

Curso

Intervenção com Técnicas
Cognitivo-Comportamentais
em Psicologia Clínica



Curso

Intervenção com Técnicas Cognitivo-Comportamentais em Psicologia Clínica

- » Modalidade: **online**
- » Duração: **6 semanas**
- » Certificação: **TECH Universidade Tecnológica**
- » Créditos: **6 ECTS**
- » Tempo Dedicado: **16 horas/semana**
- » Horário: **ao seu próprio ritmo**
- » Exames: **online**

Acesso ao site: www.techtute.com/pt/psicologia/curso/intervencao-tecnicas-cognitivo-comportamentais-psicologia-clinica

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

A abordagem e gestão de pacientes que sofrem de ansiedade, depressão, stress, fobias ou falta de autoestima não será obviamente a mesma e requer a aplicação de técnicas diferentes para que a eficácia do tratamento seja maior. O profissional de psicologia está consciente da importância de um diagnóstico correto e da utilização apropriada das diferentes técnicas disponíveis na consulta clínica. Este programa 100% online foi criado com o objetivo de oferecer, através de um programa de estudos exaustivo, uma atualização de conhecimentos da mão de uma equipa docente com vasta experiência no campo da psicologia.



“

Com este Curso estudará durante 6 semanas um ensino intensivo das técnicas mais utilizadas em Terapia Cognitivo-Comportamental”

As Técnicas Cognitivo-Comportamentais, na sua história relativamente curta em Psicologia, têm demonstrado um tratamento bem-sucedido em pacientes com vários problemas tais como baixa autoestima, depressão ou ansiedade. Estes procedimentos cientificamente endossados requerem um vasto conhecimento por parte dos profissionais de psicologia que desejem pô-los em prática. Este Curso vem dar resposta à necessidade de atualizar os conhecimentos neste campo. Para o efeito, os alunos poderão contar com uma equipa docente altamente qualificada com experiência no modelo Cognitivo-Comportamental.

Um programa onde o profissional de psicologia estudará em profundidade o relaxamento autogénico de Schultz, o seu próprio autor e aplicação clínica da técnica, o procedimento de sugestão e hipnose, a terapia de inoculação de **stress** ou os autores mais proeminentes na terapia de resolução de problemas. Vídeos resumidos, leituras especializadas e diagramas interativos são apenas alguns dos conteúdos multimédia que os alunos encontrarão durante as 150 horas letivas que compõem este curso. Um programa de estudos exaustivo e detalhado fornecido por um pessoal docente especializado.

Da mesma forma, durante o decorrer deste programa universitário, os estudantes renovarão os seus conhecimentos sobre a reestruturação cognitiva e estarão atualizados sobre os mais recentes avanços no *Mindfulness* e a sua aplicação na prática clínica regular. As simulações de casos clínicos fornecidas neste Curso serão de grande utilidade para os profissionais que também desejem incorporar as técnicas no seu trabalho quotidiano. Além disso, o programa deste curso é completado pelas aulas magistrais dadas por um docente convidado com uma excelente carreira profissional e grande reconhecimento no campo da Psicologia Cognitivo-Comportamental. Os seus conhecimentos refletem-se nestas sessões, que proporcionarão uma aprendizagem aprofundada e avançada sobre técnicas recentes de intervenção neste tipo de terapia.

Este **Curso de Intervenção com Técnicas Cognitivo-Comportamentais em Psicologia Clínica** 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
- ♦ O conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático do livro fornece 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



Os casos clínicos previstos neste curso universitário facilitarão a aquisição de um conhecimento mais próximo e mais atual”

“

O sistema de Relearning utilizado pela TECH permitir-lhe-á reduzir as longas horas de estudo”

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

Graças ao seu conteúdo multimédia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, o profissional terá acesso a uma aprendizagem situada e contextual, ou seja, um ambiente de simulação que proporcionará um programa imersivo programado para se formar em situações reais.

