

Curso

Planeamento e Estratégias de Intervenção na Psicologia Cognitivo-Comportamental





Curso

Planeamento e Estratégias de Intervenção na Psicologia Cognitivo-Comportamental

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 6 ECTS
- » Horário: Ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

Acesso ao site: www.techtute.com/pt/psicologia/curso/planeamento-estrategias-intervencao-psicologia-cognitivo-comportamental

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Direção do curso

pág. 12

04

Estrutura e conteúdo

pág. 16

05

Metodologia

pág. 20

06

Certificação

pág. 28

01

Apresentação

O processo de tratamento de um paciente com problemas de saúde mental é complexo devido aos múltiplos fatores que podem intervir no decurso das sessões e aos elementos externos e internos que se cruzam. Um obstáculo já conhecido pelos profissionais de psicologia que necessitam de um conhecimento profundo e abrangente para poderem implementar as estratégias de intervenção mais adequadas. Este Curso 100% online é uma resposta aos alunos que desejam atualizar os seus conhecimentos, conciliando as suas responsabilidades profissionais com um ensino de qualidade. Tudo isto, ainda, com conteúdos multimédia inovadores que enriquecem esta certificação.





“

Graças a este Curso conseguirá em 6 semanas os conhecimentos atualizados sobre o modelo Cognitivo-Comportamental que procurava"

A psicologia Cognitivo-Comportamental tem registado nos últimos anos uma maior aceitação por parte dos pacientes que recebem este tipo de tratamento. No entanto, a aplicação desta terapia requer um conhecimento amplo e profundo por parte dos profissionais de saúde mental, sobre as diferentes técnicas e ferramentas a aplicar, bem como sobre as estratégias a aplicar. Este Curso aprofunda, precisamente, o planeamento e o processo de intervenção, graças a um corpo docente especializado que aposta neste ensino a sua vasta experiência neste domínio.

Um Curso exclusivamente online, onde os alunos se encontrarão material multimédia de acordo com a atualidade académica (resumos em vídeo, esquemas detalhados, casos clínicos reais). Tudo isto, para que possam atualizar os seus conhecimentos sobre o processo de intervenção, o estilo cognitivo, os fatores interferentes no processo de intervenção, o papel do terapeuta, bem como o desenvolvimento de competências de comunicação.

Um ensino com uma abordagem teórico-prática dos sistemas de representação, do método socrático de colocação de questões e das competências próprias do terapeuta em situações difíceis na consulta clínica. Para além disso, este Curso inclui ainda *masterclass* ad hoc ministradas por um professor convidado de renome internacional, cujos conhecimentos aproximarão os alunos do Planeamento e Estratégias de Intervenção na Psicologia Cognitivo-Comportamental de uma forma muito mais direta e completa.

Os profissionais de psicologia têm uma excelente oportunidade de atualizar os seus conhecimentos de uma forma muito mais cómoda graças ao modelo online do TECH. Assim, os alunos apenas necessitam de um dispositivo com acesso à Internet para poderem consultar e/ou descarregar o plano de estudos quando e onde quiserem. Da mesma forma, o sistema *Relearning*, baseado na repetição de conteúdos, facilitará a renovação dos seus conhecimentos sobre Psicologia Cognitivo-Comportamental de uma forma mais natural e progressiva, reduzindo as longas horas de estudo que devem ser investidas noutros métodos de ensino.

Este **Curso de Planeamento e Estratégias de Intervenção em Psicologia Cognitivo-Comportamental** conta com o conteúdo educacional mais completo e atualizado do mercado. As suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Psicologia
- ♦ Os conteúdos gráficos, esquemáticos e eminentemente práticos fornecem informações científicas e práticas sobre as disciplinas que são essenciais para a prática profissional
- ♦ Exercícios práticos onde o processo de autoavaliação pode ser levado a cabo a fim de melhorar a aprendizagem
- ♦ A sua ênfase especial em metodologias inovadoras
- ♦ Lições teóricas, perguntas ao especialista, fóruns de discussão sobre questões controversas e atividades de reflexão individual
- ♦ A disponibilidade de acesso ao conteúdo a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com ligação à Internet



Aceda 24 horas por dia a um Curso avançado no qual lhe serão apresentadas as técnicas mais utilizadas na intervenção do modelo Cognitivo-Comportamental"

“

Uma opção académica que lhe permitirá renovar os seus conhecimentos sobre o método Socrático e a sua aplicação na terapia”

O corpo docente do Curso inclui profissionais do setor que trazem a sua experiência profissional para esta certificação, para além de especialistas reconhecidos de sociedades de referência e universidades de prestígio.

