sim.	45.Ecoar
40	41:55	41:59	O que é que gostava de perceber?	6. Clarificação
41	42:00	42:04	Se calhar perguntava-lhe a ele.	50.Confrontação
42	44:08	44:11	Esperou quanto tempo?	6. Clarificação
43	44:24	44:26	Quanto tempo é que foi?	6.Clarificação
44	46:40	46:42	Sim. Deite cá para fora.	
45	47:20	47:22	O que é que esta situação a faz lembrar?	6. Clarificação

46	48:25	48:27	Isso agora soou a ameaça para ele.	17. Ligação não transferencial. e
47	48:57	48:58	É uma pena?	45.Ecoar
48	49:04	49:06	Como assim?	6. Clarificação
49	49:12	49:16	Mas nós escolhemos de quem gostamos é uma escolha que se faz.	49. Reestruturação
50	40:31	49:36	Às vezes pode haver outros fatores que influenciam mas de uma forma geral é uma escolha consciente.	49. Reestruturação
51	49:41	49:48	Nós normalmente temos tendência para gostar de pessoas com características parecidas ou opostas no caso das mulheres parecidas ou opostas aos pais e no caso dos homens parecidas ou opostas à Mãe. Temos tendência para escolher aquilo que conhecemos.	13. Aprofundamento da Compreensão
52	51:40	51:43	Mas isso é importante sem querer da um conselho mas dando, acho que faz bem escolher um homem que a faz rir	
53	52:20	52:24	É importante	45.Ecoar
54	53:44	53:46	O que é que a M. está a pensar?	6.Clarificação
55	54:15	54:21	Seja como for apesar desta situação deixe-me que lhe diga que a M. também tirou as suas conclusões dessa conversa, mas não confrontou as pessoas. Portanto a M. soube pouco do que se passou, há poucos dados.	50. Confrontação
56	55:19	55:24	Mas o que é que realmente se passou a M. não sabe, ou sabe pouco.	50. Confrontação

57	55:29	55:34	Independentemente disso a M. aprendeu alguma coisa?	44.Exploração
58	55:44	55:47	É isso que quer?	6. Clarificação
59	55:48	55:51	Não a M. aprendeu outra coisa.	50. Confrontação
60	55:53	55:63	Aprendeu que as vezes estando mais disponíveis as coisas acontecem, também se tiver com grandes expectativas.	47.Reflexão
61	56:03	56:13	Quando as expectativas começam a subir é aí que as coisas (...)	47.Reflexão
62	56:15	56:17	Mas porquê?	6.Clarificação
63	56:22	56:28	Pois cria e muitas (expectativas)	50. Confrontação
64	56:38	56:41	Pois, M. o problema é que a M. evita a vida dentro da sua cabeça e depois esquece-se deixar a vida acontecer	13. Aprofundamento da Compreensão
65	56:58	57:16	M. o passado aqui neste espaço só importa e é por isso que as vezes vamos lá atrás para que a M. reescreva a sua história pessoal que a compreenda numa nova luz que interprete e é só isso!	43. Restabelecimento direto da confiança.

BLOCO E (5,10,14) – 24 meses

Código (Sessão 14)

Intervenções do Terapeuta

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
----	--------	-----	--------------------------	---------

1	00:50	00:52	Ele disse isso?	6. Clarificação
2	04:52	04:54	Foi agressiva?	50. Confrontação
3	11:23	11:26	Não quer dar pancada também agora aqui pancada ao seu terapeuta?	20. Transferência
4	11:32	11:38	Podia estar aborrecida por eu não poder estar cá, mas era me de todo impossível eu estar cá as 8h	20. Transferência
5	12:08	12:15	Eu as 8h era mesmo impossível estar cá ,depois percebi que podia chegar ás 8:15h ou 8:20h mas não podia garantir.	8. Setting Externo e atenção dedicada Às fronteiras/ limites
6	12:33	12:34	Porque é que não gosta de ser assim?	6. Clarificação
7	12:40	12:42	Porque é que acha que dar pancada aos homens resulta.	44. Exploração
8	13:05	13:16	Há bocadinho estava a ouvi-la falar do M. e a M. desconfiou que podia haver outra mulher.	50. Confrontação
9	13:22	13:25	E chegou a falar com o G. sobre isso?	6. Clarificação
10	13:43	13:45	Com o G. um casal?	6. Clarificação
11	13:53	13:54	Sim	45- Ecoar
12	14:29	14:31	Se calhar ele sente o mesmo que é discussão.	47. Reflexão
13	15:35	15:38	A M. ainda se defende mas sinto que se defende menos que há uns tempos atrás.	17. Ligação não transferencial, B.
14	15:41	15:58	Ou seja neste momento a M. já têm alguma segurança para mostrar parte de si pode se expor o que não advém grande mal.	13. Aprofundamento da Compreensão.

15	16:03	16:07	Agora pode tentar saber mais, quais são as intenções dele e também quais são as intenções dentro da M. em relação a ele.	7. Orientação
16	16:26	16:28	Vai marcar um novo encontro?	46. Questionamento
17	19:31	19:33	Quem é que disse isso foi o G.?	46. Questionamento
18	20:29	20:33	A questão é! e o G. sabe do interesse da M. pelo o M.?	44. Exploração
19	20:37	20:38	Não sabe?	46. Questionamento
20	21:05	21:08	E acha que ele não desconfia?	6. Clarificação
21	21:10	21:15	A M. não desconfia que o M. têm interesse com outras mulheres, da mesma maneira que desconfia, o G. também há de ter as dele.	49. Restruturação
22	21:35	22:01	Estou só a tentar aqui... porque a M. apresenta as atitudes do G. como surgissem do nada mas provavelmente pode haver uma razão.	43. Restabelecimento direto
23	23:08	23:08	Se pudesse escolher?	45. Ecoar
24	23:20	23:24	Mas a M. sabe que pode escolher, essas coisas não são assim.	47. Reflexão
25	23:33	23:36	Mas é uma escolha ou não?	50. Confrontação
26	23:40	23:41	Então quem é?	6. Clarificação
27	23:48	23:50	Ah! Uma coisa cá dentro que escolha isso é a M. a escolher.	49. Restruturação
28	23:54	23:56	Mas aqui falamos de coisas inconscientes.	47. Reflexão
29	24:02	24:05	É sempre difícil perceber onde se acaba uma coisa e outra.	13. Aprofundamento da compreensão
30	24:10	24:12	De quê?	46. Questionamento

31	25:31	25:31	Ainda estou a pensar naquilo se pudesse escolher escolhia o G..	12. Material precoce
32	31:42	31:44	E o resto o quê?	46. Questionamento
33	33:11	33:49	M. a questão aqui não é dar ao G. aqui o que interessa é aquilo que M. faz. Há aqui uma contradição o G. têm aquilo que é profundo quem nem O R. tinha que é valores, princípios, carinho, tempo e atenção portanto o que procura mas isto não lhe chega.	14. Incongruência entre o afeto e o discurso
34	34:13	34:20	Então pense no que é que isso quer dizer.	50. Confrontação
35	36:10	36:15	O seu pai costuma a estimular a M. no ponto de vista intelectual?	17. Ligação – não transferencial- a.
36	38:11	38:12	Como é que isso acontecia?	6. Clarificação
37	38:15	38:19	Como é que a M. deixava de ser o que é por causa de outra pessoa?	44. Exploração
38	40:05	40:15	Às vezes é muito difícil largar o que conhecemos mesmo o que nos causa sofrimento ou conforto do que arriscar.	13. Aprofundamento da Compreensão
39	40:58	41:02	Mas isso quer dizer o quê?	6. Clarificação
40	43:40	43:44	Bom M. deixe ver o que acontece.	47. Reflexão
41	45:56	45:59	Mas então vai continuar a dar aulas?	6. Clarificação
42	50:25	50:27	O que é que a M. pensa sobre isso?	6. Clarificação
43	52:00	52:02	Capaz de ser um bocadinho demais!	47. Reflexão
44	52:13	52:15	Mas isso já não aconteceu antes?	6. Clarificação
45	52:22	52:29	Mas M. disse que quando estava naquela empresa...	50. Confrontação
46	52:32	52:33	Sim	45. Ecoar
47	52:52	53:11	As mulheres que não lhe falavam na empresa, na outra empresa diziam	17. Ligação (não transferencial)- (e)

			que era agressiva, agora na escola diz que causa mau ambiente e é sempre mulheres não é?	
48	53:15	53:30	Se calhar há qualquer coisa na relação que a M. estabelece com as mulheres	50. Confrontação
49	53:36	53:39	E antes disso não se lembra?	44. Exploração
50	53:49	53:52	Isso era? Recorde-me lá!	6. Clarificação
51	55:27	55:31	E agora acha que é diferente?	44. Exploração
52	56:43	56:49	Nada, não será. Alguma coisa se passa!	47. Reflexão

Anexo G - Identificação e Cotação das Intervenções do Terapeuta (Paciente 2)

BLOCO E (3,8,12,20 – Início 1º mês

Código (Sessão 12)

Intervenções do Terapeuta

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	00:13	00:14	Então A.?	6.Clarificação
2	00:16	00:17	Cansada	45.Ecoar
3	00:53	00:34	A pensar	47.Reflexão
4	00:58	01:04	E costuma dormir nestas alturas? Dorme bem? Ou fica com um bocadinho de insónia?	44.Exploração
5	02:05	02:11	Consegue identificar se aconteceu? Alguma coisa, se houve alguém acontecimento que a deixa-se mais irritada?	44.Exploração
6	02:32	02:39	Estamos a falar da sua sogra, que A já relatou varias vezes que é uma mulher que feriu e a magoou muito?	12.Material precoce anterior
7	03:01	03:25	Na última sessão a A. referiu, já nas anteriores, na ultima sessão com alguma insistência referiu que tudo acabava por cair em cima dos ombros da A., todas as pessoas se encostavam a si	12.Material precoce anterior
8	03:27	03:28	Todo o trabalho caia sobre si	6.Clarificação
9	08:06	08:33	A, são razões de peso, não é, são razões, parece que A. por um lado também, porque já foi aqui falado.	13.Aprofundamento de compreensão

			Falamos na última sessão, A. está disposta a aceitar trocos, trocos das pessoas, a quem ajudou, E por isso, é qualquer coisa que A. entende que já tem esse direito pode ter esse direito de receber não é?	
10	11:46	11:56	E esse investimento do computador, esse empréstimo	47.Reflexão
11	14:46	14:48	A tem conversado isso com o seu marido?	6.Clarificação
12	15:05	15:09	Parece que ele esta com o orgulho ferido, desta situação de estar sem trabalho	13.Aprofundamento de compreensão
13	15:46	15:48	As condições não estão fáceis para ninguém nesta altura não é?	47.Reflexão
14	16:38	16:40	Pois resgatar o dinheiro pode sempre	47.Reflexão
15	16:51	16:52	Vão descontar nas despesas	47.Reflexão
16	17:20	18:01	A. a mim parece-me que apesar da A. sentir assim, a sentir essa zanga, parece-me que A. esta a fazer uma... a ter consciência, tomou consciência das situações. O fato de ter identificou aquilo que pode estar na origem, desta zanga, desse mal-estar, é importante. Agora A. já pode dar um nome a essas coisas	43.Restabelecimento da confiança
17	18:11	18:30	Falou que estava a fazer um vestido para uma Mãe. Isso de alguma forma, isso está a ser diferente A. já fez tantos vestidos. Mas este também a deixou um bocadinho inquieta.	13.Aprofundamento de compreensão
18	20:23	20:24	O que é que achas?	6.Clarificação
19	20:29	20:36	A quem é que na historia da A. na sua historia da sua infância, quem é que A quis agradar?	44.Exploração

20	20:40	20:41	E antes de?	6.Clarificação
21	21:16	21:20	Se calhar a espera que a sua Mãe também fizesse o reconhecimento do seu trabalho e do seu esforço	10.Experiência precoce
22	23:45	23:57	Normalmente nós tendemos a repetir aquilo que aprendemos, não é? Provavelmente repetiu o que se passou com a sua Mãe faz consigo quando era nova. Terá repetido com a sua filha.	10.Experiência precoce
23	24.04	24.06	Aprender no sentido, exemplo	6.Clarificação
24	26.36	26.37	Era a roupa da A.?	46.Questionamento
25	28.49	28.51	A sua Mãe também dizia que tinha saudades suas?	46.Questionamento
26	28.30	29.00	Portanto mais uma vez a A. foi cuidar dos outros, ninguém cuidou de si	13.Aprofundamento de compreensão
27	34.30	34.37	A qual é a sua primeira recordação? A. coisa que se lembra?	46.Questionamento
28	34.40	34.45	Das da sua infância? O mais recuada no tempo, qual a sua primeira memória?	46.Questionamento
29	38.25	38.27	Essas coisas marcam de verdade	7.Orientação
30	41.10	41.14	Sente raiva, sente?	44.Exploração
31	44.35	44.49	A, mas no fundo esta depois rodeada de tantas pessoas, tanta gente a sua volta passou uma vida de solidão	13.Aprofundamento de compreensão
32	48.26	48.35	Portanto o seu espaço, o espaço que A. tem falado que lhe falta, começou aí	13.Aprofundamento de compreensão
33	48.36	48.38	Esse espaço das suas coisas, também é invadido	13.Aprofundamento de compreensão
34	49.35	49.50	A. são situações muito duras, que A. passou como dizia a pouco também foi situações que A. mostrou ter recursos para resolvê-los e supera-los.	10.Experiência precoce

35	51.46	51.49	Tem o seu filho Ricardo	47.Reflexão
36	51.46	51.49	A. procura do seu caminho, também esta a dar os seus passos	7.Orientação
37	52.07	52.10	Mas ele vai ter que dar mais tarde ou mais cedo, não é?	6.Clarificação
38	52.55	52.56	E melhor não	47.Reflexão
39	53.03	53.04	Um dia vai ter que se encontrar	47.Reflexão
40	53.06	53.31	Eu próprio sinto isso e nós não podemos ajudar os nossos filhos até certo ponto. Que é dar-lhes algumas dar-lhes as competências para eles crescerem. A. partir de uma certa altura eles têm de se terminarem	42.Auto-revelação ao terapeuta
41	54.00	54.04	Da minha Experiência e daquilo que eu sei, todos os pais falham na educação dos filhos	42.Auto-revelação ao terapeuta
42	56.17	56.19	As coisas vão ter também seus tempos, vamos esperar	42.Auto revelação ao terapeuta
43	56.22	56.23	A como se sente?	Exploração
44	56.48	57.02	Nesta sessão A. falou muito de si, esclareceu muitas coisas, foi uma sessão muito rica. A. trouxe ao de cima muitas coisas.	43.O restabelecimento da confiança
45	57.16	57-18	A como já percebeu, vamos ter ceder a sala. Vamos ficar por aqui	8.Settingexterno
46	57.26	57.31	Eu tenho uma tarefa para A. que eu ai pedir...	40. Atribuicao dos trabalhos de casa

BLOCO E (3,8,12,20) – Início 1ºmês

Código (Sessão 20)