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

Uma opção académica concebida para profissionais que desejem renovar os seus conhecimentos com um ensino de grande aplicação clínica.

Explore a Terapia Racional, Emotiva e Comportamental de Ellis com este programa 100% online.



02

Objetivos

Durante as 6 semanas deste Curso, o profissional de psicologia será introduzido às diferentes técnicas Cognitivo-Comportamentais em Psicologia, renovando os seus conhecimentos não só nos processos de intervenção, mas também nos principais autores que desenvolveram cada um deles. O sistema de Relearning, baseado na reiteração de conteúdos, permitirá aos alunos reduzir as longas horas de estudo e alcançar os seus objetivos de uma forma mais natural.





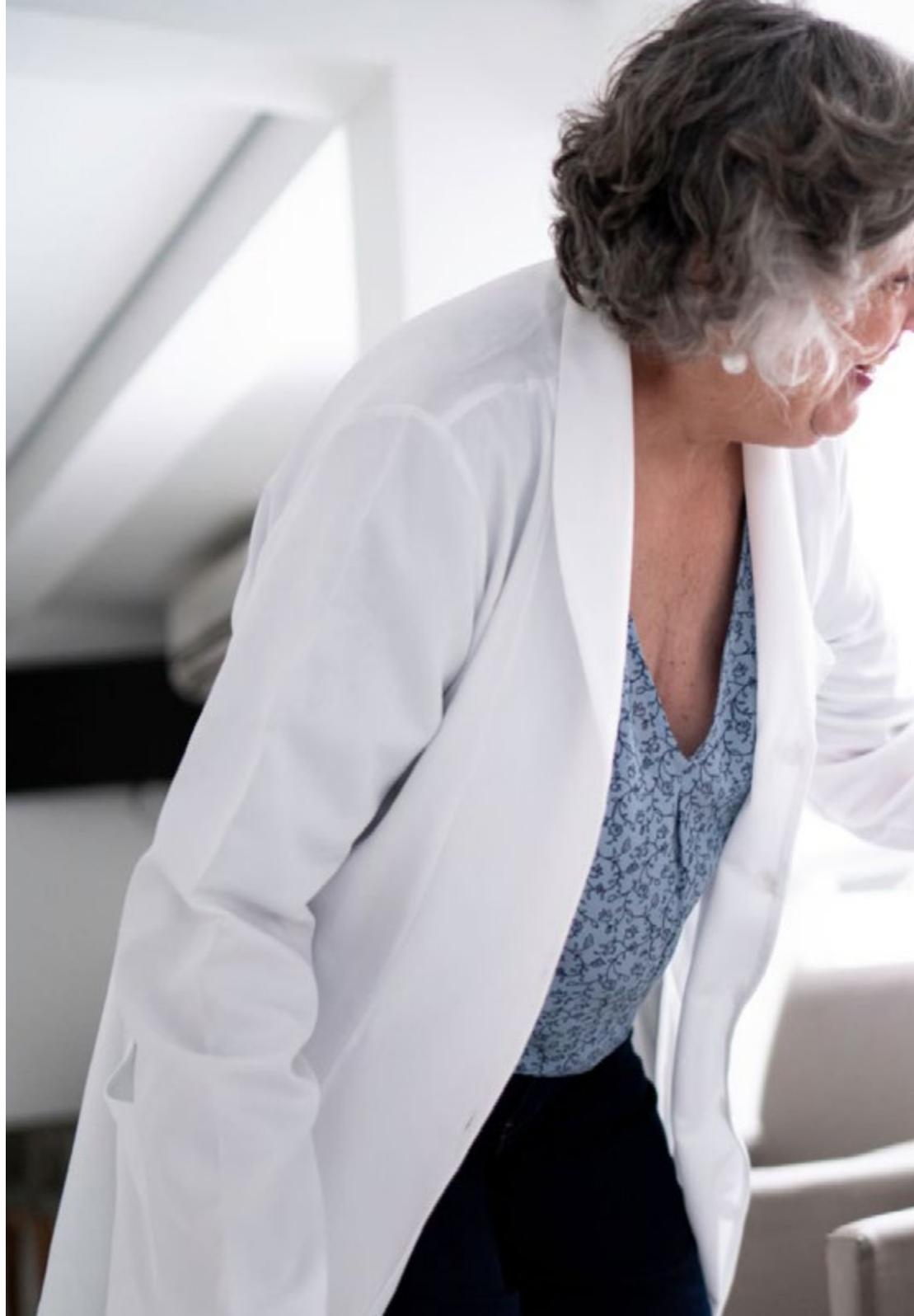
“

Uma especialização universitária que o levará ao longo das 150 horas de ensino ao conhecimento mais exaustivo das Técnicas Cognitivo-Comportamentais”



Objetivos gerais

- ◆ Proporcionar aos estudantes conhecimentos acadêmicos e técnicos no seu trabalho profissional a partir de uma abordagem cognitivo-comportamental
- ◆ Atualizar o conhecimento na conceção da avaliação psicológica a partir da abordagem cognitivo-comportamental
- ◆ Atualizar os conhecimentos e as ferramentas de Intervenção Psicológica para uma boa planificação do processo terapêutico
- ◆ Apresentar ao aluno as ferramentas das relações terapêuticas que favorecem o estabelecimento de uma boa relação terapêutica
- ◆ Promover o conhecimento e a utilização de ferramentas técnicas para saber como conter o estado emocional do paciente
- ◆ Estimular o profissional de psicologia a manter uma capacitação constante e um desenvolvimento dos seus conhecimentos científicos
- ◆ Dominar o código deontológico a fim de realizar o seu trabalho de acordo com a ética profissional





Objetivos específicos

- ♦ Adquirir conhecimentos básicos e fundamentais sobre as diferentes técnicas cognitivo-Comportamentais
- ♦ Conhecer e aprender a realizar uma intervenção com o modelo cognitivo-comportamental
- ♦ Aprender os fundamentos das terapias baseadas no modelo cognitivo-comportamental
- ♦ Conhecer os autores das técnicas cognitivo-comportamentais

