

# Mestrado Próprio

## Psicoterapia Cognitivo-Comportamental





**tech** universidade  
tecnológica

## Mestrado Próprio Psicoterapia Cognitivo- Comportamental

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: [www.techtitude.com/br/psicologia/mestrado-proprio/mestrado-proprio-terapia-cognitivo-comportamental](http://www.techtitude.com/br/psicologia/mestrado-proprio/mestrado-proprio-terapia-cognitivo-comportamental)

# Índice

01

Apresentação

---

pág. 4

02

Objetivos

---

pág. 8

03

Competências

---

pág. 12

04

Direção do curso

---

pág. 16

05

Estrutura e conteúdo

---

pág. 20

06

Metodologia

---

pág. 30

07

Certificado

---

pág. 38

# 01

# Apresentação

O estresse e o ritmo agitado da vida provocaram um aumento da ansiedade, depressão e certos distúrbios de saúde mental. O cuidado deste tipo de paciente requer um conhecimento profundo do diagnóstico clínico e as ferramentas necessárias para permitir à pessoa administrar melhor certas situações cotidianas. Este programa 100% online proporciona ao profissional de psicologia um conhecimento aprofundado da psicoterapia cognitiva-comportamental, pesquisas recentes e a aplicação de novas tecnologias nos tratamentos. Todos esses aspectos serão acompanhados por conteúdos multimídia que constituem a vanguarda do ensino acadêmico.





“

Graças a este Mestrado Próprio você alcançará um conhecimento detalhado das técnicas mais eficientes para tratar pacientes com ansiedade ou distúrbios alimentares”

O Mestrado Próprio em Psicoterapia Cognitivo-Comportamental é dirigido aos profissionais de Psicologia que buscam especialização em uma área cada vez mais aceita pelos pacientes e onde a eficácia dos tratamentos utilizados tem sido demonstrada, especialmente para pessoas que sofrem de depressão, transtorno de estresse pós-traumático, esquizofrenia ou certos distúrbios alimentares.

Um curso ministrado inteiramente online, no qual o profissional será introduzido desde o início na evolução deste ramo da psicologia, com uma abordagem teórico-prática onde, durante os 12 meses deste programa, serão abordados os diferentes métodos de diagnóstico e práticas a serem utilizados com os pacientes que cuidam de seus problemas de saúde mental.

Além disso, este Mestrado Próprio conta com 10 Masterclass oferecidas por um professor convidado, de grande relevância no campo da Psicologia. Graças à sua experiência em pesquisa e ensino, o aluno terá uma visão diferenciada dos assuntos abordados no programa. Ele também proporcionará uma abordagem relevante ao diagnóstico, nas técnicas de intervenção e na aplicação da Psicologia Cognitivo-Comportamental.

Esta capacitação também incorpora as novas tecnologias que estão sendo utilizadas atualmente nas consultas para a gestão e abordagem de pacientes que, devido a suas características físicas ou a seu próprio distúrbio, não podem ou optam por não comparecer pessoalmente.

Uma equipe docente especializada será responsável por proporcionar todo seu conhecimento e experiência nesta área, para que os alunos possam atingir seus objetivos e o conhecimento mais atualizado neste campo. Todos esses aspectos com um plano de estudos composto de conteúdos multimídia de qualidade disponíveis em qualquer dispositivo eletrônico com conexão à internet e a qualquer hora do dia. Os cursos da TECH são caracterizados por sua comodidade e flexibilidade, já que os alunos não são obrigados a assistir pessoalmente às aulas, nem têm horários fixos, o que lhes permite distribuir a carga horária do curso de acordo com suas necessidades e torná-lo compatível com suas responsabilidades profissionais e/ou pessoais.

Este Mestrado Próprio em Psicoterapia Cognitivo-Comportamental conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Psicologia
- ♦ O conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático oferece informações científicas e práticas sobre as disciplinas que são essenciais para a prática profissional
- ♦ Exercícios práticos em que o processo de autoavaliação é realizado para melhorar a aprendizagem
- ♦ Destaque especial para as metodologias inovadoras
- ♦ Aulas teóricas, perguntas a especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet



Aprofunde Através deste curso,  
aprofunde seus conhecimentos nos  
mecanismos de ação em cada um  
dos tratamentos farmacológicos”

“

O sistema de aprendizagem Relearning facilita a aquisição de conhecimentos de forma mais natural e progressiva, sem longas horas de estudo”

O corpo docente do curso conta com profissionais do setor, que transferem toda a experiência adquirida ao longo de suas carreiras para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de instituições de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

A estrutura deste programa se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, através da qual o profissional deverá resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do curso acadêmico. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos nesta área.