Intervenções do Terapeuta

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
1	00:44	00:46	Como é que se têm sentido?	44. Exploração
2	04:50	05:01	Na semana passada a A. revisitou algumas das partes da sua infância	47. Reflexão
3	09:48	09:50	São memórias boas não é?	47. Reflexão
	09:53	09:55	Mais ou menos com que idade é que (...)?	46. Questionamento
4	16:21	16:30	Recorde-me só de uma coisa, no seu cansamento a A. disse-me que (...)?	6. Clarificação
5	19:37	19:40	Portanto isso aconteceu um ano e meio antes de(...)?	45. Ecoar
6	25:22	25:24	Sim foi um bocadinho arriscado	45. Ecoar
7	26:01	26:03	Se bem, que a A. nunca comentou com o seu marido sobre isso pois não?	50. Confrontação
8	27:08	27:10	São as aventuras da vida não é?	47. Reflexão
9	29:14	29:17	E o que é que acha, o que é que acha disso da sua filha?	6. Clarificação
10	29:41	29:46	Eu tava a perguntar sobre aquilo que a sua filha lhe diz sobre a A.?	6. Clarificação
11	30:00	30:12	Eu recorde-me que na última sessão a A. tinha dito que também tinha ficado ansiosa que estava a resolver a questão de um vestido que estava a fazer.	12. Material Precoce
12	31:05	31:10	Portanto é como se A. quisesse viver os seus desejos através dos desejos dos outros.	13. Aprofundamento da Compreensão
13	34:10	34:16	A. se fosse a esse curso ia aprender aquilo que já sabe?	6. Clarificação

14	40:22	40:24	Porque é que acha que isso acontece?	44. Exploração
15	40:25	40:26	Ao que é que associa o vermelho?	6. Clarificação
16	44:17	44:19	Sim era o luto era tristeza que A. sentia.	34. Dificuldades na gestão das desilusões das pedras
17	44:28	44:30	Onde está o seu filho?	6. Clarificação
	49:40	49:44	Mas também na altura a A. estava a sofrer muito.	47. Reflexão
18	50:05	50:09	Reagir o melhor possível consoante as circunstâncias.	47. Reflexão
19	50:12	50:16	Mas é importante que a A. faça e esse reconhecimento.	47. Reflexão
20	50:45	50:50	É verdade mas têm que aceitá-la.	47. Reflexão
21	52:51	52:52	Não têm nome, lá está?	45. Ecoar
22	53:00	53:06	De facto nem sequer há um nome para dar a essa situação. É uma situação muito dolorosa.	47. Reflexão
23	53:13	54:05	Mas A. , eu sinto que a A. falou hoje das boas memórias que foi tendo das coisas boas que foram acontecendo e que também preencheram e nas quais também esta a boa memória da sua filha. Repare que falou do algarve do mar de apanhar fruta pelo caminho e falou do S. das coisas boas que ele lhe dizia	13. Aprofundamento da Compreensão
24	54:15		Mas a A. perdeu o seu filho mas a força que ele lhe deu a A. ainda têm.	30 Negligenciar as partes saudáveis
25	55:44	55:47	A. Agora vamos ficar por aqui	8. Setting Externo

26	55:56	55:58	E vai ter muito com certeza, mas têm estado a fazer um bom trabalho.	7. Orientação
----	-------	-------	--	---------------

BLOCO E (3,8,12,20) – Início 1ºmês

Código (Sessão 3)

Intervenções do Terapeuta

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
1	00:04	00:08	Se houver alguma situação que eu não possa estar, eu aí aviso.	8. Setting Externo
2	01:08	01:28	De qualquer das maneiras eu estive cá á sua espera esta hora é a hora da A .as terapias funcionam assim , esta hora eu não posso ocupar com ninguém estive aqui á sua espera	8. Setting Externo
3	01:33	01:53	O que eu queria dizer mais uma vez eu percebi que devia prender-se com a tarefa que A . Estava a realizar (...)	47. Reflexão
4	03:00	03:16	Se calhar, ele ao sentir-se que a Mãe está a melhorar está a ficar bem, sabe quando fazemos uma terapia não beneficiamos só nós próprios também beneficiamos quem está à nossa volta.	43. Restabelecimento direto da confiança
5	06:00	06:29	Há pouco a A. disse que tinha que ficar intacta, à medida que a A. Vai ficando intacta internamente também vai criando outras oportunidades e formas de estar, está a fazer a	12. Material Precoce

			reconciliação com a sua infância também.	
6	06:43	06:46	Se as pessoas sentem e dizem é porque (...)	47. Reflexão
7	07:32	07:34	E é bom não é A.?	6. Clarificação
8	09:36	09:41	E a A. Também abraçou esse espaço de arte e criatividade.	47. Reflexão
9	12:28	12:39	Aquela angustia que a A. Sentiu quando estava a fazer lá aquilo a validação das competências isso pelo os visto está-se a levantar.	7. Orientação
10	17:18	17:25	O seu marido para além de sentir essas coisas, fica um bocadinho mais agitado excitado? Ele do ponto de vista do sono têm insónias?	44. Exploração
11	18:00	18:01	Estava a perguntar isto porque há uma consulta eu agora não sei exatamente onde é(...)	47. Reflexão
12	29:39	29:43	E o seu marido também faz isso?	6. Clarificação
13	30:30	30:55	A. Contou na sessão anterior aquele episódio que foi atrás do seu marido com a miúda. O que é o seu marido para si A.? Como é que vê este homem na sua vida?	12. Material Precoce
14	37:34	37:37	Mas essa raiva vai ficando?	6. Clarificação
15	39:18	39:19	Caminhavam juntos.	47. Reflexão
16	40:58	40:59	Sim, foi um caminhar conjunto não é?	47. Reflexão
17	43:58	44:00	Foi conquistando o seu espaço não é?	47. Reflexão
18	46:11	46:15	Mas tem conseguido ir alterando esse (...)	7. Orientação

19	50:10	50:13	Bem, quando nós conquistamos a nossa autonomia os nossos filhos também têm tendência a ser mais autônomos.	13. Aprofundamento da Compreensão
20	50:35	50:53	Mas ainda assim na semana passada, naturalmente do ponto vista real e objetivo a A. tinha lá o trabalho do fim-de-semana para fazer e mais uma vez teve que abdicar do seu espaço para ajudar os outros.	8. Setting Externo
21	51:25	51:30	Mas pelo visto a senhora ficou contente	47. Reflexão
22	51:39	51:49	Porque é que é impressão? Podia responder claro que está, fui eu que fiz disto percebo eu!	47. Reflexão
23	51:51	51:53	A. Vamos ficar por aqui?	8. Setting Externo
24	51:58	52:00	Como é que se sente?	7. Orientação

BLOCO E (3,8,12,20) – Início 1º mês

Código (Sessão 8)

Intervenções do Terapeuta

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	02:24	02:26	Qual era a cena que estou?	46.Questionamento
2	03:09	03:14	Estava há bocado a dizer que a senhora da entrevista	6.Clarificação

			tinha dito que tinha sido única que...	
3	03:27	03:32	E não sentiu incomodada constrangida	44.Exploração
4	03:38	03:46	Exatamente quando se mexe numas coisas depois as outras também se modificam, as que andam à nossa volta se modificam	43.O restabelecimento direto
5	06:26	06:27	Muito bem	45.Ecoar
6	11:58	11:59	Vai compondo também assim as coisas	7.Orientação
7	12:41	12:42	O seu marido deixou mesmo as novas oportunidades?	6.Clarificação
8	13:40	13:52	E A. quer retomar também as novas oportunidades?	46.Questionamento
9	15:42	15:50	Parece bastante ajustado é o que A sente que esta mais de acordo com aquilo que são as suas necessidades, os seus desejos	7.Orientação
10	16:15	16:16	A partir de setembro?	6.Clarificação
11	16:19	16:20	E um projeto?	6.Clarificação
12	19:48	19:49	Correu bem?	6.Clarificação
13	20:22	20:49	A. estava a dizer-me que neste percurso da sua vida, entre aquilo que foi a sua infância, num meio pequeno, um meio mas é na grande cidade teve que ir trabalhar, esta a dizer, que num meio pequeno encontrou também coisas boas que foram reparadoras que permitem A. esta...	13.Aprofundamento da compreensão
14	21:30	21:39	A., portanto falou com a sua filha, aquela questão que falou da última vez em relação a sua sogra.	6.Clarificação
15	21:38	21:39	Ficou resolvido	47.Reflexão
16	22:10	22:20	Isso é muito bom, A. permitiu-se ter um espaço para si, um espaço que foi de prazer, e bem-estar, não é?	13.Aprofundamento da compreensão

17	22:35	22:44	Não senti a A., desta vez ficar muito angustiada por ter que ceder o seu espaço aos outros	13.Aprofundamento da compreensão
18	24.11	24.17	Também parece que foi uma mulher que a sua sogra...	13.Aprofundamento da compreensão
19	24.20	24.22	Viveu sempre um função dos outros ou	13.Aprofundamento da compreensão
20	24.26	24.30	Foi retirar o espaço dos outros ou seja só conhece aquilo que....	13.Aprofundamento da compreensão
21	26.50	26.51	Não vem?	6.Clarificação
22	33.36	33.43	A. está a me dizer que a educação dos homens e das mulheres são diferentes?	48.Reformulação
23	33.48	33.49	É difícil porque por vezes corre-se injustiças	13.Aprofundamento da compreensão
24	33.55	34.14	Que de certa forma também mesma quando nos passamos e sentimos como A. dizia em relação a forma como a sua sogra dizia, a mulher fica brenha, o homem não, nos também repetimos isso, com os nossos filhos não é?	49.Retatuação
25	34.16	34.18	Damos mais liberdade aos rapazes	48.Reformulação
26	34.55	35.00	Muito bem, nos podemos quebrar esse ciclo, não é?	48.Reformulação
27	35.56	35.57	Estamos sempre a tempo de reparar as coisas não é?	13.Aprofundamento da compreensão
28	36.11	36.17	Hum...hum, nós temos o poder e a capacidade de quebrar estes ciclos...	7.Orientação
29	38.53	38.59	Mas ficava magoada, que a sua sogra fosse sua Mãe?	13.Aprofundamento da compreensão
30	40.15	40.16	Disse bem	Reflexão
31	40.22	40.27	A disse bem, disse pai, nunca a chamarei de pai	13.Aprofundamento da compreensão
32	40.44	42.24	Mas teve necessidade de chamar pai aqui esta mulher. A. isto normalmente chamamos aqui no setting nas terapias, ato falhado, quando nós substituímos uma palavra	43.O restabelecimento direto

			por engano, que inconscientemente quer significar alguma coisa. Parece-me que esta mulher, com a sua dureza, com a sua rigidez, tinha características mais masculinas, afetividade, do que um amor mais feminino	
33	41.40	41.51	Então ela era uma mulher, não tinha a sua sexualidade, a definição do seu inteiro, não é?	13.Aprofundamento da compreensão
34	41.58	41.57	O papel sexual, ser homem ou mulher	6.Clarificação
35	41.58	42.23	Ou seja, a sua feminidade a sua qualidade feminina, aquilo que torna uma mulher, mulher, a venerabilidade, torna um homem. Portanto é como se pelo menos se através do reconhecimento que as pessoas faziam dela, parecia alguém não tinha essa identidade bem definida	13.Aprofundamento da compreensão
36	42.30	42.43	Então provavelmente ser alguém ao ver a A. uma mulher inteira, com a sua feminidade intacta, isso causasse muito ciúme, muita inveja	13.Aprofundamento da compreensão
37	43.08	43.09	É o que os miúdos fazem	47.Reflexão
38	44.11	44.12	Tomasse qual reação?	6.Clarificação
39	45.31	45.32	O bernardo é o seu neto?	6.Clarificação
40	46.13	47.22	A sua vida como mulher foi, do que tem vindo a falar. Foi uma vida como mulher foi muito sofrida, muito penalizada por isso	10.Experiência precoce
41	46.24	47.12	Que... Não por sentir mal, com quem é pelo isto participa num espetáculo, gosta de estar com as pessoas de mostrar quem é. Quando fomos para um palco é o que fazemos, não	13.Aprofundamento da compreensão

			<p>é? Vamos mostrando aquilo que somos ainda que necessariamente nem que tenhamos de vestir uma pele, ou uma personagem, ou alguma coisa para estar no palco para, aquele papel que tem desempenhar, seja a passar a ferro, mas há papeis que também nos puseram assim como ser agressivos como a sua filha, que são violentos</p>	
42	49.37	50.11	<p>Falamos de quebrar o ciclo esses ciclos da vida, não é? Mas depois repetimos ou vamos repetindo as coisas, nós repetimos as coisas mas as tantas volta acontecer, isto pode ser quebrado assim como A conseguiu quebrar esse ciclo, oferecendo a bicicleta a sua filha, reparando uma coisa. Acho que pode conversar com a sua filha sobre essa situação, sobre essas injustiças, da sua sogra, de uma forma</p>	13.Aprofundamento da compreensão
43	53.03	53.04	Vamos continuar para a semana	8.Setting externo

BLOCO C (1,6,15,18) – 6 meses

Código (Sessão 1)

Intervenções do Terapeuta

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	00:38	00:39	Quando trabalha a A. sente-se....	47.Reflexão
2	01:21	01:22	Quem?	6.Clarificação

3	01:23	01:24	A sua sogra	45.Ecoar
4	01:25	01:26	Quando chegou a casa do trabalho	6.Clarificação
5	02:30	02:33	Como é que a A. sente em relação a isso?	44.Exploração
6	02:52	03:07	A então vê na zanga da sua sogra e esses comportamentos da sua ausência, ainda uma forma de reconhecimento da parte dela, que precisa de si, não é?	13.Aprofundamento de compreensão
7	03:13	03:14	E o que isso a faz sentir?	44.Exploração
8	03:47	04:24	Pena, o ideal seria, eu A. poder estar a tomar conta dos outros, da sogra, para ter esse retorno, esse reconhecimento, seja uma zanga (alguém sentir a falta), e por outro lado. Não poder ser duas, por esse lado, ter esse reconhecimento e por outro lado poder cuidar de mim A. fazendo aquilo que gosto, sente fazer para meu bem	49.Restroturação
9	04:33	434	Dividida, não é?	6.Clarificação
10	05:27	05:31	As tonturas e as náuseas surgem?	44.Exploração
11	06:21	06:22	E a tensão tem visto?	44.Exploração
12	07:11	07:37	Normalmente aqui, primeiro vê-se se pode haver algumas relações orgânicas, que estejam surgir associados as vertigens, que surge associada a muitos estados físicos. Portanto convém despistar isso primeiro, depois vê-se.	44.Exploração
13	08:14	08:26	Agora dá vertigens quando estamos numa situação de grande tensão, parece que há	26.Utilização de mecanismo defesa somatização

			situações que passam...quase se cai dentro das suas situações.	
14	08:54	08:59	Também ai as coisas param, não é? normalmente A. pára, um bocadinho durante o dia?	13.Aprofundamento de compreensão
15	10:34	10:43	Mas quando a A. se ausenta para ir trabalhar e fazer as suas coisas. Também lá em casa, também se organizam	49.Restroturação
16	11:42	11:43	E porque se enervou?	6.Clarificação
17	11:51	11:52	E esse alguém quem seria?	44.Exploração
18	11:56	11:58	Portanto é A. que se põe a jeito para tudo	7.Orientação
19	12:26	12:27	E A o que acha disso?	6.Clarificação
20	12:38	12:40	Porque eu ainda não consigo...	48.Reformulação
21	12:50	12:53	Mas nós sozinhos não conseguimos não é?	13.Aprofundamento de compreensão
22	13:02	13:25	A verdade é que A. paga uma fatura pesada por causa disso que...essa tentativa também...	17. Ligação (não transferencial) -(c
23	13.26	13.29	A preocupa-se e é natural mas por outro também tem necessidade de ter controlo se não sou eu A. que controlo as coisas, então mais ninguém.....	17. Ligação (não transferencial)- (d
24	13:30	13:45	Mas isso depois tem uma fatura grande porque, para já as pessoas se veem que a A. se chega à frente, faz as coisas, ficam nos seus cantos.	17.Ligação (não transferencial)- (C
25	13:46	14:26	Portanto repare como é a A. acaba por ter a responsabilidade nesta questão de, portanto o seu marido afasta-se, o seu filho também se afasta, vai lá tratar das coisas dele.	17. Ligação (não transferencial)

