|  |
| --- |
| **Nome, Idade e Profissão:** |
| **Diagnóstico(s):** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lista de Problemas**  **(cognitivos, comportamentais, emocionais, interpessoais, lazer, financeiros, judiciais, etc)** | **O que está mantendo esse problema? Quais processos estão envolvidos?**  **(Fatores de Manutenção)** | **Por que trabalhar nesses processos?**  **(Objetivos de Resultado e Processo)** | **Intervenção**  **(Procedimentos e Técnicas)** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **O que criou condições para as queixas do paciente? (Fatores Predisponentes)** | **Quais recursos temos disponíveis? Quais não temos? O que vai dificultar o processo? (Recursos)** |
| **Genética:** | **Pontos fortes e habilidades:** |
| **Modelo parental e história de vida:** | **Valores:** |
| **Modelo social e cultural:** | **Obstáculos:** |

|  |
| --- |
| **O que desencadeou essas queixas?**  **(Precipitantes)** |
| **Precipitantes longitudinais:** |
| **Precipitantes transversais:** |

|  |
| --- |
| **O que e como vou avaliar?**  **(Avaliação)** |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Mecanismos de Vulnerabilidade**  **(Predisposições neurofisiológicas que se relacionam aos predisponentes)** | **Mecanismos de Resposta**  **(Relacionados aos problemas e fatores de manutenção)** |
| **Déficits em...** | **Esquiva Experiencial** |
| Regulação de excitação e controle inibitório | Buscando segurança (atenção para fontes de segurança) |
| Funcionamento executivo (atenção, memória, raciocínio, etc.) | Controle do pensamento (evitação cognitiva) |
| Processamento, armazenamento e recuperação de informações | Supressão de pensamentos (evitação cognitiva) |
| Regulação das emoções | Evitação comportamental (situacional) |
| Regulação do sono | Evitação interoceptiva (atenção autofocada) |
| Suporte Social | Evitação emocional |
| **Respostas aprendidas** | Preocupação (como uma função, por exemplo, catastrofizações) |
| Condicionamento do clássico | Reasseguramento |
| Condicionamento operacional | Compulsões (verificação) |
| Modelagem | Comportamentos orientados por emoções |
| **Crenças generalizadas** | **Avaliações incorretas cognitivas** |
| Esquemas negativos | Internalização (atenção autofocada em si) |
| Crenças metacognitivas | Externalização (atacando os outros) |
| **Construções cognitivas específicas** | Fusão cognitiva |
| Sensibilidade à ansiedade | **Pensamento negativo repetitivo** |
| Controle percebido |  |
| Intolerância à frustração | Preocupação (como um processo) |
| Intolerância à incerteza | Ruminação (atenção autofocada) |
| Perfeccionismo | Processamento pós-evento (memória) |
| Autocrítica e/ou baixa autoeficácia |  |
| Impulsividade |  |
| Medo de avaliação |  |
| Orientação negativa do problema |  |
| Estimativa inflada de responsabilidade e ameaças |  |
| Sensibilidade a doenças ou lesões |  |
| **Construção multidimensional** |  |
| Intolerância ao estresse |  |
| Hipervigilância |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ATENÇÃO** | **COGNIÇÃO** | **SELF** |
| **AFETO** | **COMPORTAMENTO** | **MOTIVAÇÃO** |
| **BIOFISIOLÓGICO** | **CONTEXTO** | **SOCIOCULTURAL** |