

Curso

Psicologia Cognitivo-Comportamental
Aplicada



Curso

Psicologia Cognitivo- Comportamental Aplicada

- » 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/psicologia-cognitivo-comportamental-aplicada

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

Numa sociedade cada vez mais acelerada e com elevadas exigências no plano profissional, não é raro detetar um aumento do número de pessoas que sofrem de *stress*, depressão ou ansiedade. Para as enfrentar, o profissional de psicologia requer um amplo conhecimento dos diferentes instrumentos de avaliação, bem como das técnicas a utilizar em função do paciente e do transtorno de que o mesmo sofre. Um programa ministrado 100% *online* que permitirá aos profissionais atualizar os seus conhecimentos nesta área em apenas 6 semanas através de um programa inovador fornecido por uma equipa docente especializada.





“

Graças a esta qualificação universitária, poderá explorar as técnicas mais eficazes no âmbito da psicologia cognitivo-comportamental”

Encontrar pessoas com algum tipo de problema de saúde mental é cada vez mais frequente hoje em dia. A incerteza causada por crises económicas, a pressão laboral ou as relações pessoais estão a fazer com que o *stress*, a ansiedade e outros tipos de transtornos estejam mais presentes. Nas últimas décadas, o modelo cognitivo-comportamental tem demonstrado a sua eficácia face a este tipo de problemas. Este Curso aprofunda as intervenções e os tratamentos a aplicar em função do transtorno sofrido pelo paciente.

Um programa ministrado por uma equipa docente especializada com vasta experiência na área da psicologia, que se refletirá no programa composto por conteúdos multimédia (vídeos resumidos, leituras especializadas, diagramas interativos) que permitirão aos estudantes explorar os processos de avaliação, diagnóstico, intervenção e tratamento de pacientes que sofrem de transtornos de ansiedade, perturbações do sono, transtornos do humor ou dores crónicas durante as 150 horas letivas que compõem este programa.

Além disso, esta qualificação proporcionará aos profissionais de psicologia simulações de casos clínicos que os conduzirão a situações que poderão experienciar na sua prática habitual. Uma abordagem prática e direta de grande utilidade. Tudo isto representa uma excelente oportunidade para os alunos que desejem atualizar os seus conhecimentos comodamente, quando e onde quer que necessitem. O toque final deste Curso são as aulas magistrais dada por um professor convidado de renome e prestígio internacional no campo da investigação da Psicologia Cognitivo-Comportamental.

Para aceder a este Curso, o profissional necessita apenas de um dispositivo eletrónico (computador, tablet ou telemóvel) com o qual se possa ligar 24 horas por dia ao programa, que está disponível na sua totalidade desde o primeiro dia. Graças a esta facilidade de ligação, os alunos poderão distribuir melhor a carga letiva e poderão combinar as suas responsabilidades profissionais e/ou pessoais com um ensino de alto nível.

Este **Curso de Psicologia Cognitivo-Comportamental Aplicada** 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 apresentados são uma excelente oportunidade para adquirir os conhecimentos mais atuais sobre a intervenção em pacientes com transtornos depressivos"

“

Inscreva-se num programa universitário no qual estudará em profundidade os tratamentos de perturbações do sono, transtornos de ansiedade ou alimentares”

O sistema de Relearning permitirá progredir neste Curso de uma forma mais natural e ágil.

Um Curso com um programa atualizado para que possa renovar os seus conhecimentos sobre as técnicas mais utilizadas para lidar com a ansiedade.

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.



02

Objetivos

Os alunos que concluíam este programa universitário terão interiorizado os princípios básicos da psicologia cognitivo-comportamental enquanto atualizam os seus conhecimentos nos processos de avaliação, diagnóstico, intervenção e tratamento. Da mesma forma, a equipa docente aproximará os alunos das novas linhas de investigação nesta área através de um programa de estudos com conteúdos multimédia inovadores. Além disso, o sistema *Relearning*, utilizado pela TECH nos seus programas, permitirá ao profissional reduzir as longas horas de estudo.