			Provavelmente os seus cunhados também se afastam. E a sua sogra está lá entregue a A. mas depois A. também consegue, quando se retira disto, porque tem as outras coisas, quando vai cuidar de si, as coisas organizam-se. Com a senhora que vai lá, ou com o filho que fica a tomar conta, enquanto o marido sai, lá se arranjam soluções	
26	15:09	15:16	Quando eu deixo de controlar as coisas, as coisas até fluem melhor e eu fico mais descansada.	17.Ligação (não transferencial)- (C
27	15:42	15:50	Também é bom que a sua sogra não perca a autonomia que têm não é, a pouca autonomia que lhe resta	7.Orientação
28	15:55	15:57	Têm que se mexer	7.Orientação
29	16:31	16:33	Portanto apanhou o lado esquerdo, não é?	6.Clarificação
30	16:36	16:37	Foi afetado no hemisfério direito	47.Reflexão
31	16:40	16:49	Provavelmente as coisas da linguagem estão disfuncionais.	44.Exploração
32	19:38	19:39	Sim pode	47.Reflexão
33	19:41	19:42	Tudo o que seja promover a autonomia	47.Reflexão
34	21:02	21:05	Mas veja lá isso se houve vaga é de aproveitar	47.Reflexão
35	21:07	21:17	As vagas não estão fáceis, isto agora, nesta altura do inverno é sempre mais difícil e se perde a vez	47.Reflexão
36	21:20	21:24	Enão se preocupe la com as coisas do Natal	47.Reflexão
37	21:46	22:02	Sim, mas eles normalmente no Natal dão alta. E a pessoa pode	47.Reflexão

			voltar a entrar no dia seguinte	
38	23:15	23:20	Muito bem, nesta fase também tenho direito de estar comigo própria	7.Orientação
39	23:32	23:33	A não tem direito a isso?	6.Clarificação
40	23:51	24:28:00	Se a A., dia 26, se A preferi se..... Temos de saber se há alguma marcação a partida não. Não vai vir na próxima sexta	8.Setting Externo
41	24:33	24:34	Vai ao hospital dos capuchos fazer?	44.Exploração
42	24:53	24:54	Tem de cuidar de si, não é?	6.Clarificação
43	25:06	25:08	E o que acha que a deixou mais abaixo?	44.Exploração
44	25:45	25:48	Mas como é acorda? A. meio ou...	44.Exploração
45	29:16	29:17	A ainda esta a tomar aquela medicação?	46.Questionamento
46	30:36	30:40	Mas se calhar foi a primeira vez se calhar calculou mal a força	47.Reflexão
47	31:03	50:18	Mesmo assim essa mulher tem a capacidade de lhe roubar o sono. O sono num espaço de excelência que estamos abandonados a nós próprios, o sono, no nosso inconsciente	17.Ligação (não transferencial)- (B
48	31:44	31:45	O que A. sente quando houve essa vizinha?	44.Exploração
49	34:25	34:29	A põe toda gente a sua volta a dizer a...a mesma coisa	48.Reformulação
50	34:41	34:42	Que situações?	Exploração
51	35:45	35:51	É o mesmo que dizer, A. tome conta da minha Mãe, se não quem fica na prisão da vítima sou eu, que esta aqui, como ultima, sou eu	48.Reformulação

52	36:48	37:20	E preciso aqui, pense um bocadinho naquilo que sentiu, relativamente à situação, por um lado a mágoa, sentiu alívio, não conseguiu ainda desligar e fica sempre preocupada. Em quando A tiver a ter estes pensamentos, vai ser difícil.	17.Ligação (não transferencial)- C
53	38:10	38:19	Porque acha que ele escolheu precisamente o dia que A. não estava em casa, e que tinha de ficar com a Mãe? E pôs o filho a cuidar da Mãe	44.Exploração
54	38:24	38:25	Também está com dificuldade em lidar com essa situação?	13.Aprofundamento de compreensão
55	38:38	39:04	Ai A. também pode envolver o seu marido, dizendo, eu percebo que estejas, que está situação com a tua Mãe esteja a criar-te angustia, a deixar-te muito assustado, de maneira que estejas a empurrar para mim, é a tua Mãe.	28.O contributo do paciente das suas dificuldades
56	40:00	40:16	Se surgir o conflito, há o conflito dos seus cunhados com A. Para o seu cunhado também é mais fácil ter o conflito com A., não com o irmão. E para o seu marido também é mais fácil.	28.O contributo do paciente das suas dificuldades
57	40:17	40:23	A vai ficar numa situação que (...)	47.Reflexão
58	41:11	41:13	O seu cunhado oferece alguma compensação económica?	46.Questionamento
59	41:16	41:23	É que as vezes há pessoas dão dinheiro, para não se envolverem	47.Reflexão
60	43:24	43:25	Qual é que acha que será essa resposta?	44.Exploração

61	46:33	46:38	O que é que achas A. é capaz?	6.Clarificação
62	46:36	46:37	Eu também acho que sim	7.Orientação
63	46:53	47:36	Mas nós vimos aqui que as relações... continua com esse cansaço, tem haver com ideias que A trazia em relação as expectativas criava, esse cansaço é um cansaço que vem lá de trás, vem muito de longe (...) parece que A. aqui neste espaço., também vai percebendo isso.	10.Experiência precoce
64	47:43	48:22	A têm essa situação a casa, portanto a senhora está, se nós dispomos cuidar de alguém arranjamos maneira, o que realmente, oque nos trás mais peso é a ordem das afetos e das relações que estabelecemos com essa pessoa e que está ai subjacente. A. vai com esse cansaço....é um cansaço de uma vida inteira	10.Experiência precoce
65	48:38	49:00	Um peso ,A. queixa-se das costas e dessa sensação pesada, desse peso, não é só o peso físico de levantar a sua sogra é o peso exatamente....	10.Experiência precoce
66	49:03	49:05	A tirar a tal mulher esse peso desce....	10.Experiência precoce
67	50:01	50:03	Agora já começa a ficar as coisas, pelo menos mais claras, não é?	43.Restabelecimento de confiança
68	50:16	50:46	Ou pelo menos a questão da culpa aqui, pelo menos A. tem se pondo a jeito, para ficar nessa situação, aguardando depois compreensão ou reconhecimento, nessa expectativa, de ter	28.Contributo do paciente

			alguém ganho, depois não acontece.	
69	58:47	58:48	Não acontece	45.Ecoar
70	50:50	51:18	E as vezes, nem é por... por pequenas maldades das pessoas, quando nós se pomos numa posição enfim que nos deixa. Em que as pessoas naturalmente, deixam que a gente se chegue à frente é natural ficam mais recuadas.	28.Contributo do paciente
71	51:19	50:33	O outro vai deitando, não é? as pessoas não fazem isto Maquiavelicamente, fazem isto porque é a oportunidade.	28.Contributo do paciente
72	51:35	51:46	Nós todos temos aquilo ou seja, se alguém se preocupa, nós ficamos	47.Reflexão
73	51:58	52:07	Também está ao alcance da A., nas M. os da A, por agora um bocadinho de pausa nesta situação	28.Contributo do paciente
74	52:46	52:47	É responsável	47.Reflexão
75	53:17	53:18	E o que é que A. pensa disso?	44.Exploração
76	53:30	53:31	Acha que ela tem razão?	6.Clarificação
77	53:47	54:13	Agora vamos trabalhar neste desabituar. Pelo menos A. está consciente desta realidade, não é A.?O fato de ter agora de agir, dar o seu passeiozinho, vai visitar a sua filha, vai trabalhar assim que tiver a oportunidade, pegue no curso...	43.Restabelecimento direto
78	54:30	54:31	E soube bem?	6.Clarificação
79	54:33	54:37	A resolveu dar um presente a si	7.Orientação
80	58:58	58:59	Teve prazer, não teve?	6.Clarificação

81	55:20	50:23	Eu, A. estou a conquistar o meu espaço	7.Orientação
82	55:43	55:46	Agora eu também consigo estar sozinha comigo própria, sinto-me a viver as coisas e estar na vida, no mundo ,a tirar prazer disso, de mim para mim, sem ter que fazer isto através de cuidar dos outros constantemente.	17.Ligação não transferencial- (c)
83			Agora já tenho espaço dentro de mim, para sentir a mim própria, sentir as minhas tristezas, as angustias que vem de trás, das coisas, que deixou acontecer, agora já tenho uma casa dentro de mim...	17.Ligação não transferencial (d)
84	56:17	58:18	Vamos ficar por aqui	8.Setting externo

BLOCO C (1,6,15,18) – 6 meses

Código (Sessão 6)

Intervenções do Terapeuta

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
1	00:08	00:11	Como estamos A?	44. Exploração
2	00:11	11:12	Como está?	6. Clarificação
3	00:23	00:24	Na mesma, isso quer dizer?	6. Clarificação
4	02:32	00:38	Ah! Futebol aquático.	45. Ecoar
5	11:20	11:40	Mas pelo menos a A. já conseguiu gerir aqui, conseguiu distanciar-se um bocadinho e deixar as partes realmente que têm que tratar da sua sogra os filhos.	13. Aprofundamento da Compreensão
6	12:00	12:02	Mas o que é que A. pensa disso?	6. Clarificação

7	12:50	12:53	Mas para todos os efeitos a sogra é dela não é?	6. Clarificação
8	13:25	13:26	E ele estava a dizer isso para a sua esposa?	6. Clarificação
9	13:55	13:59	Com tantas exigências (...) estava a referir-se a quem?	6. Clarificação
10	15:36	15:39	Eu conto cá estar!	47. Reflexão
11	15:52	15:55	Está a referir-se à possibilidade da sua sogra de piorar e falecer.	48. Reformulação
12	16:18	17:24	Pelo menos a A. qui neste processo por aquilo que me relatou conseguir manter a distância e para todos os efeitos que a sua sogra é mais daqueles dois filhos e são os filhos que cuidam, as vezes não cuidam mas têm que fazer essa gestão em relação aos pais, a sua cunhada de certa forma estava no seu direito de não ter nada a ver com aquela mulher e n se sentir confortável isso depois tem o reverso a A não consegue deixar de atuar nesta situação. Aqui o problema quando é generosidade própria da A. de querer ajudar o outro querer ser útil depois se torna uma obrigação um peso que a A. depois não consegue fugir.	13. Aprofundamento da Compreensão
13	24:15	24:40	Portanto as coisas que são impostas de fora, a A. cumpre mas as coisas que A. têm que impor a si mesma para trabalhar já deixa (...)	50. Confrontação

14	24:53	24:58	Também estamos aqui a falar de uma atividade que iria dar prazer a A.	47. Reflexão
15	25:06	25:11	Pelo menos eu senti que A. enfim ia sentir-se bem	47. Reflexão
16	26:21	26:27	Mas agora o seu marido vai ficar o quê (...)? Vai ficar lá duas horas com a Mãe.	6. Clarificação
17	26:49	21:01	Portanto aqui neste espaço que é seu a A. têm necessidade de falar dos outros, antes de falar de si.	7. Orientação
18	27:12	27:13	De onde é que isso vêm A.?	44. Exploração
19	27:40	27:45	A A. já percebeu que isso de alguma forma lhe foi imposto no passado.	7. Orientação
20	28:05	28:23	Consegui e eu acho que nesta questão do conflito o facto da A. se ter conseguido retirar e ter deixado as partes que tem que resolver esta questão são os filhos.	13. Aprofundamento da Compreensão
21	28:49	29:24	Quando eu, A. me retiro as coisas também conseguem lá se vão organizando ainda por cima assim organizam-se no sentido, vão ao encontro daquilo que é O direito da A. ter o seu espaço e estar também um bocadinho consigo própria.	13. Aprofundamento da Compreensão
22	30:31	30:35	Sim, aceite logo que isto está muito difícil não se consegue vaga.	47. Reflexão
23	30:56	31:18	Depois é muito difícil, porque lá para os serviços fazem esta gestão eles vão sempre achar se calhar é a	47. Reflexão

			<p> pessoa que prefere que esteja lá em casa e vão dando prioridade a esses. </p>	
24	31:43	31:45	Depois é um choque muito grande!	45. Ecoar
25	32:19	32:24	<p> Peço desculpa por esta interrupção aqui. Está lá o papel mas mesmo assim (...) </p>	8. Setting Externo
26	32:40	32:43	Como é que vai ser daqui para a frente?	44. Exploração
27	34:49	34:55	<p> Porque é que acha que o seu marido não está a reagir a essas coisas? Já falou disso com ele? </p>	6. Clarificação
28	35:11	35:12	Portanto sente-se logo não é?	6. Clarificação
29	35:18	35:19	Adiar.	45. Ecoar
30	35:23	35:25	Mas o que é que acontece a seguir?	6. Clarificação
31	33:43	35:45	E à A. o que é que isso a faz sentir?	6. Clarificação
32	36:26	36:28	Mas anda a sentir o seu marido mais triste, mais parado?	44. Exploração
33	42:24	42:32	E a A. quando é que têm direito também ao seu espaço.	47. Reflexão
34	43:45	43:55	<p> A. veja-lá então essa questão do ter algum alívio através da assistência do serviço social </p>	47. Reflexão
35	45:20	45:36	<p> É sempre bom ir estimulando insistindo falando, ou seja ouvir falar para a pessoa ir ativando mas dá-me a sensação que ela esta muito (...) </p>	47. Reflexão
36	46:44	46:46	É um desespero grande não é A.	47. Reflexão
37	47:09	47:11	Disse? Quando isso acontecer?	6. Clarificação
38	47:48	47:49	O que é que isso lhe trás?	6. Clarificação
39	48:00	48:15	Mas essa saudade, esse prazer de estar ali está associado alguma coisa.	49. Reestruturação