O seu conteúdo multimédia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educativa, permitirá ao profissional uma aprendizagem situada e contextual, ou seja, um ambiente simulado que proporcionará uma preparação imersiva programada para praticar em situações reais.

A conceção deste Curso baseia-se na Aprendizagem Baseada em Problemas, através da qual o profissional deverá tentar resolver as diferentes situações da atividade profissional que surgem ao longo do percurso académico. Para tal, contará com a ajuda de um sistema inovador de vídeo interativo desenvolvido por especialistas reconhecidos.

Uma certificação destinada a profissionais que pretendem adquirir um ensino de qualidade sem prejudicar outras áreas da sua vida.

Disponibiliza conteúdos multimédia inovadores para os intervenientes no processo de intervenção.



02

Objetivos

O corpo docente que ministra esta certificação coloca todo o seu conhecimento neste Curso para que o profissional de psicologia, no final das 6 semanas de duração, possa ter adquirido um conhecimento renovado das diferentes estratégias de intervenção a utilizar segundo o modelo Cognitivo-Comportamental, aplicando as técnicas e ferramentas existentes. Tudo isto acompanhado por um material didático inovador que lhe permitirá adquirir a atualização que procura de uma forma mais ágil e visual.





“

O sistema Relearning permitir-lhe-á progredir neste Curso de uma forma mais ágil e natural”



Objetivos gerais

- ♦ Dotar os alunos de conhecimentos académicos e técnicos no seu trabalho profissional a partir da abordagem Cognitivo-Comportamental
- ♦ Atualizar os conhecimentos na conceção da Avaliação Psicológica a partir da abordagem Cognitivo-Comportamental
- ♦ Atualizar os conhecimentos e ferramentas da Intervenção Psicológica para um bom desenho do processo terapêutico
- ♦ Apresentar ao aluno as ferramentas da relação terapêutica que favorecem o estabelecimento de uma boa relação terapêutica
- ♦ Promover o conhecimento e a gestão dos meios técnicos para saber conter o estado emocional do paciente
- ♦ Incentivar o profissional de psicologia a manter uma educação contínua e um desenvolvimento dos seus conhecimentos científicos
- ♦ Dominar o código deontológico para realizar o seu trabalho dentro da ética profissional





Objetivos específicos

- Conhecer e compreender as diferentes estratégias de intervenção existentes na psicologia cognitivo-comportamental
- Diferenciar as estratégias da psicologia cognitivo-comportamental de outras
- Aprender a planejar estratégias que permitam intervir a partir do modelo



Um Curso ministrado exclusivamente em modo online para que possa renovar os seus conhecimentos no planeamento de estratégias de intervenção"

03

Direção do curso

A TECH faz uma seleção rigorosa de todo o corpo docente que compõe cada uma das suas certificações com o objetivo de oferecer aos alunos um ensino de qualidade ao alcance de todos. Neste sentido, a TECH elegeu o corpo docente que ministra esta certificação, altamente qualificado e com um percurso profissional no domínio da Psicologia Cognitivo-Comportamental. Graças à sua vasta experiência e proximidade, o profissional de psicologia que obtenha este certificado poderá atualizar os seus conhecimentos de uma forma mais completa.



“

As masterclasses ministradas por um especialista internacional serão muito úteis no aprofundamento das estratégias mais eficazes na Psicologia Cognitivo-Comportamental"