Tenha acesso às últimas pesquisas em Psicoterapia Cognitiva-Comportamental e aplique em suas consultas clínicas.

Aprofunde suas habilidades de comunicação de terapeuta com este Mestrado Próprio.



# 02

# Objetivos

Este Mestrado Próprio oferece aos alunos um conhecimento detalhado que lhes permitirá se especializar na área da Psicoterapia Cognitivo-Comportamental ao final deste curso. Desta forma, eles serão capazes de analisar corretamente a situação do paciente, discriminar as diferentes estratégias que podem ser aplicadas para tratar sua doença mental e implementar, se necessário, as mais recentes ferramentas tecnológicas e psicofarmacológicas para este tipo de paciente. A equipe docente guiará o profissional de Psicologia ao longo deste programa para que ele possa atingir estes objetivos.





“

A TECH Ihe oferece uma educação de qualidade na qual você poderá ter acesso ao programa de estudos mais recente e ao conteúdo multimídia mais inovador do panorama acadêmico”



## Objetivos gerais

---

- ♦ Proporcionar aos alunos conhecimentos acadêmicos e técnicos no trabalho profissional a partir de uma abordagem Cognitivo-Comportamental
- ♦ Atualizar o conhecimento na concepção da Avaliação Psicológica a partir da abordagem Cognitivo-Comportamental
- ♦ Atualizar conhecimentos e ferramentas de Intervenção Psicológica para um bom planejamento do processo terapêutico
- ♦ Apresentar ao aluno as ferramentas das relações terapêuticas que favorecem o estabelecimento de uma boa aliança 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 um constante aperfeiçoamento e desenvolvimento de seus conhecimentos científicos
- ♦ Dominar o código de ética a fim de realizar seu trabalho de acordo com a ética profissional



## Objetivos específicos

---

### Módulo 1. Evolução histórica da Psicologia Cognitiva-Comportamental

- ♦ Conhecer os primórdios da Psicologia e a evolução histórica da Psicologia Cognitiva
- ♦ Conhecer e aprender cada uma das teorias mais famosas da Psicologia
- ♦ Poder sintetizar e ter noções sobre a cronologia histórica da psicologia
- ♦ Conhecer a importância da Psicologia como disciplina científica

### Módulo 2. Estudo e diagnóstico no modelo de Psicologia Cognitiva-Comportamental

- ♦ Conhecer as bases do estudo e do diagnóstico a partir da perspectiva Cognitivo-Comportamental
- ♦ Contextualizar e diferenciar as características do modelo com relação aos demais
- ♦ Conhecer os fundamentos da avaliação dentro da perspectiva Cognitivo-Comportamental

### Módulo 3. Desenho e estratégias de intervenção em Psicologia Cognitiva - Comportamental

- ♦ Conhecer e compreender as diferentes estratégias de intervenção existentes na Psicologia Cognitivo-Comportamental
- ♦ Diferenciar entre as estratégias da Psicologia Cognitivo-Comportamental e outras
- ♦ Aprenda a desenvolver estratégias que permitam a intervenção a partir do modelo

### Módulo 4. Intervenção com Técnicas Cognitivas-Comportamentais na clínica de pacientes crônicos

- ♦ Conhecer as bases da intervenção da terapia Cognitivo-Comportamental
- ♦ Conhecer o perfil do paciente com doença crônica
- ♦ Conhecer as doenças crônicas mais comuns e suas características

#### Módulo 5. Intervenção com Técnicas Cognitivas-Comportamentais em Psicologia Clínica

- ♦ Adquirir conhecimentos básicos e fundamentais sobre as diferentes técnicas Cognitivo-Comportamental
- ♦ Conhecer e aprender como realizar uma intervenção com o modelo Cognitivo-Comportamental
- ♦ Aprenda os fundamentos das terapias baseadas no modelo Cognitivo-Comportamental
- ♦ Conhecer os autores das técnicas Cognitivo-Comportamental

#### Módulo 6. Psicologia Cognitivo-Comportamental Aplicada

- ♦ Conhecer e internalizar as bases da Psicologia Cognitivo-Comportamental
- ♦ Conhecer atualidades e novas linhas de pesquisa
- ♦ Conhecer como aplicar as técnicas dentro da Psicologia Cognitivo-Comportamental