			Um coisa que é boa onde é que está essa memoria boa da A.?	
40	48:52	49:02	A água bater é um movimento de vai e vem quando somos pequeninos quando é que temos isso?	49. Reestruturação
41	49:12	49:15	Mas teve A.?	6. Clarificação
42	49:27	49:29	Teve o suficiente para A. estar organizada.	47. Reflexão
43	50:47	50:49	Então vamos a isso A. vai programar (...)	47. Reflexão
44	51:28	51:38	Devia ser ao contrário A., devia cuidar primeiro de si para depois estar disponível para cuidar dos outros, só quando nós cuidamos de nós é que conseguimos cuidar dos outros.	49. Reestruturação
45	51:44	52:15	Eu percebo o que quer dizer se esta situação ficar mais organizada a A fica mais disponível e mais organizada mas também como já viu as coisas podem se organizar por si pelo sue marido pelo seu cunhado podem arranjar uma outra solução e deixarem a A. Também livre para ir fazer as pazes com a sua infância la no algarve	13. Aprofundamento da Compreensão
46	52:21	52:40	Ir lá estar com a família o reencontro falar da sua infância das coisas boas, que ficaram gravadas que são também a força de A. que põe a A. ajudar os outros.	13. Aprofundamento da Compreensão
47	56:06	56:08	Lá vieram as boas memórias no fim da sessão!	8 Setting Externo

48	56:38	56:39	E de estar bem não é?	45 Ecoar
----	-------	-------	-----------------------	----------

BLOCO C (1,6,15,18) – 6 meses

Código (Sessão15)

Intervenções do Terapeuta

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	00:27	00:28	O mais importante	47.Reflexão
2	02:33	02:34	Mais sensibilidade	47.Reflexão
3	03:03	03:04	Ela foi para onde?	46.Questionário
4	03:15	03:16	Já sei qual é que seja	47.Reflexão
5	03:25	03:26	Já sei qual é num edifício	47.Reflexão
6	03:28	03:29	Grande	45.Ecoar
7	03:31	03:33	Com um muro à volta. Já sei...	47.Reflexão
8	05:23	05:28	Tem perca de controlo dos esfíncteres, não é	6.Clarificação
9	05:35	05:36	Intestinal	47.Reflexão
10	09:26	09:46	Estou um bocadinho constipado... como a A. sente isso ou seja, as coisas resolveram-se, as series questões que estavam pendentes, parecem que começaram-se a resolver à voltar da A.	13.Aprofundamento
11	09:55	09:56	Ainda não acredita concretamente?	6.Clarificação
12	11:47	11:50	A há um mês atrás teria essa postura?	46.Questionamento
13	14.02	14:14	Portanto é como se ele se assustasse muito quando, ou seja quando vê uma compensação, tem de arranjar uma espécie de armadilha a si própria.	48.Reformulação
14	14:16	14:20	De se colocar numa posição, depois não	48.Reformulação

			merecedora daquilo que é reconhecimento	
15	18:14	19:04	De qualquer das maneiras A. também aqui nestes casos, essa necessidade de, tendo uma parte das outras coisas estavam a pesar, estavam a ser mais preocupantes. E que agora conseguiu organizar, essa parte, não teve aqui o espaço, teve necessidade saltar logo para outra preocupação. A. não consegue ter o seu espaço. O que se passa aqui, também é o que representa o que se passa na vida, não é? A. esta a dizer aqui de fato conseguiu resolver uma parte para já estabilizada e organizada, mas que imediatamente, teve necessidade de.....	43. Restabelecimento
16	19:11	19:20	Pelo menos A. sentiu necessidade de agarrar isso, para não se dar o conforto, de poder relaxar, poder descansar	43. Restabelecimento
17	20:24	21:31	Ou seja ainda não posso dar a mim própria o espaço para poder estar comigo. É um pouco como aqui neste espaço, independentemente da questão do autocarro, mas A. atrasar-se também abdicou do espaço seu, para.....e um bocadinho como está a fazer neste caso, não é? Esta adicar de poder estar enfim de apaziguar de sentir agora apaziguamento que tem da sua sogra e todo o trabalho envolvido já menos neste período de tempo...tempo de aproveitar isso, É como se A. não pudesse dar esse espaço a si própria de	19. Transferência

			agora possa relaxar aqui um bocadinho passou logo para outro problema	
18	22:06	22:07	Ir à visita	47.Reflexão
19	23:01	23:02	Estar só	45.Ecoar
20	23:56	24:09:00	Até que ponto, não funcionou também, estas preocupações, não funciona um pouco (...) Sim porque a A. agarra isso para preencher essa solidão, não é?	17.Ligção não transferencial
21	24:35	24:43	Mais uma coisa boa, mas esta mal, mas deixar para fim da sessão	7.Orientação
22	26:01	26:11	Consegue-se dar presentes assim própria já consegue apesar andar a correr a tratar das outras, já consegue	43.Restabelecimento
23	26:12	26:13	Sim, exatamente	47.Reflexão
24	27:10	27:11	Já se dá espaço a si para se dar uma recompensa, não é?	43.Restabelecimento
25	27:24	27:25	Parabéns	7.Orientação
26	27:40	27:41	Qual era o espetáculo?	46.Questionamento
27	28:01	28:06	Hum, espaço para ter prazer, é formidável, isso já se consegue dar esse espaço a si mesma	7.Orientação
28	28.12	28.21	Ainda tem descarregar bocadinho as preocupações depois tem logo ser agarradas uma coisa de cada vez A.	7.Orientação
29	28.27	31.18	Daquele espaço?	6.Clarificação
30	30.55	30.56	Portanto aí uma questão de autonomia não é? Uma parte se canhar, provavelmente A. está agarrar a autonomia dele, quer num espaço que seja dele, que ele deseja pode transformar esse.	17.Ligção não transferencial- (e)
31	31.20	31.22	Se já tiver a sua casa	47.Reflexão

32	31.55	31.56	O que é que acha?	44.Exploração
33	32.05	32.06	Eu também acho	47.Reflexão
34	32.40	33.05	Mas vimos aqui hoje, A. tem muitas necessidade de agarrar as coisas de ocupar o espaço, A. de fato disse-o, o medo de estar sozinha, medo da solidão, ter estado sozinha, medo de sentir que esta sozinha. Esse medo vem de trás.	13.Aprofundamento
35	33.09	33.10	Mas agora, vamos que ter que ficar por aqui	8.Setting externo
36	33.13	33.14	Mas Parabéns... em momentos muito bem trabalhados.	43.Restabelecimento direto

BLOCO C (1,6,15,18) – 6 meses

Código (Sessão 18)

Intervenções do Terapeuta

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
1	0:34	0:35	Parabéns!	47. Reflexão
2	04:04	04:05	Obstáculos?	45. Ecoar
3	04:32	04:33	E não tem elevadores?	46. Questionamento
4	05:03	05:04	Não têm orientação no espaço.	45. Ecoar
5	05:46	05:48	Como é que se está a sentir?	44. Exploração
6	11:50	11:52	Eles agora adotaram outro sistema.	47. Reflexão
7	12:13	12:15	Pelo menos essa parte está arrumada.	47. Reflexão
8	15:02	15:04	Agora parece que as coisas estão se a resolver, o seu marido e o seu filho estão com trabalho, a sua sogra também não está tão debilitada.	47. Reflexão

9	18:05	18:09	Aquilo está feito para ser só um mês e depois a lista de espera deve ser enorme.	47. Reflexão
10	25:20	25:23	A A. fala com esta ambivalência própria, esta mulher muito dura e castigadora mas por outro lado dava estes rebuçados (falam da sogra)	14. Incongruência entre o afeto e o discurso
11	26:21	26:22	Como andou toda a vida.	47. Reflexão
12	27:34	27:35	A A. Gosta desta mulher?	6. Clarificação
13	29:02	29:06	E porque é que acha que as pessoas dizem isso? Normalmente nós retribuímos aos outros (...)	6. Clarificação
14	32:35	32:37	Qual era a resposta para si?	6. Clarificação
15	35:49	35:51	Também gostava que ela lhe desse afeto?	6. Clarificação
16	36:35	36:37	Ela agora está com as defesas em baixo.	47. Reflexão
17	37:01	37:03	Também não foi amada. Talvez o homem que teve ao lado dela não lhe tenha dado amor.	13. Aprofundamento da Compreensão
18	46:02	46:05	A A. Disse-me que este homem, o seu sogro era muita amável consigo.	6. Clarificação
19	51:30	51:45	Disse-me há pouco que o seu sogro, teve uma amante que era sobrinha da sua sogra, portanto esta amante devia ser(...).	12. Material Precoce
20	52:23	52:26	Mas essa sobrinha tinha que idade?	46. Questionamento
21	53:10	53:15	Então a sua sogra vivia sempre com medo de mulheres mais novas porque tinha sido traída sempre por mulheres mais novas e daí você ser uma ameaça.	13. Aprofundamento da Compreensão

22	54:23	54:26	Eu estou a tentar perceber qual era a divergência que havia da sua sogra para consigo	47. Reflexão
23	57:32	57:31	Vamos ficar por aqui!	8. Setting Externo

BLOCO A (2,7) – 12 meses

Código (Sessão 2)

Intervenções do Terapeuta

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
1	0:02	0:03	Então vamos lá falar sobre esta mágoa.	47. Reflexão
2	0:30	0:32	De ter posto a sua sogra num lar?	6. Clarificação
3	0:47	0:48	Portanto a A. Sente-se culpabilizada?	6. Clarificação
4	1:02	1:05	Então vamos por partes a A. naquele momento sabia qual ia ser o tempo?	6. Clarificação
5	01:30	01:38	A A. Quando tomou a decisão não foi precisamente pelo interesse e bem-estar da sua sogra? É que nos lares existem condições.	47. Reflexão
6	01:41	01:42	Exatamente	45. Ecoar
7	01:50	01:52	Como é que aparece essa culpa?	44. Exploração
8	02:01	02:05	Mas podia saber se era muito ou pouco tempo?	6. Clarificação
9	02:25	02:40	E portanto também foi da opinião do pessoal que cuidava que seria o melhor para ela. O seu marido de alguma forma a culpabilizou ou algo do género?	44. Exploração

10	03:30	04:02	E portanto se tivesse lá em casa, eventualmente, a A. ia estar na dúvida se não seria melhor ter ido para um lar. A A. Também teria sempre essa culpabilização não é? Então, porque é que a A. Sente que ainda deve essa culpa a sua sogra?	50. Confrontação
11	04:21	04:22	Então?	6. Clarificação
12	05:14	05:39	Mas isso são dois aspetos, não é tudo o que a sua sogra desejou que aconteceu o contrário. Mesmo agora depois de falecer, a sua sogra continua ainda a exercer dentro da A.	49. Reestruturação
13	07:12	07:13	Intensas.	45. Ecoar
14	14:46	14:48	Com continuidade não é?	47. Reflexão
15	14:55	15:10	Quando há perdas não é? Não quer dizer que não se sinta essa perda, que essa perda não esteja lá, mas a vida continua não é?	34. Dificuldade na gestão das desilusões e das perdas
16	16:00	16:01	Continua.	47. Reflexão
17	27:04	27:06	A culpabilização continua a mexer consigo?	44. Exploração
18	28:25	28:28	Portanto a presença desta mulher ainda é muito intensa.	47. Reflexão
19	30:15	30:17	Arranjar pretexto.	47. Ecoar
21	31:05	31:06	A seu tempo vai lá.	47. Reflexão
22	31:15	31:17	Mas ainda a arranjar uma razão (culpabilização).	47. Reflexão
23	33:30	33:31	Portanto uma provocação.	48. Reformulação

24	35:43	35:48	Eu sinto a A. ainda triste, mas está bem. Está a lidar com a tristeza não é? Esta a dar espaço que a tristeza tem direito.	30. Negligenciar a capacidade saudável
25	37:22	37:24	Também não se pode parar isto não é?	47. Reflexão
26	41:20	41:35	A A. sabe quais são os problemas e sabe que têm este lado que também deliberou muito, mas sinto a A. também um bocadinho cansada.	47. Reflexão
27	42:24	42:30	E é também uma coisa que se relaciona com a memória da sua sogra não é?	17. Ligação (não transferencial) - (e)
28	43:50	44:30	Não querendo responsabilizar a A., o seu filho fez um pedido não é? Lá a questão do armário, ele quer um espaço só para ele parece que era isso que ele estava a comunicar quando estava a referir-se ao armário, é um espaço do seu filho que ele têm que conquistar.	13. Aprofundamento da Compreensão
29	44:35	45:05	Sim, mas aqui as coisas aparecem relacionadas não é? Nos aqui já falamos um pouco disso. Recordar-se com certeza a A. quando falamos daquele ciclo vicioso relacionada com o acordar ou não acordar, também depois vai-se alimentando.	12. Material precoce
30	45:10	45:11	E quando isso acontece?	6. Clarificação

BLOCO A (2,7) – 12 meses

Código (Sessão 7)

Intervenções do Terapeuta

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	01:03	01:04	A casa	45.Ecoar
2	03:40	03:41	Mas de qualquer das maneiras está com advogada ?	6.Clarificação
3	05;52	05:53	Temos ai mais um desafio, não é?	44.Exploração
4	06:11	06:12	E isso quer dizer o quê?	6.Clarificação
5	07:35	07:35	Portanto quando as coisas começam e se organizar num determinado aparece qualquer, coisa sempre	48.Reformulação
6	07:44	07:45	E que faz sentir a A.?	44.Exploração
7	07:53	07:54	Cansaço	47.Reflexão
8	08:04	08:06	Para não fazer aquilo que tem vontade de fazer?	6.Clarificação
9	09:22	09:23	Envolvido	47.Reflexão
10	09:58	09:59	É preso por ter cão e por não ter	47. Reflexão
11	10:35	10:36	A tem essa Experiência agora. (Ter falta do marido estar ocupado)	47.Reflexão
12	10:45	10:57	Percebeu que tendo o seu espaço de realização, também ganha espaço anterior, para fazer fase as outras dificuldades, pelo menos é assim	17.Ligação não transferencial- (d)
13	11:04	11:024	A trouxe ai uma associação doutras coisas, a questão da casa, e a questão da sua sogra. Falou e disse, também claramente nunca houve entendimento entre senhorio e a inquilina, não é? Neste caso a sua sogra	13. Aprofundamento da compreensão
14	11:25	11:29	Portanto está situação ainda é herança da sua sogra?	13.Aprofundamento da compreensão