Diretor Internacional Convidado

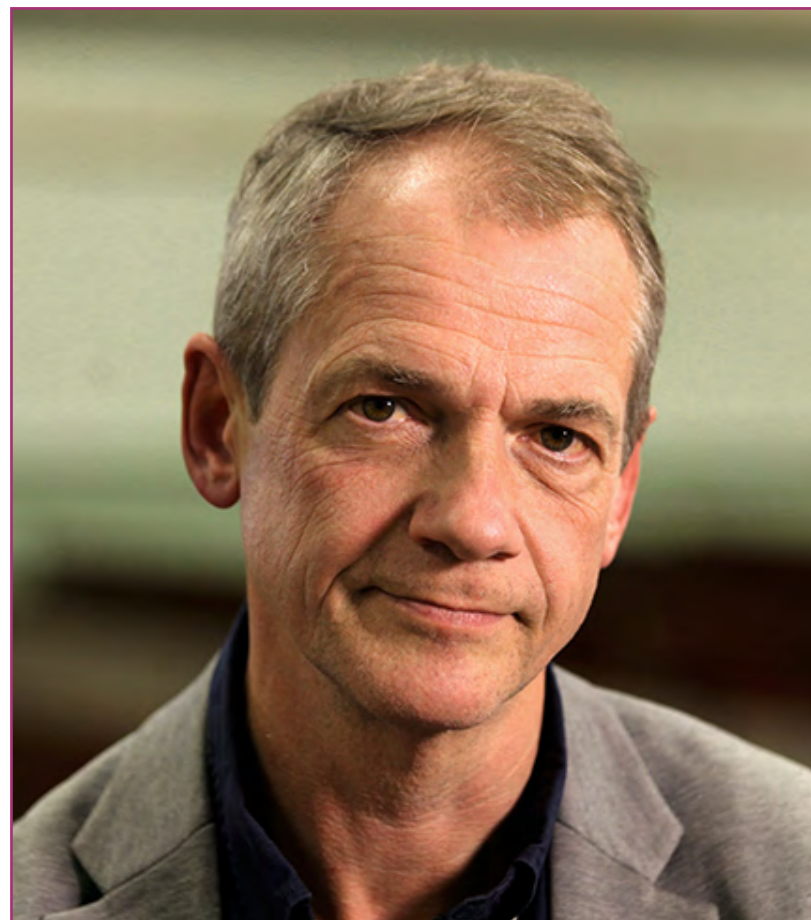
O Doutor Stefan G. Hofmann é uma eminência mundial no domínio da **Terapia Cognitivo-Comportamental e das Perturbações de Ansiedade**. Há mais de 20 anos que investiga a natureza das perturbações emocionais e os processos através dos quais os tratamentos psicológicos aliviam os sintomas..

A sua extensa carreira consagrou-o como Professor Alexander von Humboldt de Psicologia Clínica Translacional e do Departamento de Psicologia Clínica da Universidade Philipps de Marburgo, na Alemanha, e é atualmente Professor no Departamento de Neurologia e Psicologia da Universidade de Boston, onde dirige o Laboratório de Investigação em Psicoterapia e Emoção no Centro de Ansiedade e Perturbações Relacionadas.

Foi presidente de numerosas organizações profissionais e é redator-chefe da Cognitive Therapy and Research. Foi considerado um **Investigador Muito Citado** e recebeu o **Aaron T. Beck Award for Significant and Enduring Contributions to the Field of Cognitive Therapy** e o **Humboldt Research Award**.

Tornou-se também um líder mundial ao servir como **consultor no processo de desenvolvimento do DSM-5**, um manual criado para ajudar os profissionais de saúde a diagnosticar perturbações mentais e a desenvolver um plano de tratamento bem documentado para cada indivíduo.

No domínio da investigação, o Doutor Stefan G. Hofmann **publicou mais de 400 artigos** em revistas científicas e **20 livros** sobre Perturbações de Ansiedade, Depressão, Emoções, Mecanismo de Mudança de Tratamento, Tradução das Descobertas da Neurociência em Aplicações Clínicas e Regulação das Emoções e Expressões Culturais da Psicopatologia.



Doutor Stefan G. Hofmann

- ♦ Professor do Departamento de Neurologia e Psicologia da Universidade de Boston
- ♦ Redator-chefe da Revista Cognitive Therapy and Research
- ♦ Consultor na criação do DSM-5
- ♦ Professor do Departamento de Ciências Psicológicas e do Cérebro da Universidade de Boston
- ♦ Doutorado em Psicologia pela Universidade de Marburgo
- ♦ Fellowship em Psicologia pela Universidade de Stanford
- ♦ Cátedra Alexander von Humboldt em Psicologia Clínica Translacional
- ♦ Membro: Subgrupo de Trabalho do DSM-5 sobre Perturbação de Ansiedade do DSM-5 e Grupo de Revisão Transcultural do DSM-5-TR

“

Graças à TECH, poderá aprender com os melhores profissionais do mundo”