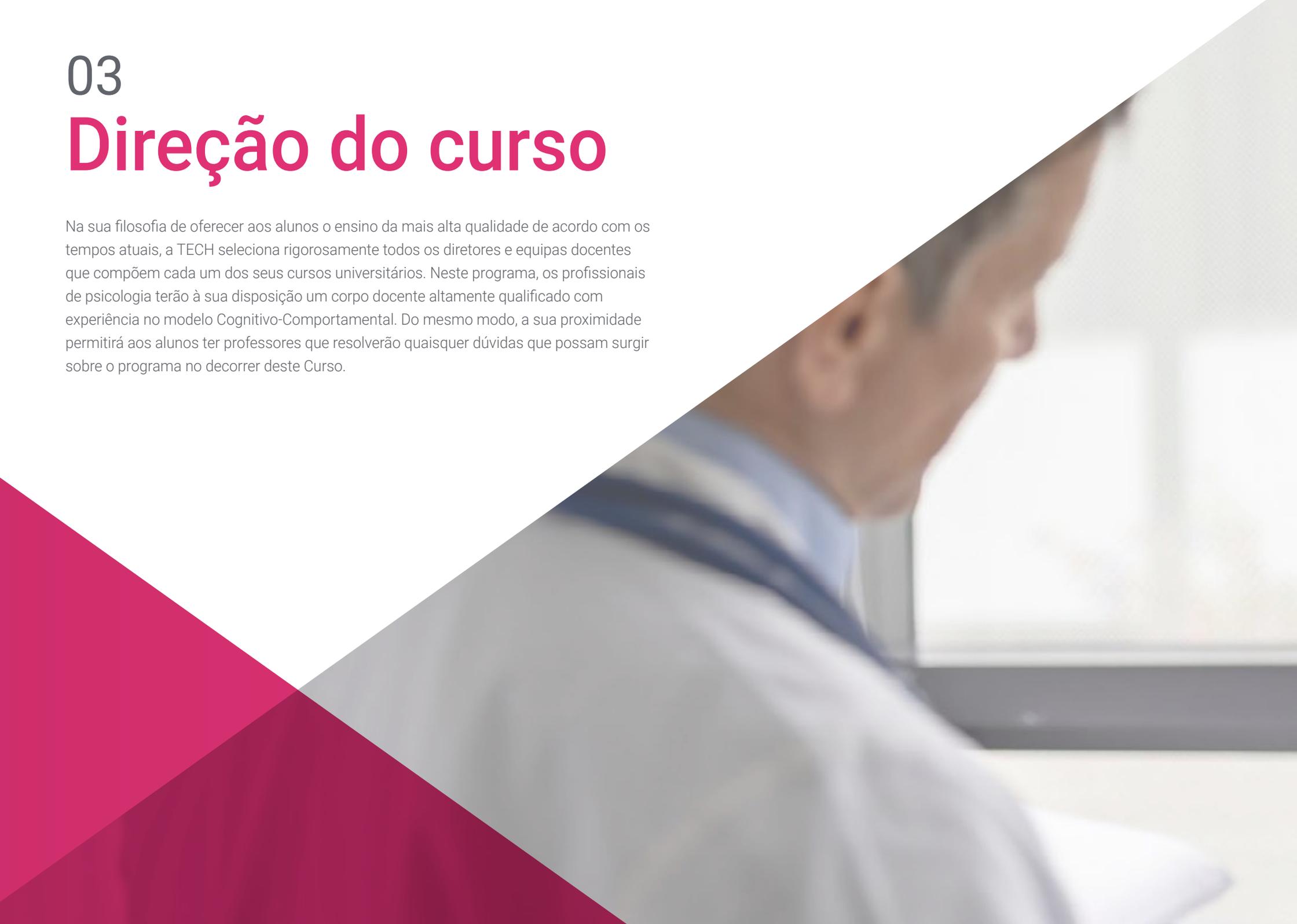
“

Um Curso com uma abordagem teórico-prática para que possa explorar os fundamentos das terapias baseadas no modelo Cognitivo-Comportamental”

03

Direção do curso

Na sua filosofia de oferecer aos alunos o ensino da mais alta qualidade de acordo com os tempos atuais, a TECH seleciona rigorosamente todos os diretores e equipas docentes que compõem cada um dos seus cursos universitários. Neste programa, os profissionais de psicologia terão à sua disposição um corpo docente altamente qualificado com experiência no modelo Cognitivo-Comportamental. Do mesmo modo, a sua proximidade permitirá aos alunos ter professores que resolverão quaisquer dúvidas que possam surgir sobre o programa no decorrer deste Curso.