15	18:46	18:49	Portanto chegarem a uma situação, que ambas as partes ganhassem, não é?	13.Aprofundamento da compreensão
16	20:25	20:29	Não resolve, não é?	6.Clarificação
17	20:33	20:37	A questão do seu filho, nós já falamos aqui, provavelmente....	6.Clarificação
18	21:58	22:00	Mas achas que a solução é para ai?	6.Clarificação
19	22:09	22.04	Acha que o seu cunhado está a dizer...	6.Clarificação
20	26:03	26:08	Ninguém tem o direito de fazer com o seu filho, oque fez toda a vida com o seu marido.	48.Reformulação
21	26:28	26:31	Como a A. ainda não desistiu da mudança do seu filho.	48.Reformulação
22	27:08	27:22	E como é que é eu A. devia agora ter alguma paz, apesar de tudo, com esta perda da minha sogra, tirou-me o fardo de cuidar dela.	17.Ligação não transferencial- (c)
23	27:30	27:39	Quando eu pensava que já ia respirar um pouco, de repente, por um lado esta herança que a minha sogra me deixa, ainda é uma herança pesada.	17.Ligacao não transferencial- (c)
24	27:42:00	27:43	Herança de desacordos	45.Ecoar
25	27:49	27:57	Uma herança em que se percebe que as coisas podiam ter sido resolvidas de outra maneira mas...	48.Reformulação
26	28:33	28:37	Em que agora, ainda assim não terminou, não é?	6.Clarificação
27	33:44	33:45	Eu acredito (que se sente bem assim, ajudar os outros)	7.Orientação
28	34:24	34:25	Uma casa vazia, quando está A. e o marido	13.Aprofundamento da compreensão
29	34:35	34:36	Quando é que vêm a sua irmã?	Questionamento
30	34:49	34:50	Discutem	47.Reflexão

31	39:31	39:32	De uma desilusão	45.Ecoar
32	44:04	44:12	A já tinha dito que este seu primo andou a destabilizar	12.Material anterior precoce
33	45:27	45:28	O seu primo fazia uma aliança com o seu marido?	13.Aprofundamento da compreensão
34	57:52	57:56	Sim, A. percebeu, não é ,e pós lá um travão.	48.Reformulação
35	49:12	49:13	E o que é que pensa?	44.Exploração
36	49:04	49:05	Como se está a sentir A. de tudo isto?	44.Exploração
37	51:44	51:45	Uma opinião em relação a casa?	44.Exploração
38	54:47	54:48	Vamos ver	44.Exploração
39	59:08	59:11	Acha que o deu marido esquece mais a sua filha?	13.Aprofundamento da compreensão
40	01:02:22	01:02:23	Vamos ficar por aqui	8.Setting externo

BLOCO D (4, 9, 13, 7) – 18 meses

Código (Sessão 4)

Intervenções do Terapeuta

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	11:41	11:49	Mas A...A. por que me contou...do banco...lidou bem	7.Orientacao
2	17:24	17:25	Mas ai é para eles jogarem	47.Reflexão
3	17:23	17:25	Mas ai conseguem ver qual é a capacidade que a pessoa tem	47.Reflexão
4	17:54	18:01	O que é que a vai deixar a baixo? Quando A. diz isso esta á referir-se a quê?	6.Clarificação
5	18:15	18:16	Poderá ser, poderá não ser	47.Reflexão
6	18:23	18:32	A lida muito bem com estas. Mais uma vez é a A. que avançou, não é.. Mas lida muito bem	7.Orientacao
7	18:35	19:02	E por acaso é curioso inconscientemente, repare o consciente da A.	17.Ligação não transferencial B

			funcionou perfeitamente, é um sinal, esqueceu-se de pagar. Era um problema que estava aqui pendente esqueceu-se de pagar a renda, precisamente nessa. Intuitivamente já sabia que isto, só era...	
8	19:16	19:17	Não. Não, libertou-se. Ninguém gosta de estar com esse peso em cima	7.Orientacao
9	19:30	19:34	E porque era mês não pagou?	6.Clarificação
10	19:46	19:49	Este mês retirou com aquilo para o ar	47.Reflexão
11	19:51	19:53	Muito bem o inconsciente a funcionar	43.Restabelecimento de confiança
12	25.02	25.03	Esta a lidar com isso tudo	6.Clarificação
13	32.00	32.01	O que A. esta a dizer é que...	6.Clarificação
14	32.06	32.27	A está a dizer que de fato a ficar a dever..... a sogra deixou-lhe esta herança de ficar uma dívida. No passado da A. a sua Mãe também deixou dívidas que a A. teve de lidar.	10.Experiência precoce
15	32.37	32.48	O que tem direito, sim aquilo que A tem direito As vezes A. fica constrangida de pedir aquilo que tem direito, não é?	13.Aprofundamento de compreensão
16	32.51	32.54	Como tinha direito ao afeto da sua Mãe, da sua sogra	10. Experiência precoce
17	33.22	33.24	A põe-se a jeito para as situações que depois acontecem não é?	13.Aprofundamento
18	34.08	34.09	Vamos ver	47.Reflexão
19	34.35	34.36	Ao banco? Assim?	6.Clarificação
20	35.28	35.29	Ainda não está segura não é?	6.Clarificação
21	37.31	37.32	Mais estabelecida	47.Reflexão
22	38.15	38.16	A. sabe que não	7.Orientacao
23	38.27	38.28	As vezes é a realidade que se põe não é?	6.Clarificação

24	38.48	38.49	A sente que o seu marido não está	6.Clarificação
25	38.54	38.55	E o que pensa que é?	44.Exploração
26	39.40	39.42	E o seu marido o que diz a isso? O que lhe responde?	46.Questionamento
27	40.41	40.42	Então e a A. o que vai fazer?	46.Questionamento
28	40.56	40.57	Agora acaba uma coisa, começa outra	47.Reflexão
29	44.35	44.36	Soube resolver bem	7.Orientacao
30	44.49	45.04	Provavelmente porque esta a sentir que isto vai ser...de maneira mais difícil. Esta herança que a Mãe deixou é pouco consistente, e arenosa e é pesada	13.Aprofundamento de compreensão
31	45.11	45.15	Exatamente ,quer dizer, existe neste momento essa possibilidade de ser	47.Reflexão
32	51.03	51.09	Até que ponto que tem A. de fazer tudo	7.Orientacao
33	51.12	51.16	Também A. que ajuda nesta situação	7.Orientacao
34	51.24	51.25	Também neste momento é uma emergência, não é? Nesta questão	6.Clarificação
35	51.31	51.32	A. outra?	6.Clarificação
36	51.36	51.37	Ai sim	47.Reflexão
37	52.16	52.17	Vamos ficar por aqui	8.Settingexterno

BLOCO D (4,9,13,17) – 18 meses

Código (Sessão 9)

Intervenções do Terapeuta

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
----	--------	-----	--------------------------	---------

1	00:56	00:58	E vêm aqui ter comigo também?	8. Setting Externo
2	06:00	06:03	Mas ficou certa que seria a ultima proposta?	6. Clarificação
3	06:12	06:16	Mas entretanto havia a subida para os (...) não é?	6. Clarificação
4	07:42	07:49	Como é que a M. se tem sentido?	44. Exploração
5	10:03	10:04	Pensar na mudança.	47. Reflexão
6	15:46	15:48	E aí tem razão!	47. Reflexão
7	21:56	21:58	Como é que A. vai lidar com esta situação?	44. Exploração
8	24:11	24:20	Pois A. é sempre um pau de dois bicos por um lado ajuda o seu filho mas por outro (...)	49. Reestruturação
9	26:35	26:48	Já estava á espera que disse-se isso!	
10	27:04	27:14	Vai ser um bocadinho doloroso até para o seu filho com alguns confrontos, até que vai ter que começar andar sozinho. E a A. vai ter que o deixar ir.	13. Aprofundamento da compreensão
11	27:35	27:37	Não têm, porque há que m faça por ele (filho)	50. Confrontação
12	28:04	28:06	A A. está a falar de?	
13	33:45	33:50	As vezes as mudanças são difíceis, é disso que estamos a falar não é (...)?	47. Reflexão
14	35:03	35:08	E isso deixa a A. preocupada?	6. Clarificação
15	35:26	35:28	Chegou a altura.	45.Ecoar
16	36:24	36:29	Um dia podia acordar e ter lá (...).	47. Reflexão
17	38:08	38.11	Bom, amanhã vai lá ver a casa, vêm ai grandes mudanças não é?	47. Reflexão

BLOCO D (4,9,13,17) – 18 meses**Código (Sessão 13)***Intervenções do Terapeuta*

Nº	Início	Fim	Intervenção do terapeuta	Cotação
1	0:34	0:36	Que medicação é que está a tomar?	46. Questionamento
2	0:40	0:42	Mas o que é que a A. está a sentir?	6. Clarificação
3			Fica inchada?	6. Clarificação
4	02:05	02:07	Quando é que foi ao médico?	46. Questionamento
5	02:19	02:20	E sentiu melhor?	6. Clarificação
6	05:47	05:50	Entretanto não tive com a A. Foi ver a casa esta semana?	46. Questionamento
7	06:39	06:40	Arrendada?	46. Questionamento
8	07:15	07:16	Não percebi	6. Clarificação
9	07:43	07:45	Que aceitava pelos 6 mil	45 Ecoar
10	13:40	13:47	Mas penso já ter dito a A. devia tentar fazer uma exposição junto do banco de Portugal a explicar o que aconteceu para eles retirarem de lá o nome	47. Reflexão
11	14:05	14:12	Porque é que isso a perturba? Porque que que a A. Fica triste com esta situação? (falam de comprar casa)	44. Exploração
12	15:35	15:43	Então mas mesmo alugada esta casa, sempre foi o espaço da sua sogra sendo que ainda mesmo depois da morte da sua sogra este espaço é-lhe retirado.	17. a)Ligação (não Transferencial) entre as experiências do

				passado e do presente
13	16:30	16:34	Mas exatamente o que é que esta a ser difícil?	44. Exploração
14	16:46	16:48	Foram quantos anos a morar lá?	46. Questionamento
15	16:55	16:58	Claro que á lutos para se fazer (mudança de casa)	47. Reflexão
16	22:02	22:04	O que é que esta situação a faz lembrar na vida da A.?	44. Exploração
17	29:58	30:01	E porque é que ade desistir do sonho não é?	47. Reflexão
18	30:08	30:17	A A. Também se pode acautelar se essa situação do banco do Portugal está resolvida. Se a situação está resolvida com o seu cunhado no banco de Portugal fazendo uma exposição indicando para o que é.	47. Reflexão
19	31:07	31:10	Há muitas famílias que estão em muitas dificuldades.	47. Reflexão
20	36:41	36:42	O que é que isso faz sentir á A.?	6. Clarificação
21	38:40	38:41	A A. Vai ter de tirar a carta.	47. Reflexão
22	39:00	39:04	Mas o que que a A. Pensa sobre essa questão?	6. Clarificação
22	45:10	45:18	Mas como é que a A. Pensa esta situação? (entrar na reforma)	6. Clarificação
23	46:37	46:39	O que é que a A. Quería e quer?	6. Clarificação
24	48:23	48:32	Eu penso que a adaptação vai ser boa, aliás a A. também está, enfim (...). Até que ponto é que não há aí mais cedências da A.	49. Reestruturação
25	55:41	55:42	E o seu filho como é que vai ser?	44. Exploração

26	57:23	57:24	O que é que a A. Acha?	6. Clarificação
27	59:01	59:03	Eu acredito que ele tem pensado.	47. Reflexão
28	59:07	59:10	Mas eu vou cá estar sempre à espera da A.	8. Setting Externo

BLOCO D (4,9,13,17) – 18 meses

Código (Sessão 17)

Intervenções do Terapeuta

Número de Intervenção	Início (min)	Fim (min)	Intervenção	Cotação
1	00:51	00:52	Essa não houve mais notícias?	6.Clarificação
2	10:38	10:43	Sim, mas o mais importante é haver, não é, para tirar essa conclusão	47.Reflexão
3	12:09	12:10	A esta a escolher não é?	6.Clarificação
4	13:18	13:19	Já esta a arrumar as coisas?	46.Questionamento
5	14:53	14:54	Então?	6.Clarificação
6	15:45	15:46	Como assim?	6.Clarificação
7	17:09	17:10	Quando deu por esta situação?	6.Clarificação
8	18:16	18:17	Alguém tinha acesso a movimento esse?	46.Questionamento
9	18:55	18:56	Já viva copia lado?	46.Questionamento
10	21:03	21:05	O que terá sentido a A.?	46.Questionamento
11	22:22	22:23	Sinto que há uma certa raiva	13.Aprofundamento compreensão

Anexo H - Treino CHAP: Concordância Inter-Avaliadores na Avaliação dos Incidentes de Mudança

Tabela 1 – Treino da *CHAP* - Coeficiente de Concordância das Variáveis de Mudança entre Avaliadores Independentes

Variáveis de Mudança	I	CA	CB	S
Concordância	141	145	178	74
Discordância	6	7	15	12
Concordância (%)	95.91%	95.39%	92.22%	86.04%

Nota: A média da junção das avaliações das quatro variáveis numa variável de mudança composta, atingiu fiabilidade de 92.39.

Tabela 2 – Treino da *CHAP* - Coeficiente de Concordância das Variáveis de Mudança entre Avaliadores Independentes (aqui foram incluídas variáveis cotadas só por um dos avaliadores)

Variáveis de Mudança	I	CA	CB	S
Concordância	141	145	178	74
Discordância	22	20	38	34
Concordância (%)	86.50%	87.87%	82.40%	68.51%

Nota: A média da junção das avaliações das quatro variáveis numa variável de mudança composta, atingiu fiabilidade de 81.32.