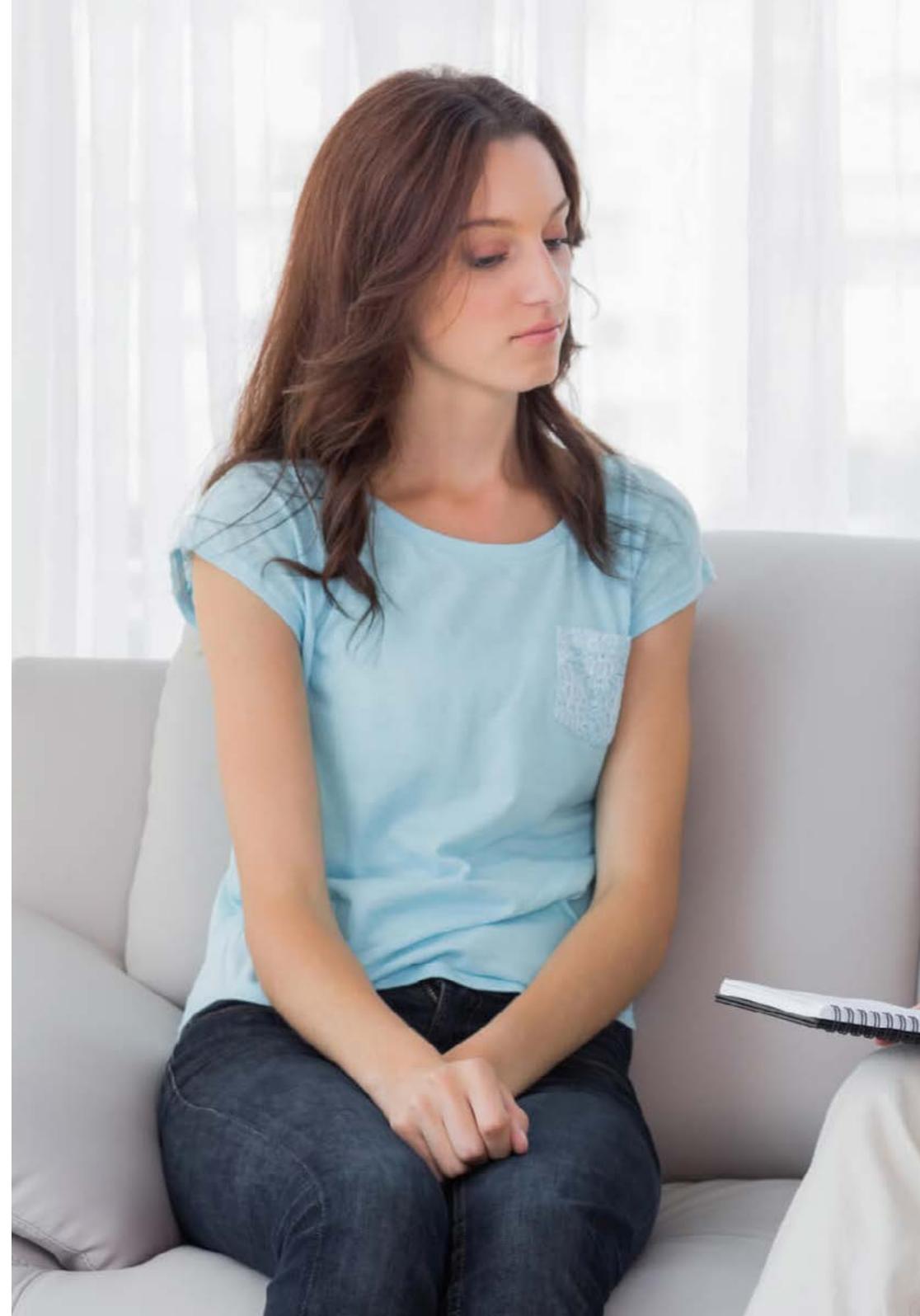
“

Uma opção acadêmica ideal para profissionais que procuram um Curso flexível e de qualidade”