“

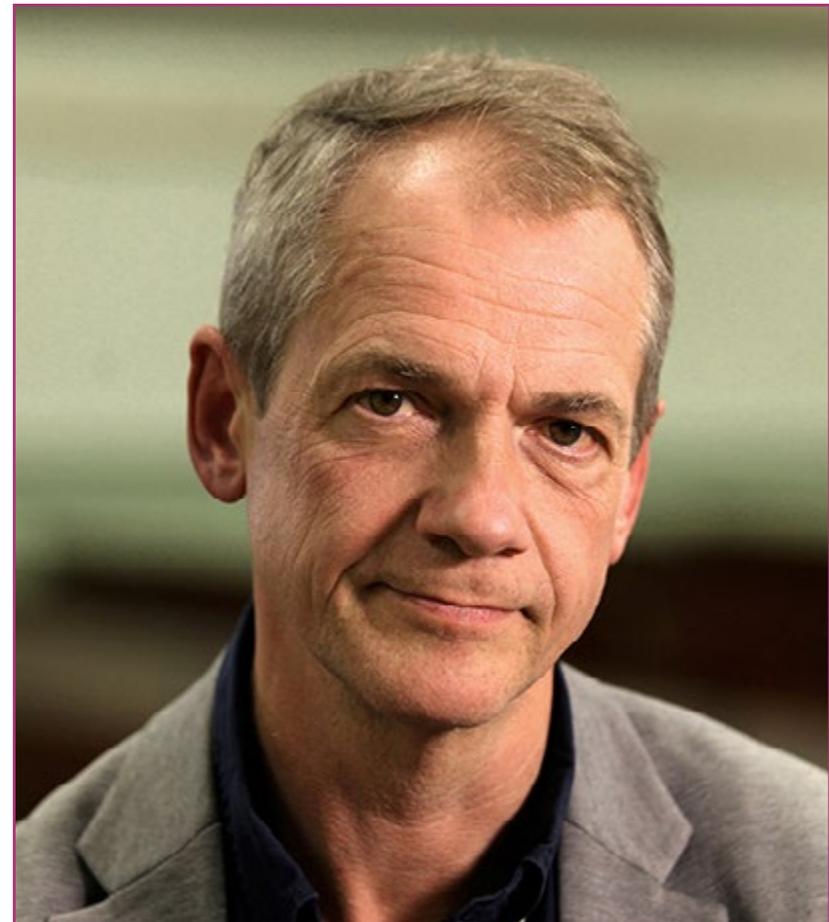
Esta capacitação completa o seu programa com aulas magistrais dadas por um docente convidado que é uma referência no campo da Psicologia Cognitivo-Comportamental”

Diretor internacional convidado

Alexander von Humboldt, professor catedrático de Psicologia Clínica Translacional e do Departamento de Psicologia Clínica da Universidade Philipps de Marburgo (Alemanha) e Professor de Psicologia Clínica no Departamento de Ciências Psicológicas e Cerebrais da Universidade de Boston.

Antigo presidente de numerosas organizações profissionais e atualmente editor-chefe da Cognitive Therapy and Research. Também incluído na lista de Investigadores Altamente Citados e detentor do Prémio Aaron T. Beck Award for Significant and Enduring Contributions to the Field of Cognitive Therapy e o Prémio Humboldt Research Award.

Também antigo consultor do processo de desenvolvimento do DSM-5 e membro do subgrupo de trabalho sobre o transtorno de ansiedade do DSM-5 e membro do grupo de análise transcultural do DSM-5-TR. O Dr. Hofmann publicou mais de 400 artigos de revistas especializadas e 20 livros sobre transtornos de ansiedade, depressão, emoções, mecanismo de mudança de tratamento, a tradução dos resultados das neurociências em aplicações clínicas e a regulação das emoções e expressões culturais da psicopatologia.



Dr. Stefan G. Hofmann

- Especialista em Terapia Cognitivo-Comportamental e em Transtornos de Ansiedade
- Editor-chefe da revista Cognitive Therapy and Research
- Professor no Departamento de Ciências Psicológicas e Cerebrais na Universidade de Boston
- Consultor na criação do DSM-5
- Doutorado em Psicologia pela Universidade de Marburgo
- Bolsa em Psicologia na Universidade de Stanford
- Alexander von Humboldt, professor de Psicologia Clínica Translacional

“

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

04

Estrutura e conteúdo

O programa deste Curso foi desenvolvido seguindo as diretrizes estritas de uma equipa docente especializada que procurou refletir no programa as principais técnicas de intervenção realizadas nas terapias Cognitivo-Comportamentais. Um conhecimento exaustivo, ao qual os alunos poderão aceder 24 horas por dia, sem sessões com horários fixos. Um programa de estudos que aprofundará na aplicação direta das diferentes técnicas, bem como nos estudos científicos que as endossam e que recentemente aprofundaram algumas delas. Um conteúdo multimédia de qualidade *online* de acordo com o ensino académico atual, para que o profissional de psicologia possa atualizar os seus conhecimentos de uma forma mais ágil.