Anexo I - Treino CHAP: Concordância Inter-Avaliadores na Avaliação dos Incidentes de Mudança

Tabela 3 – Treino da CHAP - Coeficiente de Concordância da Avaliação Quantitativa nas Variáveis de Mudança entre Avaliadores Independentes

Avaliação Quantitativa das Variáveis de Mudança	I	CA	CB	S
Concordantes	64	62	68	32
Discordantes	75	85	110	41
Concordância (%)	46.04%	42.17%	38.63%	43.83%

Tabela 4 – Treino da CHAP - Coeficiente de Concordância da Avaliação Quantitativa nas Variáveis de Mudança entre Avaliadores Independentes (aqui foram incluídas variáveis cotadas só por um dos avaliadores)

Avaliação Quantitativa das Variáveis de Mudança	I	CA	CB	S
Concordantes	64	62	68	32
Discordantes	91	98	132	63
Concordância (%)	41.29%	38.75%	34.00%	34.37%

Anexo J - Treino CHAP: Concordância Inter-Avaliadores na Avaliação dos Incidentes de Mudança

(Paciente 1 e Paciente 2)

Tabela 5 – Coeficiente de Concordância das Variáveis de Mudança entre Avaliadores Independentes (Paciente 1)

Variáveis de Mudança	I	CA	CB	S
Concordância	8	3	1	0
Discordância	2	0	4	0
Concordância (%)	80%	100%	20%	100%

Tabela 6 – Coeficiente de Concordância das Variáveis de Mudança entre Avaliadores Independentes (Paciente 2)

Variáveis de Mudança	I	CA	CB	S
Concordância	8	12	7	3
Discordância	2	1	2	1
Concordância (%)	80%	92%	77%	75%

Anexo L - Cotações CHAP: Avaliação dos Incidentes de Mudança (Paciente 1)

Sessão	Incidente	Variável	Avaliação Quantitativa
1ª 18Jun10	a)(12:59) “Agora tenho um bocado a noção que quando me vou abaixo exijo muito da pessoa que está comigo.” (13:06)	I	0,6
2ª 25Jun10	a)(05:42) “Se calhar eu digo que ele era o amor da minha vida e se pensar bem, não era.” (05:46)	I	0,5
	b)(08:59) “Trabalhei bem, porque sabia que ao fim do dia, ia ter com os meus amigos e, íamos jantar, íamos estar bem.” (09:03)	CA	0,5
3ª 05Jul10	a)(51:08) “Quando tenho sentimentos, sinto-me insegura, aí sim sinto insegurança de perder a pessoa (...) um medo de perder a pessoa (...) torno-me numa Maria mais frágil, muito mais insegura (...) controladora, ciumenta (...) Também não gosto dessa Maria porque quando essa Maria aparece eu também não me sinto bem, não estou segura, não estou à vontade, não posso fazer as minhas brincadeiras bem, não me sinto confortável, estou sempre a pensar agora não vou dizer isto porque ele depois pode levar a mal, isso não é vida e eu não gosto.” (52:21)	CB	0,5
4ª 09Jul10	a)(01:46) “Correu bem porque...consegui envolver-me com uma pessoa que eu já conhecia...já me envolvi, mas consegui...o que é bom sinal, avancei um passo à frente (...) pelo menos já é aquela fase em que já consigo desligar e, estar a fazer outras coisas que supostamente deveria ser com ele.” (02:32)	CA	0,6

	b)(03:13) “Consegui apesar do calor e ficar em casa e não ir à praia,...consegui fazer as formações (...) estou ocupada.”(03:36)	CA	0,6
5ª 13Jul10	a)(08:24)“Já limpei a casa! Grande avanço!! ... Agora que me vou embora pra semana, é que limpei a casa...mas pronto quando voltar a casa já está limpa.” (08:37)	CA	0,5
6ª 16Jul10	a)(35:36) “Porquê que eu não sou capaz de fazer as coisas por mim?...Sozinha!...Havia sempre um estímulo externo, era a M. que fazia, estava lá sempre. Era a M. que punha sempre ordem nas coisas e agora preciso sempre pelos vistos de alguém que ponha ordem na minha vida!” (35:56)	CB	0,5
7ª 17Set10	a)(00:17) “Fui para a Covilhã. As coisas até correram bem, portanto estava entretida com o trabalho, adorei!” (00:22)	CA	0,6
	b)(15:29) Sonho (22:39)	I	0,5
	c)(51:29) “Se calhar é daí que tudo vem, e agora identifiquei que o problema vem daí, da minha mãe ter sido muito fria e a certa altura como reação deixei de dar, mas depois fui cobrar a uma pessoa só” (51:48)	I CB	0,6 0,6
8ª 24Set10	a)(00:10) Sonho (00:48)	I	0,5
	b)(03:00) “Um bocado voltar ao normal. Ter as aulinhas de Inglês, apesar de ser uma coisa que não gosto, por um lado tento ver o lado positivo.” (03:10)	CA	0,6
	c)(05:37) “Percebi esta semana é que se calhar a minha relação do R. já não é tanto ele...mas é estar sozinha que eu odeio...mas que eu odeio estar sozinha e se calhar como ele foi o último homem, o último namorado que eu tive eu canalizo um bocado para ele, tenho a perfeita noção que ele não me fazia feliz (...) daí que chego à conclusão que se calhar não é tanto o gostar dele mas sim a presença de alguém	I	0,6

	na minha vida e que se calhar eu até fiquei com ele por achar que gostava dele (...) O homem que eu fantasiei que existia, aquela figura que não existe mas na realidade o que ele me dava não era nada daquilo que eu queria” (07:56)		
	e) (16:04) “Mas até tento fazer coisas. Vou fazer a porcaria das massagens, não serve de nada...vou à nutricionista na 4ªfeira, só que lá está, posso ir à nutricionista mas se continuar a comer, estou a gastar dinheiro na nutricionista” (16:18)	CA	0,5
	f) (17:51) “À uns anos atrás era impensável eu passar um dia em casa,...impensável, era uma coisa... mas até digo já evolui muito, que horror um dia sozinha em casa, nem pensar! Hoje em dia dá-me gozo às vezes estar sozinha em casa, ver filmes, não fazer,...já retiro o prazer disso, antes era um horror.” (18:14)	CA	0,7
9ª 10Out10	a)(03:24) “Agora faço muitas coisas, estou muito mais com os amigos o dia são muito mais preenchidos. Está bem, que depois não é aquela coisa de ao fim do dia uma pessoa de falar com a outra, de estar com a outra.” (03:38)	CA	0,8
	b)(06:44) “Já percebi que o protótipo dos homens que eu ando à procura (...) que aparecem na minha vida que eu acabo por manter é um bocado...efeito daquilo que o meu pai (...) a única diferença é que o meu pai me adora incondicionalmente.” (07:07)	I	0,6
	c)(25:56) “Já comecei a minha dieta ontem, fui à nutricionista na 4ª feira.” (26:02)	CA	0,6
10ª 8Out10	a)(07:47) “Pelos vistos queria que alguém cuidasse de mim...e, recorri, dou uma ajuda e depois saio frustrada...era uma ajuda, era uma motivação...era tudo e...Porquê que eu tenho que ter sempre alguém a cuidar	I	0,5

	de mim?...Sempre tive!...Não consigo fazer nada sozinha!" (08:29)		
	b)(24:03) "Eu e a minha irmã somos muito atadinhas!...Lá está, se calhar fomos muito protegidas pelo meu pai." (24:08)	I	0,5
	c)(25:21) "Eu, agora vejo isso, na altura não via. Isto, tudo porquê? Por causa do meu pai, o meu pai sempre foi uma figura muito presente e muito tudo...Tudo o que o meu pai dizia era lei (...) devo estar presa a isso, é-me difícil tomar decisões, será?...Decisões importantes na vida que é difícil tomar e eu não sou capaz de me virar." (25:49)	I	0,6
		CB	0,6
11ª 16Out10	a)(10:45) "Acho que...o que me está a fazer falta já não é o R. em si, porque eu já identifiquei todos os defeitos dele, já vi que eu nunca seria feliz... ainda hoje vinha para aqui e dizia assim: olha agora se eu estivesse com aquele gajo...acordava (...) tomava o pequeno almoço...ele ia trabalhar ou ia para o computador e eu ficava a aninhar, não ia fazer nada (...) Agora saio...vou passear para a baixa, as minhas amigas vêm ter comigo vamos almoçar" (11:29)	CB	0,7
		CA	0,7
12ª 23Out10	a)(19:25) "Agora, quero mais tempo, quero ter uma pessoa que me dê o tempo...dela...que eu sinta que realmente quer estar comigo, quer fazer coisas comigo e que se faça uma vida a dois...é o que quero" (19:47)	CB	0,6
	b)(58:20) "Apesar de eu me sentir muito bem com ele, me fazer bem ...porque eu estou muito bem-disposta, mais animada...faz-me bem...mas como é que eu fujo deste padrão? De homem sem tempo!" (58:35)	CA	0,5
		CB	0,5
13ª	-	-	-

29Out10			
14ª 06Nov10	a)(14:51) (amigo) “Se eu acho que ele não vai ter disponibilidade, ajo de um modo qualquer defensivo inconscientemente...para não me magoar (...) e, como sou demasiado transparente e pouco observadora (...) passam-me as coisas ao lado (...) as pessoas acabam por perceber isso e eu nem sequer me apercebo que estou a mandar sinais” (15:46)	I	0,6
15ª 12Nov11	a)(11:37) “Aqui sinto-me bastante confortável e consigo. Faz-me ver as coisas, orienta-me para eu ver as coisas de outra maneira e tentar perceber as coisas, porque até agora podia falar, falar com as pessoas que fossem e ninguém me fazia pensar nas coisas, no porquê, que aqui faz-me. Faz-me falta se não tiver, hoje em dia...se não for, eu sei que não vou ficar bem(...) sinto-me a evoluir e a perceber certas determinadas coisas....e eu quero ficar bem (...) porque sei se não vier é pior” (13:03)	CA	0,7
16ª 19Nov10	a)(39:039 “Não consigo estar a usufruir só do momento. Há momentos em que sim, consigo! Antes não, agora já consigo usufruir de certas coisas.” (39:12)	CA	0,6
	b)(50:28) “Feliz agora não estou...tá bem que agora consigo usufruir de muitos mais momentos de felicidade e alegria do que à alguns meses atrás” (50:37)	CA	0,5
17ª 03Dez10	a)(00:31) (viagem) “Gostei imenso desta vez...sobe-me mesmo bem!” (00:39)	CA	0,7
18ª 10Dez10	a)(05:56) “Agora consigo aproveitar muito mais os meus pais...dá-me prazer (...) agora estar a usufruir dos meus pais (...) passear com eles (...) atualmente dá-me muito gozo estar com os meus pais (...) já	CB	0,7

	dou beijinhos (aos pais) (...) acho que isso é bom...porque eu gosto de estar com os meus pais...mas havia sempre qualquer coisa...ou pressa de ir embora (...) agora é mais fácil estar com eles...e eu tiro gozo e prazer de estar com eles e então não estou naquela: ai, nunca mais se vão embora, quero-me ir embora. Não, estou bem...o que é muito bom.” (08:53)		
19ª 17Dez10	a)(12:24) “Portei-me muito bem, até fui duas vezes ao ginásio!” (12:26)	CA	0,6
	b)(18:20) “Outras alturas em que eu e o R. nos separamos, eu não me importava que eles se encontrassem e falassem (...) agora não gosto (...) Não posso dizer aos meus pais com quem podem ou não falar.” (20:19)	CB	0,5
20ª 23Dez10	-	-	-
21ª 07Jan11	a)(00:31) “A responsabilidade da minha vida estar como está é minha e, que está nas minhas mãos eu mudar.” (00:42)	CA	0,5
	b)(03:25) (nutricionista) “Já consegui marcar consulta para a L.B.” (03:26)	CA	0,5
	c)(40:02) “Agora aquele tempo todo, eu perdi muito tempo da minha vida (...) isso custa-me. Não custa admitir porque eu admito, mas custa-me como é que eu pude fazer isso, porque era o medo de ficar sozinha. Só pode.” (40:24)	CB	0,6
		I	0,6
d)(40:53) “O meu pai abandonou-me, não era abandonar, era um pai mais ausente...mas sempre que podia era um pai presente (...) sempre odiei que as pessoas me dissessem que faziam uma coisa e não faziam, isso começou pelo meu pai que dizia que fazia as coisas e depois não podia porque tinha que trabalhar.” (41:44)	CB	0,6	

22ª 14Jan11	a)(08:18) "O meu pai tenta sempre facilitar a menina...isso faz com que eu não consiga dar o primeiro passo porque tenho sempre alguém a empurrar-me para dar o primeiro passo." (08:33)	CB	0,5
23ª 21Jan11	a)(47:41) "Até acho que tou a tentar sempre ver as coisas boas (...) tento mais ver as coisas boas do que as más...do que dantes...do que à uns meses atrás." (48:04)	CA	0,6
	b)(01:03:48) "O meu erro está aí...eu não abro as portas que me são abertas...é mesmo esse o meu erro (...) não agarrar as oportunidades, com vergonha ou com medo de fracassar eu recuo e, a porta acaba por se fechar." (01:05:08)	CB	0,5
24ª 28Jan11	a)(03:51) "Entretanto andei a tentar parar, para dar direito a pensar, dar direito à minha tristeza,...mas a verdade é que quando penso no R.,...não fico com aquela tristeza...fiz mesmo este exercício, parar para pensar, estar sozinha a pensar nas coisas...não fico triste...aquela tristeza e aquela coisa horrível, não choro nada...se eventualmente falar com alguém pode rolar uma lagrimazinha mas não é aquele chorar aquele sofrimento (...) Eu dei-me a mim própria tempo e espaço para refletir sobre o assunto não me deu aquela tristeza, aquela angústia (...) Reconheço que estou mais à frente do que aquilo que eu pensei." (06:03)	S	0,6
	b)(01:01:25) "Mas já evolui bastante...porque hoje em dia tenho momentos lá está em que quero estar sozinha, a curtir ver um filme na minha casa...quando passava um domingo sozinha, sabia-me bem mas eu era incapaz noutras alturas de fazer isso (...) Hoje em dia não tenho medo de dormir sozinha em casa (...) E agora não me custa tanto, se for uma semana inteira (...) mas agora gosto	CA	0,8

	de estar sozinha a curtir a minha casa, a mim , as minhas coisas.” (01:03:42)		
25ª 11Fev11	a)(00:16) “E perdi mais um quilo” (00:17)	S	0,5
	b)(11:03) “E noutras alturas eu estaria muito preocupada em como estaria a afastar o J., e nesta altura estou-me a borrifar como é que ele se está a sentir ou não, não quero saber, não penso nisso,(...) mas sim, já não estou disposta a pagar qualquer preço pela companhia.” (11:52)	CA	0,7
	c)(20:33) “Cada vez chego mais à conclusão que estou muito confortável em casa dos meus pais, sinto-me protegida, sinto todas aquelas coisas que eu não fazia, não tinha quando estava em minha casa e agora tenho,...miminho. Apesar de todos os pontos negativos, todo o miminho (...) todo aquele sentimento de proteção em casa dos meus pais eu tenho, sabe-me muito bem estar ali e não ter que sair, portanto eu nem sinto aquela necessidade. Nunca estava em casa, nunca parava em casa, agora não...eu paro em casa, lá fora custa mais do que em casa dos meus pais.” (21:27)	S	0,5
	d)(26:15) (emprego) “Lá está!(...) É, eu boicotar aquilo que quero!” (26:22)	I	0,5
	e)(47:23) “Depois na 2ªfeira, tenho que ir à Dra. depois de 2Kg que eu perdi.” (47:29)	S	0,5
	f)(50:20) “Não fazia sentido, era comodismo, era um medo inconsciente de ficar sozinha.” (50:29)	I	0,6
	g)(58:58) “Mas sem dúvida que a relação com os meus pais está diferente...tenho que dar um chuto na coisa e seguir em frente e ter confiança em mim própria deixar de ser insegura e querer a aprovação do paizinho ou da mãezinha.” (59:20)	CA	0,7