Objetivos gerais

- ♦ Proporcionar aos estudantes conhecimentos acadêmicos e técnicos no seu trabalho profissional a partir de uma abordagem cognitivo-comportamental
- ♦ Atualizar o conhecimento na concepção da avaliação psicológica a partir da abordagem cognitivo-comportamental
- ♦ Atualizar os conhecimentos e as ferramentas de intervenção psicológica para uma boa concepção 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

- Conhecer e interiorizar as bases da Psicologia Cognitivo-Comportamental
- Conhecer a situação atual e as novas linhas de investigação
- Saber como aplicar as técnicas dentro da Psicologia Cognitivo-Comportamental

“

Um Curso que lhe permitirá renovar os seus conhecimentos das técnicas mais utilizadas em Psicologia Cognitiva-Comportamental”

03

Direção do curso

O profissional de Psicologia que se dedicar a este programa universitário terá à sua disposição uma direção e uma equipa docente com experiência na aplicação do modelo Cognitivo-Comportamental na abordagem e na gestão de pacientes com diferentes transtornos. Esta experiência permite-lhes transmitir os seus vastos conhecimentos para um Curso que procura que os alunos atualizem os seus conhecimentos de uma forma ágil, prática e com o mais recente programa de estudos nesta área. Do mesmo modo, os alunos têm o pessoal docente à sua disposição para resolver quaisquer dúvidas que possam surgir relativamente ao conteúdo desta qualificação.



“

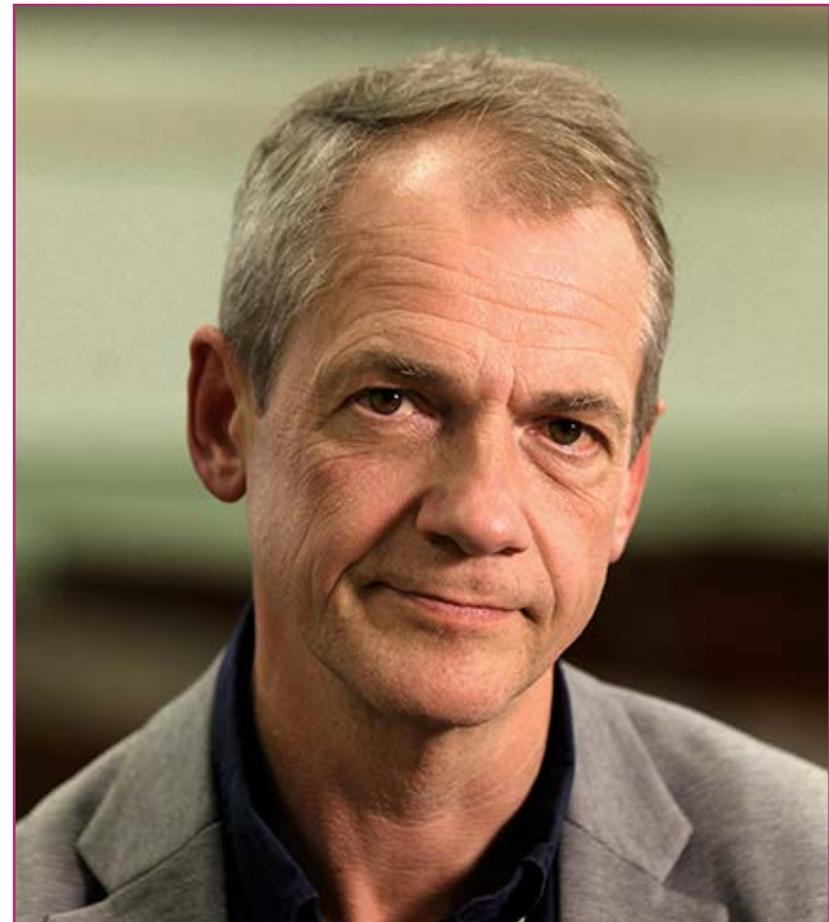
Terão a oportunidade de aceder a aulas magistrais dadas por um professor convidado de grande prestígio internacional no campo da Psicologia Cognitivo-Comportamental”