04

Estrutura e conteúdo

O profissional de psicologia que frequente este Curso terá à sua disposição um conteúdo didático composto por resumos em vídeo, esquemas interativos e leituras especializadas, com os quais poderá aprofundar e expandir os seus conhecimentos ao longo das 150 horas letivas que o compõem. Desta forma, os alunos avançarão desde os aspetos mais importantes do processo de intervenção até às competências de comunicação aplicadas durante a terapia, a relevância do método Socrático e as competências necessárias aos terapeutas. O sistema *Relearning*, baseado na reiteração dos conteúdos, favorecerá a atualização dos conhecimentos de uma forma muito mais natural e progressiva.



“

Tem ao seu alcance um plano de estudos atualizado e inovador, para que se mantenha a par das técnicas de comunicação mais utilizadas na terapia Cognitivo-Comportamental”

Módulo 1. O Planeamento e Estratégias de Intervenção na Psicologia Cognitivo-Comportamental

- 1.1. Aspectos a ter em conta no processo de intervenção
 - 1.1.1. Aspectos específicos do terapeuta
 - 1.1.2. Aspectos contextuais
 - 1.1.3. Aspectos específicos do paciente
- 1.2. Saúde menta e emocional
 - 1.2.1. O que é a saúde?
 - 1.2.2. Saúde Mental
 - 1.2.3. Saúde Emocional
- 1.3. Hábitos e estilo cognitivo
 - 1.3.1. Introdução aos Hábitos e seus tipos
 - 1.3.2. A sua influência na terapia e no processo de mudança
- 1.4. Habilidades de comunicação aplicadas
 - 1.4.1. Introdução às habilidades de comunicação
 - 1.4.2. Habilidades comunicativas aplicadas à intervenção em situações de crise
 - 1.4.3. Utilização das habilidades de comunicação durante a terapia
- 1.5. Sistemas de representação
 - 1.5.1. Introdução e definição de os sistemas de representação
 - 1.5.2. Tipos de sistemas e sua influência
- 1.6. Utilização eficaz de perguntas (método Socrático)
 - 1.6.1. A importância do questionamento na terapia
 - 1.6.2. O surgimento do método Socrático
 - 1.6.3. A sua aplicação na terapia
- 1.7. Competências do terapeuta
 - 1.7.1. Introdução às habilidades do terapeuta
 - 1.7.2. Importância de habilidades do terapeuta
 - 1.7.3. Lidar com situações difíceis





“

Renove as suas habilidades em situações difíceis na consulta graças a este Curso”

05

Metodologia

Este programa de capacitação oferece uma forma diferente de aprendizagem. A nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: **o Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas escolas médicas mais prestigiadas do mundo e tem sido considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações, tais como a *New England Journal of Medicine*.



“

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para o levar através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que provou ser extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”

Na TECH utilizamos o Método de Caso

Numa dada situação, o que deve fazer um profissional? Ao longo do programa, os estudantes serão confrontados com múltiplos casos clínicos simulados com base em pacientes reais nos quais terão de investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver a situação. Há abundantes provas científicas sobre a eficácia do método. Os especialistas aprendem melhor, mais depressa e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

Com a TECH o psicólogo experimenta uma forma de aprendizagem que abala as bases das universidades tradicionais em todo o mundo.



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação anotada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra alguma componente clínica peculiar, quer pelo seu poder de ensino, quer pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso seja fundamentado na vida profissional actual, tentando recriar as condições reais na prática profissional do psicólogo.

“

Sabia que este método foi desenvolvido em 1912 em Harvard para estudantes de direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais complexas para que tomassem decisões e justificassem a forma de as resolver. Em 1924 foi estabelecido como um método de ensino padrão em Harvard”

A eficácia do método é justificada por quatro realizações fundamentais:

- 1 Os psicólogos que seguem este método não só conseguem a assimilação de conceitos, mas também um desenvolvimento da sua capacidade mental, através de exercícios de avaliação de situações reais e da aplicação de conhecimentos.
- 2 A aprendizagem é solidamente traduzida em competências práticas que permitem ao psicólogo integrar melhor o conhecimento na prática clínica.
- 3 A assimilação de ideias e conceitos é facilitada e mais eficiente, graças à utilização de situações que surgiram a partir de um ensino real.
- 4 O sentimento de eficiência do esforço investido torna-se um estímulo muito importante para os estudantes, o que se traduz num maior interesse pela aprendizagem e num aumento do tempo passado a trabalhar no curso.