26ª 18Fev11	a)(42:36) “Pesei-me na manhã do meu aniversário, tinha perdido 3 Kg.” (42:43)	S	0,6
	b)(45:56) “Não me senti minimamente culpada de estar a beber o champanhe ou a comer doces, diverti-me e usufrui do dia como tudo. Não me senti culpada! (46:12)	CA	0,8
27ª 25Fev11	b)(07:21) “Aquele sentimento que eu tinha por ele, já não existe. Já não tenho aquele sentimento que tinha, aquela necessidade de combater.” (07:33)	CB	0,8
28ª 04Mar11	a)(04:47) “Já tinha esta ideia e, então já me inscrevi num curso de massagens e, já comecei ontem.” (04:51)	CA	0,8
	b)(16:23) (massagens) “Estou contente, porque já tenho um rumo.” (16:31)	CA	0,7
	c)(28:29) “Sei para onde quero ir, mesmo que vá trabalhar para rececionista...não me importo porque estou a seguir outro rumo, estou a fazer por mim, estou a fazer alguma coisa que eu gosto e que quem sabe que é por aí que vou ser feliz.” (28:48)	CA	0,7
	d)(30:17) “Quero fazer coisas diferentes! Apesar de eu agora ver que resisto à mudança, Resisto, não gosto da mudança e tenho medo do desconhecido, porque não sei o que vem lá. O que está ali, eu sei o que é certo. Tenho medo, mas também reconheço que não seria feliz fazendo sempre a mesma coisa.” (30:38)	CA	0,7
29ª 18Mar11	a)(08:49) “T – Como é que é o seu pai, agora para a M.?” “É um pai com defeitos,...tal como eu fazia com os namorados eu não via os defeitos (...), eu nunca me centrei nos defeitos e, com o meu pai é a mesma coisa e agora vejo uma série de defeitos no meu pai (...) achava que o meu pai era o máximo e agora não, e o que me irrita é que a gente quer falar	I	0,7
		CB	0,7

	com ele e ele não deixa, tem sempre razão e é autoritário.” (09:39)		
	b)(20:28) “Tenho-me controlado, tenho comido cada vez menos.” (20:31)	S	0,6
	c)(25:31) “Já estou com muito mais força.” (25:34)	S	0,6
	d)(56:00) “Estou ligeiramente melhor.” (56:01)	S	0,6
	e)(58:08) “Estudei não sei quantos anos na faculdade, tirei 2 pós-graduações, trabalhei lá fora e agora vou dar massagens, mas não me importo agora dizer isto e, agora sou rececionista já me incomoda talvez porque é uma coisa que não me interessa fazer, e as massagens gosto (...) Já consegui ultrapassar porque já consegui descobrir aquilo que me dá gosto fazer (...) não me incomoda, porque realmente é aquilo que eu quero. Seguir em frente (massagens).” (59:15)	CA	0,8
		CB	0,8
30ª 25Mar11	a)(39:45) “O que eu noto em mim. Tem piada! É, que tou mais calma, mais paciente.” (39:55)	I	0,7
		CB	0,7
	b)(41:28) “Como tenho a história das massagens, tenho um rumo...agora o que vier, mesmo que não esteja satisfeita é, uma coisa que me vai ajudar é eu seguir o meu outro caminho...acabo o curso e continuo por ali.” (41:50)	CA	0,8
31ª 01Abr11	a)(06:56) Sonho (08:42)	I	0,5
32ª 08Abr11	a)(01:03:32) “É a desculpa que eu arranjo para não ter que me fazer à vida (...) é como se eu tivesse começado a comer para dizer, já que tudo corre mal então agora vais ter uma desculpa para as coisas correrem mesmo mal (...) eu acho que preciso de me culpabilizar, preciso de orientar a culpa para alguém ou para	I	0,5
		CB	0,5

	alguma coisa e como não sabia como havia de enviar a culpa do que me estava a acontecer, comecei a comer para dizer a culpa está aqui.” (01:04:19)		
33ª 29Abr11	a)(03:07) “Diverti-me imenso (...) não pensei na vida, nos problemas.” (03:22)	CA	0,7
	b) (03:36) “Perdi peso!” (03:47)	S	0,6
	c) (29:33) “Agora já percebi, já baixei o meu pai à Terra, não é nenhum Deus, pois agora dou um desconto, (...) agora já estou mais um bocado tolerante.” (29:46)	CB	0,7
34ª 06Mai11	a)(00:13) “Ginásio,...porquê que eu não consigo ir ao ginásio? ...É aquela história do meu amigo J.,...eu acho, tenho quase a certeza que também ando a evitar ir ao ginásio para não ter que o confrontar...não fiz mal a ninguém...mas incomoda-me pensar que vou para o ginásio e vou encontrá-lo e não consigo.” (00:53)	I	0,5
	b) (25:58) “Fazia um ano que eu e o R. tínhamos terminado, pus-me a ver as fotografias quando fomos a Praga...mas nada, vi na boa, não o vi com saudade, com mágoa...como se estivesse a ver fotos normais.” (26:18)	CA	0,9
	c) (34:11) “Estou a encarar o Call Center um meio para atingir um fim e não como um fim em si que era o meu grande problema.” (34:19)	CB	0,7
	d)(34:25) (escola) “Estou super entusiasmada lá com uma peça de Shakespeare que estamos a preparar para os miúdos” (34:28)	CA	0,6
	e)(34:28) “A vida está-se a orientar.” (34:41)	CA	0,6
	f) (52:22) “Estou disponível para um relacionamento, sinto-me mais tranquila,...é óbvio que sinto” (52:30)	CB	0,8

35ª 13Mai11	a) (04:51) “Agora que a minha vida profissional está a endireitar e está a ir pelos caminhos que eu quero, não vou ter que trabalhar das 9 às 18h, enviada num escritório, vou poder dar aulas de Inglês, vou poder dar formação se for caso disso, vou poder dar massagens, dar aulas de Tango, portanto são coisas que gosto na medida certa.” (05:16)	CA	0,8
	b)(03:10) “Já fui ao ginásio:” (03:11)	CA	0,7
36ª 24Mai11	-	-	-
37ª 31Mai11	a) (25:37) “ Dou-lhes (aos homens) demasiada importância na minha vida, tanta importância que acabo por me prejudicar a mim com a comida para compensar a falta de carinho, amor ou carinho.” (25:52)	CB	0,5
38ª 07Jun11	a)(20:33) “Quando é que paras de te punir a ti própria, quando paras de comer assim que nem um animal, por causa das porcarias que os outros fazem, tu não tens culpa (...) estava a pensar nisto quando vinha para cá (...) Havia de me sentir culpada com qualquer coisa que não faço a mínima ideia.” (20:54)	I	0,5
	b) (38:53) Sonho (41:35)	I	0,5
	c) (41:42) “ As pessoas no trabalho: - M. estás tão bem! Estás...tão. Via-se que estava feliz...feliz com as minhas decisões, feliz com o rumo que a minha vida está a ter.” (41:54)	CB	0,8
	d) (47:08) “T – Para apaziguar o quê?” “...Para dar conforto...já que não tenho companhia...já que não tenho miminho, mimo-me com comida...deve, deve ser isso!” (47:27)	I	0,5

39ª 14Jun11	-	-	-
40ª 28Jun11	a)(00:30) “A minha cunhada foi a desculpa que eu arranjei para comer como um animal.” (00:33)	I	0,6
	b)(00:36)(para controlar o peso) “Ontem comecei a acupunctura!” (00:37)	CA	0,5
	c)(02:17) “Ando a evitar ir ao Tango, já percebi que é por causa da D.” (02:21)	I	0,4
	d) (15:26) Sonho (16:54)	I	0,5
41ª 15Jul11	a)(25:10) “Lá está, se calhar é isso que eu tento fazer com os homens, que é tudo bem vocês não têm tempo para mim, mas eu depois vou conquistando, porque eu acabei o tempo do meu pai e o meu pai chegou a uma altura que...hoje é o meu pai que quer estar comigo...é o meu pai que telefona e diz: vamos jantar, vamos sair, vamos...vamos...Eu consegui inverter a situação de eu querer estar com o meu pai e não poder, para ser o meu pai a me procurar e acho que é isso que faço com todos os homens,...Tu podes não ter tempo mas eu vou fazer com que sejas tu a procurar-me...É óbvio que isto com os homens não resulta.” (26:19)	I	0,5
		CB	0,5
42ª 09Set11	a)(00:13) “Num mês perdi 5Kg...4,5!” (00:16)	S	0,5
	b)(00:35) “No meu trabalho fui eleita a melhor agente do meu grupo.” (00:38)	CA	0,9
	c)(00:48) “Os meus professores de Tango formalizaram a questão de eu ser instrutora de Tango com eles e chamaram-me e estive o fim de semana todo em Coimbra a dançar e a preparar as aulas e a partir de agora vou começar oficialmente a dar aulas.” (01:02)	CA	0,7

	d)(01:31) “Entretanto falou a mãe de uma aluna a pedir para dar explicações à irmã mais velha...Pelo menos até Dezembro já me garante a água, eletricidade e gás.” (01:41)	CA	0,6
	e)(02:03) “Agora já estou a começar com as massagens.” (02:06)	CA	0,7
	f)(22:38) “ Os meus professores confiam muito em mim! Deixaram-me os 2 telemóveis deles...Fico feliz por os outros reconhecerem que sou...agora sei que sou...posso não ser muito organizada...agora que sou responsável e sou digna de confiança, isso eu sei que sou. Fico feliz, pelos outros reconhecerem isso...Nem sempre os outros reconhecem, não é? E, fico contente por eles reconhecerem!” (24:00)	CA	0,8
43ª 28Set11	a)(05:42) “Foi uma série de coisas que fui dizendo ao longo do dia e da noite...Normalmente digo as coisas com graça, com piada e estava corrosiva, estava agressiva e não gostei! E, realmente a história da D. a história da V.,...a história da fulana no meu trabalho...e, tudo isso acaba por mexer comigo e como eu acredito muito nas energias, e acho se nós temos pensamentos negativos vamos abrir coisas negativas, eu acordei no Domingo...e, não vai acontecer mais, não posso deixar que estas coisas negativas me afetem, de tal maneira que comece a ser o tipo de pessoa que não sou.” (06:36)	CB	0,5
	b)(13:33) “Constatee que não sinto nada por ele...fiquei magoada não pelo presente mas pelo passado (...) Ando a dizer à não sei quanto que já não sinto nada por ele, queria realmente ter a certeza e tive!” (14:58)	CB	0,8

	c)(49:02) “É giro ver como a minha vida estava e como a minha vida está,...está melhor!” (49:08)	CA	0,8
44ª 12Out11	a)(44:50) “Ser menos dependente...acho que já aprendi a ser.” (44:53)	CA	0,7
45ª 27Out11	-	-	-
46ª 04Nov11	a)(22:32) “Sabe-me bem, ter vontade de ter dito aos meus pais: olha vamos almoçar” (22:35)	CA	0,6
47ª 30Nov11	-	-	-
48ª 14Dez11	-	-	-
49ª 20Jan12	-	-	-
50ª 05Abr12	a)(13:13) “Eu chego ao cúmulo de conhecer as pessoas...pergunto onde elas trabalham e, pergunto se não precisam de ninguém e pergunto se posso enviar o meu C.V., não estou quieta, mal conheço as pessoas já estou a dar o meu curriculum.” (13:41)	CA	0,6
51ª 19Abr12	a)(28:43) “Eu já sabia que ele me tinha traído...não queria era acreditar...a questão era...que eu...acho que queria arranjar um motivo para sair daquele relacionamento que já não me estava a fazer feliz e eu sabia que tomando a decisão...andei à procura de motivos...e, mesmo depois de descobrir que ele me tinha traído eu não conseguia vir embora, por isso tive que o confrontar com um facto atual para...para a coisa ser iminente e acontecer naquele momento e ele ir embora eu só tenho pena de não ter	I	0,6

	percebido isto na altura e dizê-lo com esta clareza que estou a dizer agora.” (30:35)		
	b)(51:20) (quando o pai ameaçava divorciar-se) “Se calhar foi daí que apareceu o meu medo de ser abandonada se o meu pai saísse de casa. abandonava a minha mãe mas também me abandonava a mim.” (51:34)	I	0,7
		CB	0,7
52ª 03Mai12	a)(05:38) “Acho que aprendi a esperar...acho que estes 2 anos horríveis que passei...se me deram alguma coisa foi aprender a esperar...estou supertranquila.” (06:13)	CA	0,8
53ª 17Mai12	a)(05:01) “O que eu quero com ele, é o que nós temos. Uns amigos coloridos e mais nada! Não quero um relacionamento com ele, quero a atenção que ele me dá um carinho, mimo,... chega! Não quero um relacionamento! (05:15)	CA	0,6
54ª 24Mai12	a)(03:39) “Sinto-me bem, sinto-me aliviada não me importo nada de ter dito, não me importo que ele saiba que estou interessada nele...tou bem!” (03:49)	S	0,5
	b)(08:36) (dizer o que sente sem sentir que perde algo) “Fiquei bem...foi bom constatar isso o que me dá uma aprendizagem para não fazer nada do que fiz no passado.” (08:53)	CB	0,8

Anexo M- Cotações CHAP: Avaliação dos Incidentes de Mudança (Paciente 2)

Sessão	Incidente	Variável	Avaliação Quantitativa
1ª 28Mai10	a)(14:48)(com o marido) “Converso, converso, já foi tempo que eu não o enfrentava e não conversava, mas agora digo-lhe as coisas que sinto e que acho que ele tem que ouvir.” (14:56)	CB	0,6
2ª 04Jun10	a)(00:42)“Tenho-me sentido bem.” (00:43)	S	0,5
	b)(40:19) “O que tenho em vermelho em mim, parece-me que me machuca (...) acho que é uma cor com muita vida, tenho um desgosto tão grande que não tenho direito,...a ter,... essa vida...a vestir essa cor,... é como se eu fosse vestir vermelho estivesse já felicíssima da minha vida e já nada me faltasse, (...) então não sou capaz.” (41:02)	I	0,5
	c)(55:44) (terapia) “Às vezes quando saio de casa, digo assim: o que é que eu vou fazer para lá hoje. Estive lá a semana passada, já não sei mais o que dizer. Afinal é mentira, eu chego aqui e tenho sempre tanto para dizer.” (55:53)	I	0,5
3ª 18Jun10	(a)(02:32) “Tou um bocadinho mais calma, tou um bocadinho melhor, o meu filho já começou a trabalhar.” (02:37)	FE/CB	0,5
	b)(03:18) (teatro) “Tive uma aventura muito gira esta semana (...) Andam a fazer teatro contemporâneo (...) Eu, entrar na peça! Levei aquilo na brincadeira, mas fui (...) Fui para essa função. Adorei! Sem dúvida eu gosto de lidar com as pessoas assim e gosto destas aventuras.” (05:04)	FE/CA	0,8

