

TÉCNICAS COGNITIVAS

GRÁFICO DE PARTICIPAÇÃO/RESPONSABILIZAÇÃO

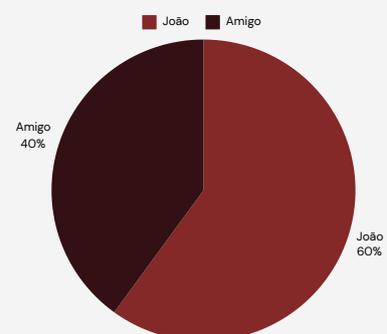
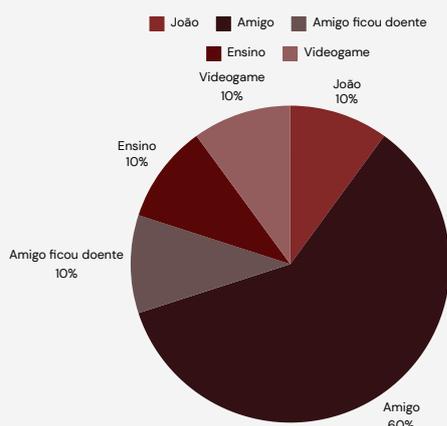
O gráfico de participação deve ser utilizado em casos onde o paciente possui um forte sentimento de culpa. **O objetivo do gráfico é amenizar o sentimento de culpa e redimensionar a possível responsabilidade do paciente**, tornando uma versão mais flexível e racional.

O gráfico de participação pode ser apresentado na estrutura de um gráfico no formato de pizza, onde cada fatia demonstrará outras variáveis que convergiram para a situação problema. **A cada variável acrescentada, a porcentagem de responsabilidade do paciente diminui.**

Vamos criar uma situação hipotética para ilustrar o uso do gráfico de culpa e responsabilidade na TCC:

Situação: João é um estudante universitário que está se sentindo culpado por não ter conseguido ajudar um amigo em dificuldade recentemente e o amigo reprovou na matéria.

- Quando é perguntado em porcentagem o quanto ele se sente culpado, responde 60%. >



- João e o terapeuta vão juntos pensando em **outras** pessoas ou situações que poderiam ter alguma participação ou responsabilidade... <