Relearning Methodology

A TECH combina eficazmente a metodologia do Estudo de Caso com um sistema de aprendizagem 100% online baseado na repetição, que combina 8 elementos didáticos diferentes em cada lição.

Melhoramos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.



O psicólogo aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes de aprendizagem simulados. Estas simulações são desenvolvidas utilizando software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.

Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis globais de satisfação dos profissionais que concluem os seus estudos, no que diz respeito aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Esta metodologia já formou mais de 150.000 psicólogos com sucesso sem precedentes em todas as especialidades clínicas. Tudo isto num ambiente altamente exigente, com um corpo estudantil universitário com um elevado perfil socioeconómico e uma idade média de 43,5 anos.

O Relearning permitir-lhe-á aprender com menos esforço e mais desempenho, envolvendo-o mais na sua capacitação, desenvolvendo um espírito crítico, defendendo argumentos e opiniões contrastantes: uma equação direta ao sucesso.

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, mas acontece numa espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, cada um destes elementos é combinado de forma concêntrica.

A pontuação global do nosso sistema de aprendizagem é de 8,01, de acordo com os mais elevados padrões internacionais.



Este programa oferece o melhor material educativo, cuidadosamente preparado para profissionais:



Material de estudo

Todos os conteúdos didáticos são criados pelos especialistas que irão ensinar o curso, especificamente para o curso, para que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Estes conteúdos são depois aplicados ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isto, com as mais recentes técnicas que oferecem peças de alta-qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.



Últimas técnicas e procedimentos em vídeo

A TECH aproxima os estudantes das técnicas mais recentes, dos últimos avanços educacionais e da vanguarda das técnicas dentárias atuais. Tudo isto, na primeira pessoa, com o máximo rigor, explicado e detalhado para a assimilação e compreensão do estudante. E o melhor de tudo, pode observá-los quantas vezes quiser.



Resumos interativos

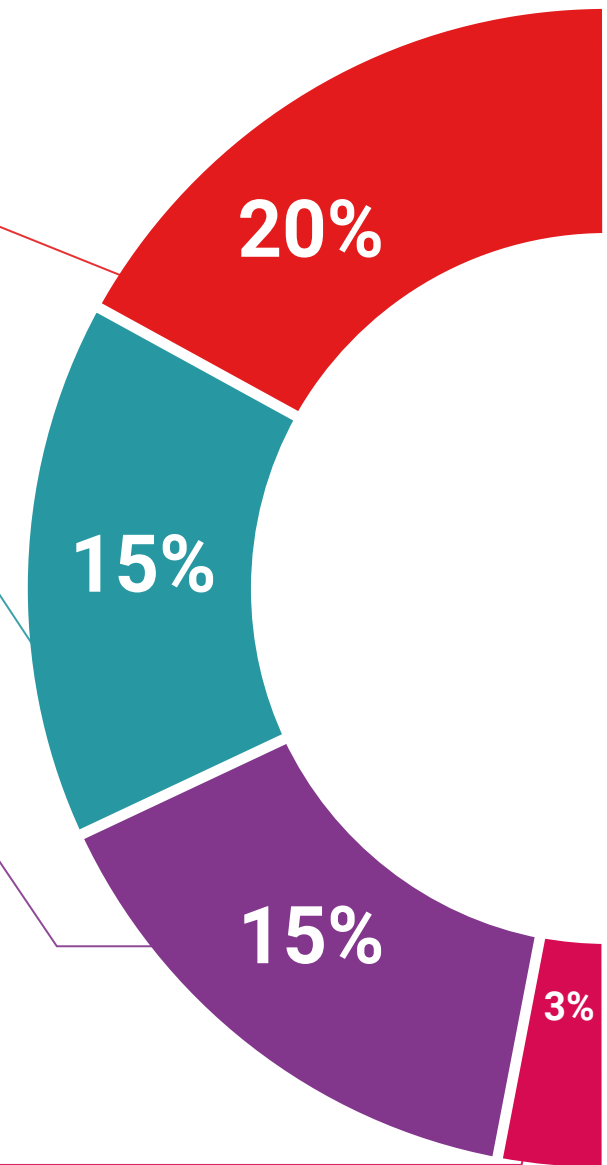
A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais a fim de reforçar o conhecimento.