“

Aceda ao programa sempre que precisar, sem aulas com horários fixos. Um ensino universitário flexível que se adapta aos profissionais da psicologia”

Módulo 1. Intervenção com Técnicas Cognitivo-Comportamentais na Psicologia Clínica

- 1.1. Tipos de técnicas
 - 1.1.1. Introdução às Técnicas Cognitivo-Comportamentais
 - 1.2.1. Diferenciação das técnicas terapêuticas
- 1.2. Relaxamento Autógeno de Schultz (1901)
 - 1.2.1. Quem é Schultz?
 - 1.2.2. Terapia autogénica
 - 1.2.3. Aplicação clínica
- 1.3. Sugestão e técnicas de hipnose
 - 1.3.1. Origem da hipnose
 - 1.3.2. Procedimento de sugestão e hipnose
 - 1.3.3. Aplicabilidade e dados de eficácia
- 1.4. A terapia racional, emotiva e comportamental de Ellis
 - 1.4.1. Quem é Ellis?
 - 1.4.2. Fundamentos da terapia racional, emotiva e comportamental
 - 1.4.3. Aplicação clínica
- 1.5. Terapia de inoculação do **stress**
 - 1.5.1. Introdução à terapia de inoculação do **stress**
 - 1.5.2. Autores relevantes
 - 1.5.3. Aplicação clínica
- 1.6. Terapia cognitiva de Beck
 - 1.6.1. Quem é Beck?
 - 1.6.2. Fundamentos da terapia cognitiva
 - 1.6.3. Aplicação clínica
- 1.7. Terapia de resolução de problemas
 - 1.7.1. Introdução à terapia de resolução de problemas
 - 1.7.2. Autores relevantes
 - 1.7.3. Aplicação clínica



- 1.8. Terapia de exposição
 - 1.8.1. Tipos de exposição
 - 1.8.2. Autores relevantes
 - 1.8.3. Aplicação clínica
- 1.9. Reestruturação cognitiva
 - 1.9.1. O que é a reestruturação cognitiva?
 - 1.9.2. Aplicação clínica
- 1.10. Mindfulness
 - 1.10.1. Origens do *Mindfulness*
 - 1.10.2. Mecanismos de ação
 - 1.10.3. Aplicação clínica



Aprenda sobre os últimos avanços nas Técnicas Cognitivo-Comportamentais, tais como o Mindfulness ou a Reestruturação Cognitiva"

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.