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 por um corpo docente qualificado com vasta experiência profissional na aplicação do modelo Cognitivo-Comportamental em pacientes com diferentes perturbações. Desta forma, o profissional de psicologia que ingressar nesta qualificação passará 6 semanas a aprender sobre os métodos de avaliação, diagnóstico, intervenção e tratamento de pacientes com transtornos psicossomáticos, alimentares ou aqueles que tenham sofrido a perda de um ente querido. Um plano de estudos a que poderá aceder 24 horas por dia a partir de um computador ou *tablet* e com material complementar com o qual poderá prolongar o programa de estudos.



“

Atualizará os seus conhecimentos em Psicologia Cognitivo-Comportamental através de vídeos resumidos, diagramas interativos e leituras especializadas”

Módulo 1. Psicologia Cognitivo-Comportamental Aplicada

- 1.1. Intervenção nos transtornos de ansiedade
 - 1.1.1. Avaliação e diagnóstico dos transtornos de ansiedade
 - 1.1.2. Intervenção e tratamento
- 1.2. Intervenção nos transtornos do humor
 - 1.2.1. Avaliação e diagnóstico nos transtornos do humor
 - 1.2.2. Intervenção e tratamento
- 1.3. Intervenção nas perturbações do sono
 - 1.3.1. Avaliação e diagnóstico nas perturbações do sono
 - 1.3.2. Intervenção e tratamento
- 1.4. Intervenção nos transtornos por dor crónica
 - 1.4.1. Avaliação e diagnóstico nos transtornos por dor crónica
 - 1.4.2. Intervenção e tratamento
- 1.5. Intervenção cognitivo-comportamental em distúrbios psicossomáticos
 - 1.5.1. Avaliação e diagnóstico nos transtornos psicossomáticos
 - 1.5.2. Intervenção e tratamento
- 1.6. Microcontexto nos transtornos do comportamento alimentar
 - 1.6.1. Avaliação e diagnóstico nos transtornos do comportamento alimentar
 - 1.6.2. Intervenção e tratamento
- 1.7. Intervenção contra o luto
 - 1.7.1. Conceito de luto
 - 1.7.2. Intervenção e tratamento
 - 1.7.3. Acompanhamento
- 1.8. Intervenção nos transtornos depressivos
 - 1.8.1. Avaliação e diagnóstico nos transtornos depressivos
 - 1.8.2. Intervenção e tratamento
- 1.9. Intervenção contra o *stress*
 - 1.9.1. Conceito de *stress*
 - 1.9.2. Teorias associadas
 - 1.9.3. Intervenção e tratamento



“

Conheça os últimos avanços nos tratamentos aplicados a pacientes com elevados níveis de stress”

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

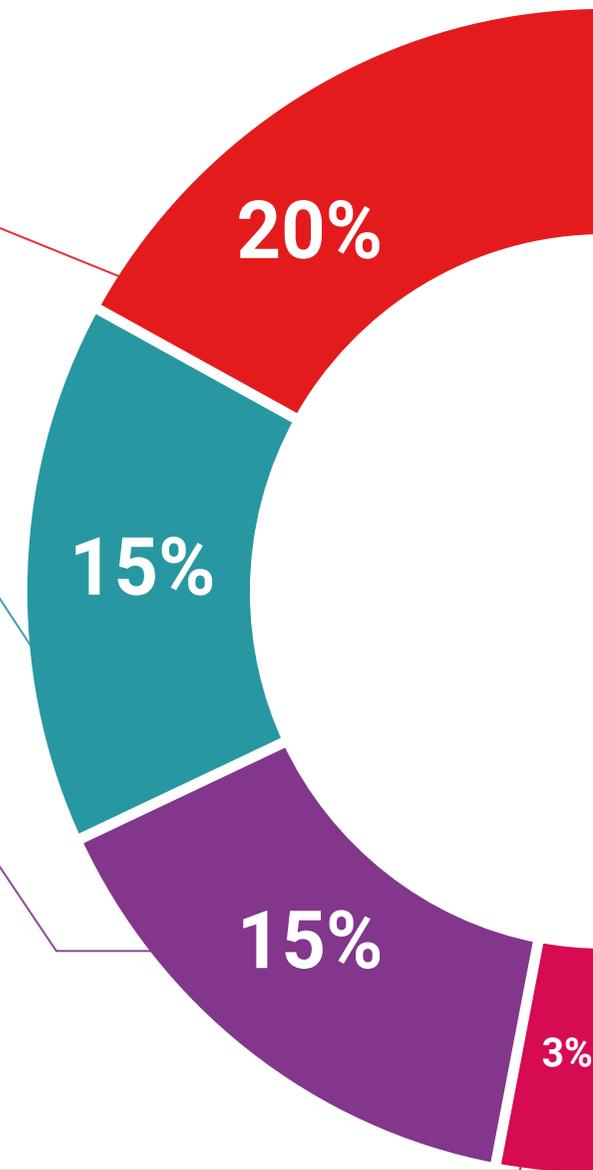
A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais a fim de reforçar o conhecimento.