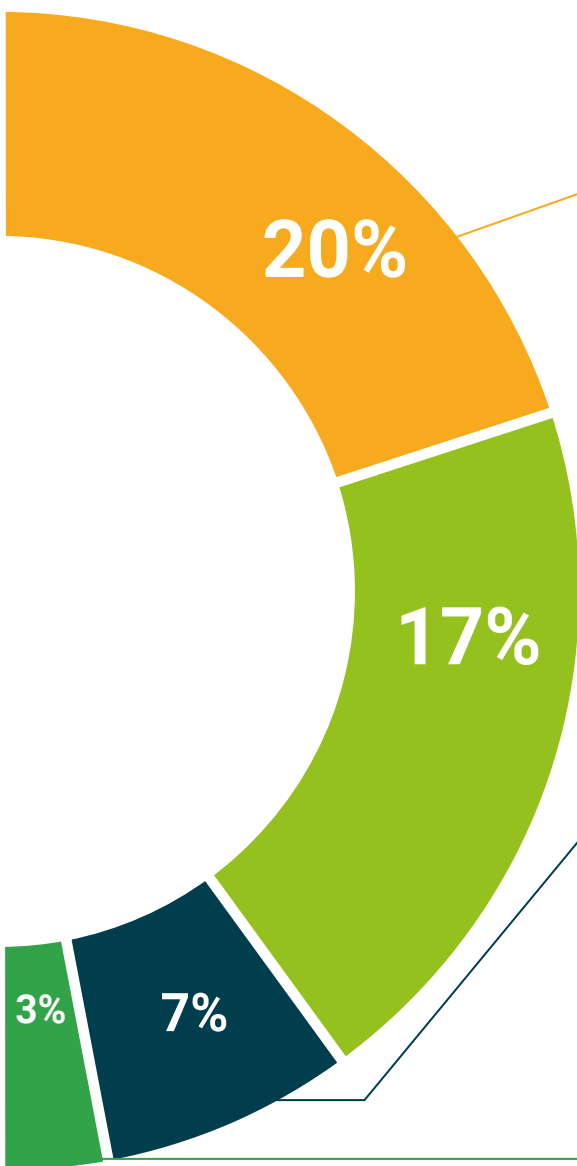
Este sistema educativo único para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu".



Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que necessita para completar a sua capacitação.





Análises de casos desenvolvidas e conduzidas por especialistas

A aprendizagem eficaz deve necessariamente ser contextual. Por esta razão, a TECH apresenta o desenvolvimento de casos reais nos quais o perito guiará o estudante através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



Testing & Retesting

Os conhecimentos do aluno são periodicamente avaliados e reavaliados ao longo de todo o programa, através de atividades e exercícios de avaliação e auto-avaliação, para que o aluno possa verificar como está a atingir os seus objetivos.



Masterclasses

Existem provas científicas sobre a utilidade da observação por terceiros especializados. O denominado Learning from an Expert constrói conhecimento e memória, e gera confiança em futuras decisões difíceis.



Guias rápidos de atuação

A TECH oferece os conteúdos mais relevantes do curso sob a forma de folhas de trabalho ou guias de ação rápida. Uma forma sintética, prática e eficaz de ajudar os estudantes a progredir na sua aprendizagem.



06

Certificação

O Curso de Planejamento e Estratégias de Intervenção em Psicologia Cognitivo-Comportamental garante, para além de um conteúdo mais rigoroso e atualizado, o acesso a um Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

Conclua este plano de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”

Este **Curso de Planeamento e Estratégias de Intervenção em Psicologia Cognitivo-Comportamental** conta com o conteúdo educacional mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio, com aviso de receção, o certificado* correspondente ao título de **Curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de emprego, concursos públicos e avaliação de carreiras profissionais.

Certificação: **Curso de Planeamento e Estratégias de Intervenção na Psicologia Cognitivo-Comportamental**

ECTS: 6

Carga horária: **150 horas**



*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que o seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.



Curso

Planeamento e Estratégias
de Intervenção na Psicologia
Cognitivo-Comportamental

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 6 ECTS
- » Horário: Ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

Curso

Planeamento e Estratégias de Intervenção na Psicologia Cognitivo-Comportamental