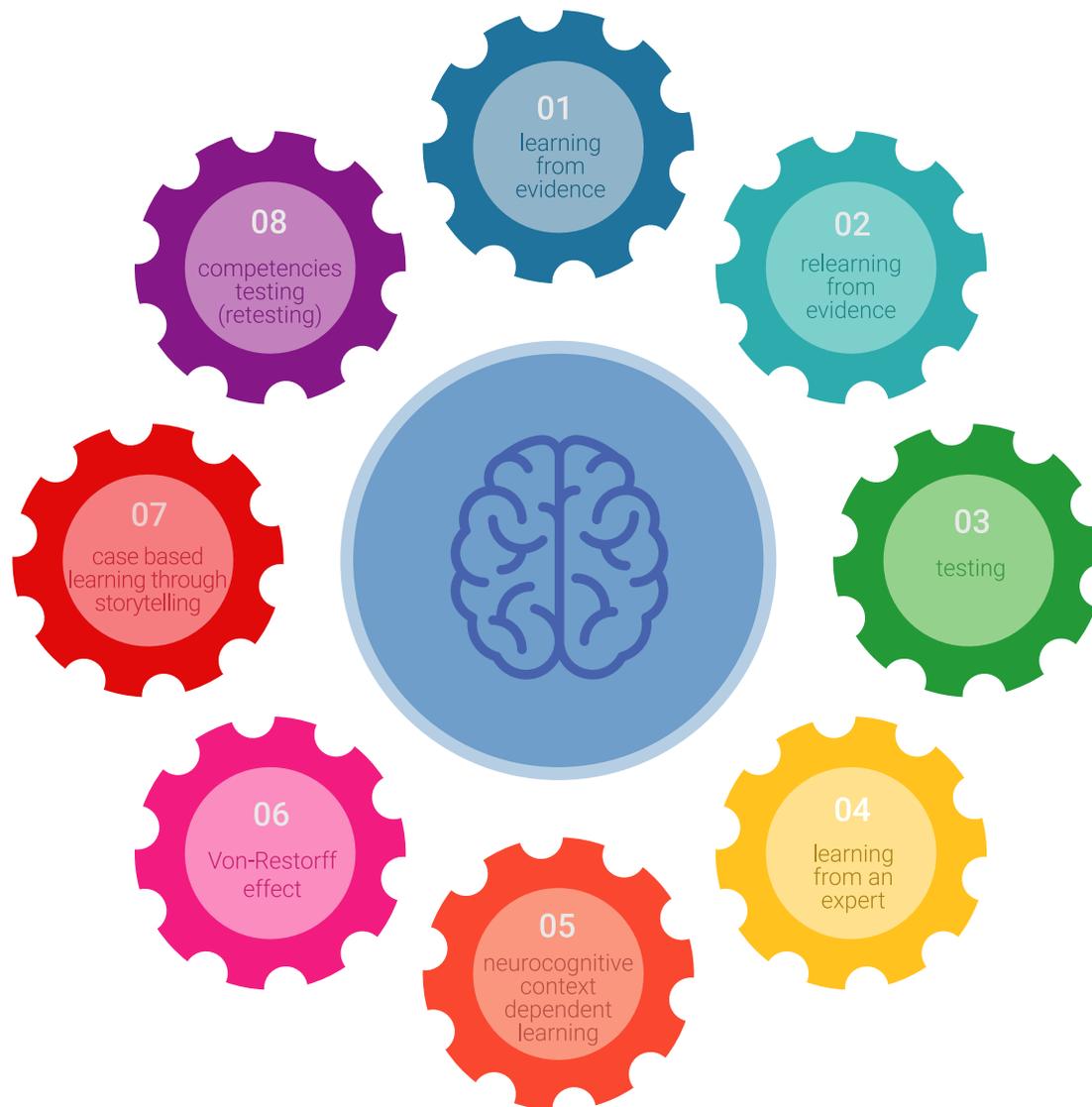


Relearning Methodology

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