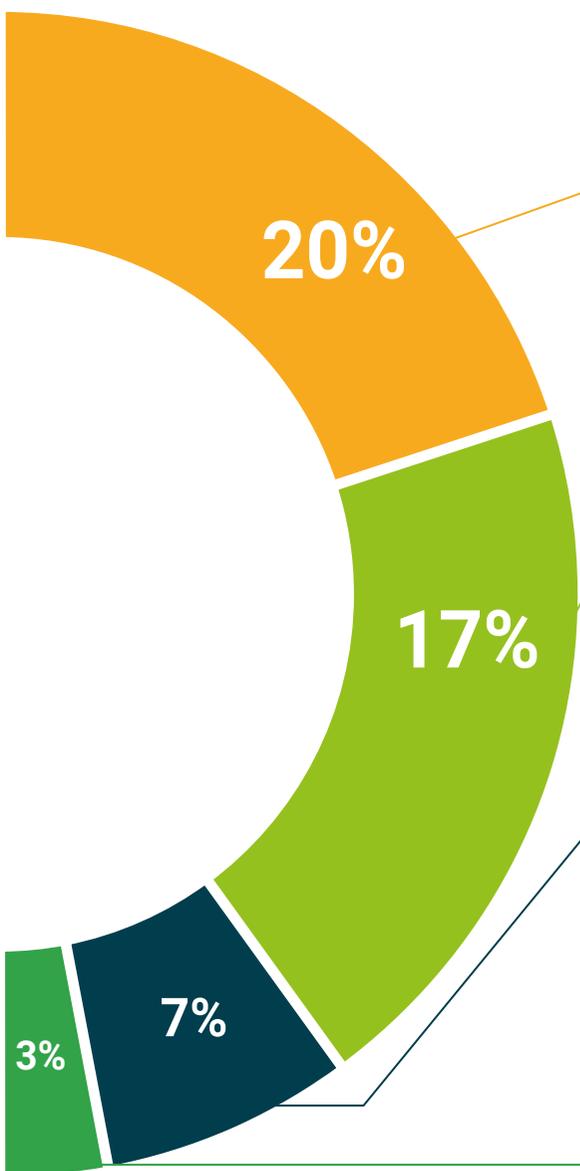
Este sistema educativo único para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu"



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 Psicologia Cognitivo-Comportamental Aplicada garante, para além de um conteúdo mais rigoroso e atualizado, o acesso a um 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 Psicologia Cognitivo-Comportamental Aplicada** 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 Psicologia Cognitivo-Comportamental Aplicada**

ECTS: **6**

Carga horária: **150 horas**



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

futuro
saúde confiança pessoas
informação orientadores
educação certificação ensino
garantia aprendizagem
instituições tecnologia
comunidade compromisso
atenção personalizada
conhecimento inovação
presente qualidade
desenvolvimento si

tech universidade
tecnológica

Curso

Psicologia Cognitivo- Comportamental Aplicada

- » 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

Psicologia Cognitivo-Comportamental
Aplicada