	c)(06:32) “Com o teu olhar e com a tua calma, transmite-nos um sossego, uma calma” (disse a coreografa). “Oh! Mais uma, que não sabia. Estava a conhecer essa faceta em mim.” (06:42)	I	0,6
	d)(12:42) (T – Pelos vistos está-se a levantar!) “Tou a ficar mais livre, não quer dizer que não continue a achar que isso seja um bocado complicado.” (12:52)	CB	0,5
	e)(41:46) “Eu antes não era capaz! Não fazia isso, não virava costas ao meu marido para ir com a minha filha.” (41:52)	CA	0,7
	f)(50:25) “Começo a ficar melhor, até já durmo melhor! Já durmo melhor e já me sinto melhor todo o dia.”(50:34)	S	0,7
4ª 25Jun10	a)(00:16) “Tou bem...tou! Tou a me sentir mais confiante. Esta semana também fiz uma gravação que vai estar na rádio, ainda não sei quando. Quando falava da minha juventude e pra já, estou a sentir que estou melhor porque consegui falar da minha juventude sem ficar magoada como sempre me acontecia.” (00:44)	CB	0,8
	b)(03:56) “Isto está a ser muito engraçado para mim, muito bom e muito engraçado porque me está a fazer ir buscar coisas que eu não queria mesmo recordar, nem falar porque ficava traumatizada e chocada e, agora estou a conseguir enfrentá-los que foi uma passagem que eu tive na minha vida, passou...aconteceu.” (04:15)	CB	0,8
	c)(07:11) (teatro de rua) “Nunca pensei ser capaz de estar numa rua, numa via pública a fingir que estou a passar a ferro.” (07:17)	CA	0,6
	d)(16:23) (teatro de rua) “Isto também faz-me bem (...) faz-me bem porque me faz falta ter um bocadinho para mim, saber que aquela hora saio de casa e	CA	0,7

	tenho outra ocupação porque senão fico muito tempo em casa.” (16:38)		
5ª 02Jul10	a)(03:06) “Vou falando sobre o assunto e não fico magoada, coisa que não acontecia anteriormente, eu mal puxasse um bocadinho o fio à meada como se costuma dizer eu ficava logo sufocada com um nó na garganta e as lágrimas vinham ao de cima e caíam, caíam sem parar.” (03:24)	CB	0,8
	b)(21:16) “Eu ando aqui assim na rua e, andei! Não tive qualquer problema e cá está o meu pensar, eu estou a sentir-me bem, estou a sentir-me à vontade. Não interessa que olhem, que falem, que digam, é me igual. Eu estou a sentir-me bem...” (21:33)	CA	0,8
		CB	0,8
	c)(25:36) (terapia) “Com a continuação vou justificando que sim, faz parte de umas coisas que tinha ali a massacrar, e que vou abrindo, abrindo, vou sendo capaz de tirar cá para fora e vou ficando bem, mais aliviada, fico mais tranquila, mais solta, mais desprendida, mais livre (...) mais leve.” (26:08)	CB	0,7
d)(29:12) (marido) “Agora sou capaz de dizer com mais calma, porquê que isto acontece, porquê que tu fazes, porquê que tu dizes.” (29:18)	CB	0,5	
6ª 09Jul10	a)(00:49) “Estou a ficar com a vidinha mais normalizada, acabo por me sentir também mais sossegada, interiormente estou também satisfeita com aquilo que ando a fazer com aquelas novidades do teatro.” (01:06)	CA	0,7
	b)(02:04) “Nunca pensei ser capaz de estar a passar a ferro na via pública (...) Nunca pensei ter coragem de o fazer.” (02:29)	CA	0,8

	c)(05:35) “Venho muito bem disposta...chego a casa muito bem disposta.” (05:40)	S	0,9
	d)(05:55) “Já fiz dois vestidos, um para cada uma, ficaram doidas (...) e, eu ao fim e ao cabo também me sinto realizada.” (06:06)	CA	0,9
	e)(14:15) (sogra) “Agora com o desenvolver das coisas e o pensar mais calmamente e mais friamente é que de fato vejo que é real, cobrou muito da minha vida, toda a vida...” (14:27)	I	0,6
7ª 26Jul10	a)(00:11) “Estou cansada, mas estou satisfeita.” (00:14)	S	0,5
8ª 06Ag10	-	-	-
9ª 24Set10	a)(00:21) “Fez-me muita falta estas 2 semanas que faltei, porque já estava mesmo a precisar (...) de abrir o saco.” (00:30)	CB	0,4
10ª 01Out10	-	-	-
11ª 08Out10	-	-	-
12ª 15Out10	a)(54:49) “Sem dúvida que agora ultimamente, tenho conseguido conversar mais abertamente e dizer tudo o que sinto também desde que ando aqui a ter este apoio, sinto-me com força e coragem suficiente.” (55:03)	CA	0,7
		CB	0,7
13ª	-	-	-

23Out10			
14ª 29Out10	-	-	-
15ª 06Nov10	-	-	-
16ª 12Nov10	a)(22:02) “Agora eu tenho um passeio (...) então mandei marcar um lugar para mim (...) nesta fase não tenho o direito de fazer isso (de não ir) porque também preciso de descansar.” (23:14)	CA	0,6
17ª 19Nov10	a)(08:09) “Estava a dizer ao meu marido que desta vez eu não posso mais continuar a tomar conta da minha sogra diariamente porque estou muito cansada (...) e que não estou com tempo nenhum disponível para mim.” (08:31)	CA	0,6
		CB	0,6
	b)(28:22) “Já senti, já consegui não ser eu a interferir porque toda a semana eu vi que havia essa pressão para ser eu (...) aí consegui deixar que mais semana, menos semana mas que fossem eles a resolver.” (28:48)	CA	0,7
		CB	0,7
18ª 03Dez10	a)(22:43) “Agora estes dias que vou acabar por estar só (...) fica-me a faltar qualquer coisa (...) aquela obrigação, aquelas voltas já quase rotineiras para fazer, aí por isso eu talvez me sentir tão bem quando tenho a responsabilidade de sair de casa e ir trabalhar.” (23:49)	I	0,5
	b)(24:30) “Já levei outra vitória avante! Fui ao teatro.” (24:34)	CB	0,7
		c)(26:08) “Mesmo um bocado apertada, já consegui tomar uma decisão (...) senão tivesse de facto a ficar tão aliviada e tão disposta mesmo a dizer aquilo que sinto, nunca faria isto noutra altura.” (26:27)	CA
	CB	0,6	

19ª 10Dez10	a)(00:10) (workshop costura) “Já dei mais um passo em frente. Já fui ao S. fui falar com a S. e com elas todas, fizeram-me uma festa, quando me viram lá, fiquei contente por isso, já combinei tudo e vamos começar em Janeiro (...) e ela disse-me também para ir às 3ª e 5ª feiras fazer ginástica (...) então eu disse que sim.” (00:59)	CA	0,9
20ª 17Dez10	a)(01:23) “Estou-me a sentir mais descansada, mais calma, até mais leve, mais leve de aspeto de cabeça e de dormir. Estou a dormir melhor o que eu não fazia à algum tempo, e também a razão de logo de manhã me levantar já cansada e exaltada e passar todo o dia assim. Agora como estou a dormir melhor também consigo estar durante o dia mais calma e mais sossegada.” (01:59)	S	0,9
21ª 14Jan11	a)(01:18) “Já comecei o meu projeto (...) está a ser muito giro, está a ser muito bom, elas ficaram encantadas com a minha presença, tenho inscrições para 10 alunas.” (01:35)	CA	0,8
	b)(09:19) “As mágoas (...) têm levado uma vida inteira a me calar para evitar a chatice que vem a seguir (...) porque como não conseguia ter a calma de terminar assim, não terminava assim, gritando e ofendendo também é verdade (...) saía com mais agressividade e mais ofensa, pronto tudo a direito (...) depois ficava tudo em pé de guerra e agora aguento um bocadinho, penso um bocadinho e acho que digo aquilo que tenho a dizer (...) e fico bem aliviada.” (10:04)	I CB	0,5 0,6
22ª 11Fev11	a)(01:35) “Acho que este ano está a ser muito bom para mim, tirando o aspeto que mais me custa da minha sogra tive muito trabalho, sabe-me bem, quanto mais ocupada estou melhor estou, então	CA	0,8

	se for na costura é ouro sobre azul (...) está a ser um bocado mais positivo.” (02:03)		
23ª 18Fev11	a)(12:11) “Agora sinto-me mais segura” (12:12)	CB	0,9
	b)(21:03) “Uma coisa que eu também estou a sentir é que quando há alguma chatice, consigo controlar-me mais, acho que está a deixar de haver aquele confronto frente a frente, tu gritas, eu grito; tu ralhas eu ralho.” (21:18)	CB	0,8
24ª 25Fev11	-	-	-
25ª 11Mar11	a)(00:43) “Agora já estou a entrar em mais projetos (...) estou num projeto de fazer máscaras de barro.” (00:55)	CA	0,6
	b)(08:02) “Já estou noutra, de pintura de azulejo (...) também já comecei a executar, também é muito interessante (...) então já pintei 4 azulejos (...) é um fartote de rir, a gente umas com as outras e faz-me bem.” (08:48)	CA	0,6
	c)(26:46) “Atualmente já consigo ver fotografias e falar do meu filho, como falar da minha infância como me sentir com mais calma (...) Estou a fazer o luto comigo mesma (...) porque na realidade sei que já não o tenho, que o perdi mas também já não o tenho de volta, e a minha infância foi dolorosa, sofri tive muitos desgostos (...) mas também já consegui arrumar as situações sem me magoar tanto porque mal eu começasse as recordações eu ficava logo magoada e tão chocada ao ponto de quase não conseguir falar delas.” (27:43)	I	1
		CB	1
	d)(28:33) “Sinto-me mais calma, com mais tolerância em tudo o que passei.” (28:43)	CB	0,8
e)(39:039) “Podemos tentar arrumar a nossa vida e tentar tranquilizar mais para	I	0,8	

	conseguirmos viver melhor, acho que é o que nos está a acontecer. Há um ano que se está aqui (terapia) (...) não tinha esta disposição, não tinha esta maneira de ver as coisas e uma coisa que estou a sentir é com o meu marido, a teimosia que acontecia entre nós dois (...) eu sustentava a discussão (...) e agora consigo dar a volta de outra maneira (...) tu (marido) ficas com a tua ideia e eu fico com a minha.” (40:40)	CB	0,8
	f)(45:28) “Fui tomando esta opção que era melhor sempre sair de casa para fora a X horas e vir a X horas e, de fato gosto muito mais de ter aquele horário para sair e, ir do que estar ali em casa as 24h sobre as 24h e isso estava-me a fazer muito mal (...) tenho que olhar e fazer as coisas que desejo e tenho à minha frente.” (46:22)	CA	0,7
26ª 18Mar11	a)(00:14) “Estou bem, estou tranquila, estou a ver as coisas a ficarem todas mais normais, mais calmas, mais certinhas.” (00:32)	CB	0,9
	b)(04:37) “Estou contente com a pintura, já se está a conseguir estar mais descontraída (...) e tentar fazer as coisas com mais pormenor e estou contente com as máscaras, o que é que eu penso de mim própria com isto tudo é que eu precisava de estar ocupada a fazer coisas de que gosto.” (05:07)	CA	0,8
	c)(08:01) “Parece que estou a conseguir que tudo ao meu redor consiga que também ter mais calma, porque também eu como estou mais calma não me enervo (...) não alimento as discussões, fico um bocadinho mais tempo a pensar e ter tempo de fazer a coisa sem me exaltar.” (08:28)	CB	0,9
	d)(09:51) Sonho (13:38)	I	0,5
27ª		I	0,6

13Mai11	a)(15:04) “Estas coisas ajudam-me muito e, faz muito bem e depois parece que quando tenho uma perca tenho sempre um ganho a seguir (...) foi o trabalho que me levantou, que me ajudou (...) Tenho este trabalho todo mesmo que eu dissesse estou triste, tenho que ficar na cama ou não quero fazer isto (...) tenho mesmo muito trabalho para andar para a frente.” (15:44)	CA	0,6
28ª 27Mai11	a)(34:47) “Raramente estamos de acordo, não chegamos a discutir porque eu atualmente não lhe dou continuação do assunto para discussão, digo-lhe o que entendo na altura (...) não me altero (...) modifiquei.” (35:15)	S	0,7
		CA	0,7
	b)(46:14) “Eu disse: Olha A., acabou aqui a conversa, acabou aqui! Lá está a maneira que eu aprendi de não levar as coisas ao ponto que as pessoas querem.” (46:28)	CA	0,8
	c)(54:40) “Veremos o que é amanhã (...) é assim que eu agora aprendi a minha opção de vida. Amanhã é outro dia.” (54:52)	CA	0,7
29ª 30Set11	-	-	-
30ª 07Out11	a)(00:17) “Estou melhor, porque estou muito ocupada (...) ando no teatro (...) como tenho andado a ensaiar com elas todos os dias das 10 às 4h, depois ficamos a conversar até às 5. Estou a achar aquilo muito interessante, muito engraçado, sinto-me bem (...) farto-me de rir com elas e com eles.” (01:02)	FE/CA	0,8
	b)(01:37) “Comecei também a ginástica com a S., (...) faz-me mesmo muito bem (...) é um relaxamento total (...) então vou continuar.” (02:46)	CA	0,6
	c)(06:09) “Estou ali ao pé delas para tentar ver como é, decorar e saber e tou um bocadinho alheia, aquilo que me preocupa	CB	0,5

	atualmente a seguir logo se vê, agora tou a tirar proveito deste tempo (...) estas situações também dá para a gente pensar o que a vida é, tem que ser naquele momento (...) tentar-me controlar porque senão só faço mal a mim própria, não faço mal a mais ninguém.” (07:11)		
	d)(12:23) “Já vi mesmo que o estar muito tempo em casa, horas seguidas em casa, não ter uma ocupação fora dali, deixa-me mais livre para pensar no problema que existe e faz com que eu fique mais oprimida.” (12:43)	CB	0,6
	e)(40:21) (amiga) “Oh! Ana há aqui uma grande mudança (...) entre ti e o teu marido (...) já te impões no teu lugar.” (40:34)	CB	0,8
31ª 14Out11	a)(11:24) “Consegui alhear-me do que se tinha passado cá fora e me entregar novamente ao convívio e ao bem estar.” (11:37)	CA	0,7
32ª 04Nov11	a)(35:12) “Acho que me estou a capacitar que vou ter de facto uma volta na vida, que ao fim e ao cabo sempre a desejei. Então chegou a altura! É esta altura que se está a propor à frente e, estou a tentar conformar-me, ou ter a certeza que vai ser real, seja para ali seja para onde for. Eu tenho que sair dali.” (35:45)	I	0,6
		CA	0,6
33ª 18Nov11	a)(15:12) “Talvez isto venha de trás de nunca o poder ter feito, só agora ultimamente é que pôde tomar decisões (...) nunca ter aquela casa que eu dissesse é a minha casa.” (15:32)	I	0,7
	b)(16:08) “Está a ser muito difícil para mim (...) esta separação do espaço, esta separação do local e, eu pensava que não (...) agora que as coisas vão acontecer está-me a ser difícil.” (16:42)	I	0,5

34ª 06Jan12	a)(01:22) “Isso agora já não me afeta, porque de facto já estou satisfeita com a mudança e com a situação, consegui embalar tudo sem aquela mágoa que me causava, só de olhar para as coisas e pensar que as tinha que embalar.” (01:42)	CA	0,9
		CB	1
	b)(09:28) “Estou a ficar mais aliviada e mais convencida da realidade.” (09:36)	CA	0,8
	c)(22:47) “Tento dar a volta para não entrar em confrontos.” (22:50)	CB	0,8