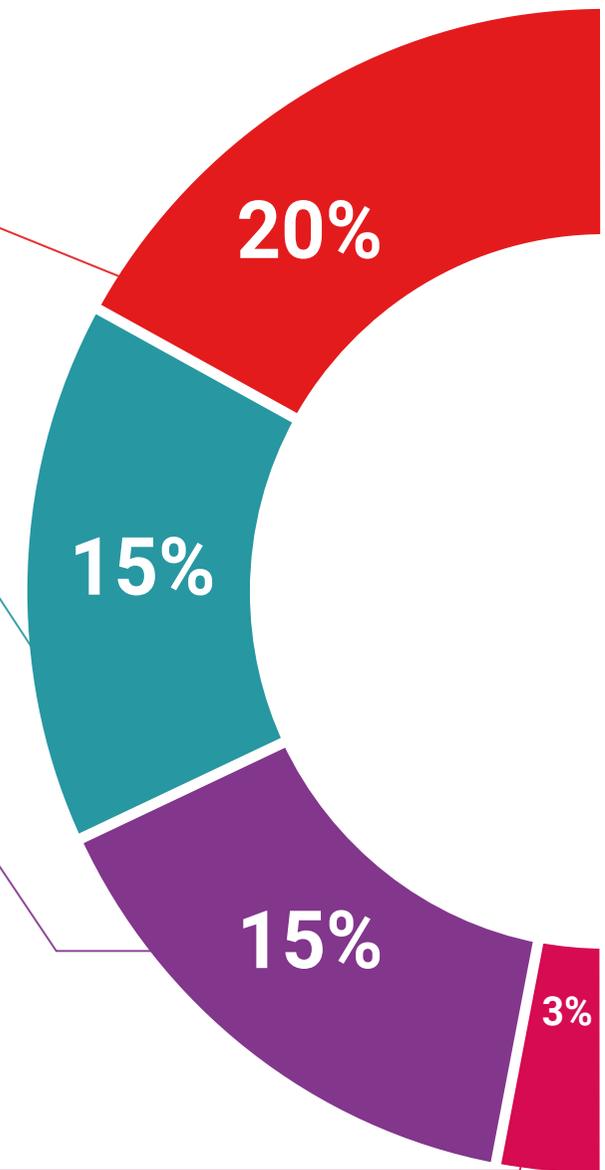
A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais a fim de reforçar o conhecimento.

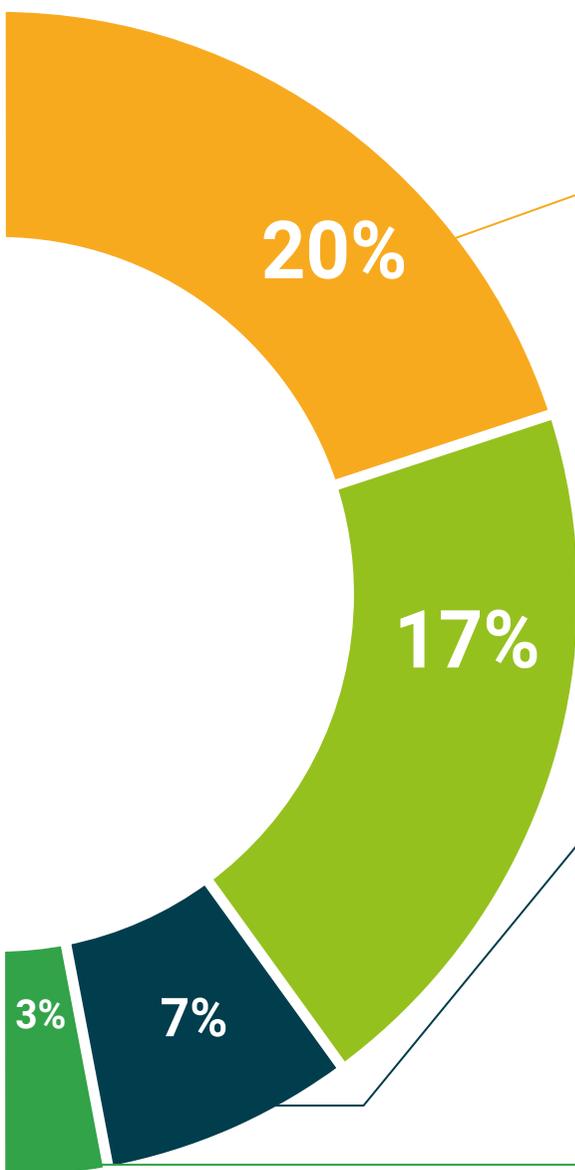
Este sistema educativo único para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu"



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 Intervenção com Técnicas Cognitivo-Comportamentais na Psicologia Clínica garante, para além da capacitação mais rigorosa e atualizada, o acesso a uma certificação do Curso emitida 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 Intervenção com Técnicas Cognitivo-Comportamentais em Psicologia Clínica** conta com o conteúdo educacional mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio* o certificado correspondente ao **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 Intervenção com Técnicas Cognitivo-Comportamentais em Psicologia Clínica**

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 com um custo adicional.



Curso

Intervenção com Técnicas
Cognitivo-Comportamentais
em Psicologia Clínica

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 6 ECTS
- » Tempo Dedicado: 16 horas/semana
- » Horário: ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

Curso

Intervenção com Técnicas Cognitivo-Comportamentais em Psicologia Clínica