#### Módulo 7. Modelo Cognitivo-Comportamental aplicado na intervenção da Psicologia da Saúde

- ♦ Compreender e contextualizar o surgimento da Psicologia da Saúde
- ♦ Compreender a importância do surgimento de outras teorias e modelos explicativos
- ♦ Conhecer e analisar a relação entre as duas abordagens

#### Módulo 8. Psicofarmacologia Aplicada

- ♦ Diferenciar os grupos existentes de psicofármacos para o tratamento de distúrbios psiquiátricos e comportamentais
- ♦ Determinar os mecanismos de ação em cada um dos tratamentos farmacológicos
- ♦ Avaliar os efeitos colaterais de diferentes grupos de fármacos

#### Módulo 9. Modificação de Comportamento

- ♦ Conhecer as bases das técnicas de modificação de comportamento
- ♦ Conhecer e reconhecer as diferentes correntes teóricas de modificação de comportamento
- ♦ Conhecer e aprender como aplicar técnicas de modificação de comportamento

#### Módulo 10. Programa de tratamento

- ♦ Conhecendo os principais programas de tratamento
- ♦ Saber o que são as TIC e sua utilidade em psicologia clínica
- ♦ Conhecer os tratamentos atuais e futuros ligados às novas tecnologias



Este programa 100% online permitirá que você se aprofunde nas principais ferramentas TIC utilizadas na Psicologia Clínica”

03

# Competências

Ao concluir este programa online, o profissional de Psicologia terá melhorado suas competências e habilidades e será capaz de administrar de forma mais eficiente a relação terapêutica com os pacientes, dominar a tecnologia para a aplicação em distúrbios psicóticos em determinado tipo de vícios, contribuindo ao mesmo tempo para o crescimento pessoal do paciente. Os estudos de caso proporcionados pela equipe docente irão favorecer a aquisição de técnicas que facilitem o desempenho diário do profissional de Psicologia em sua prática diária.



“

As habilidades que você adquirirá após concluir este Mestrado Próprio lhe permitirão dominar as diferentes técnicas de crescimento pessoal do paciente”



## Competências gerais

---

- ♦ Conhecer o desenvolvimento e a evolução do modelo de intervenção Cognitivo-Comportamental, suas características, seus principais autores e abordagens terapêuticas
- ♦ Gerenciar as habilidades de relacionamento terapêutico para estabelecer um vínculo apropriado com o paciente
- ♦ Dominar as áreas de avaliação psicológica, a análise de informações relevantes e as técnicas de avaliação
- ♦ Entender as peculiaridades do processo de intervenção e administrar as técnicas tanto do ponto de vista teórico como do ponto de vista de aplicação
- ♦ Conhecer e dominar os campos de intervenção em psicoterapia e a tecnologia a ser aplicada em cada um deles
- ♦ Conhecer a tecnologia para aplicá-la nos problemas relacionados à saúde
- ♦ Dominar a tecnologia para a aplicação em Transtornos Psicóticos, vícios, problemas de casal
- ♦ Dominar outras técnicas complementares à intervenção e que contribuam para o crescimento pessoal do paciente





## Competências específicas

---

- ♦ Entender e analisar as características do modelo Cognitivo-Comportamental e suas orientações de intervenção
- ♦ Estabelecer um vínculo terapêutico com o paciente que sustente uma intervenção bem-sucedida
- ♦ Dominar as habilidades do relacionamento terapêutico
- ♦ Desempenhar adequadamente seu papel como terapeuta
- ♦ Identificar os diferentes tipos de pacientes
- ♦ Saber acompanhar, controlar e monitorar o paciente
- ♦ Compreender a fundamentação e as características do processo de avaliação psicológica
- ♦ Identificar o motivo aparente e o latente da consulta
- ♦ Descobrir e administrar suas necessidades como avaliador
- ♦ Reconhecer e administrar suas ansiedades como terapeuta
- ♦ Identificar e administrar as necessidades e ansiedades do paciente
- ♦ Identificar áreas e cenários a serem avaliados
- ♦ Determinar na entrevista as informações necessárias para saber e entender o fato ocorrido
- ♦ Analisar no paciente sua disposição à mudança terapêutica
- ♦ Identificar e administrar fatores para garantir uma boa adesão ao tratamento
- ♦ Diferenciar os diferentes papéis do paciente e o desenvolvimento em cada um deles

# 04

## Direção do curso

A TECH seleciona rigorosamente toda a equipe de professores que ministra seus programas com o principal objetivo de oferecer aos alunos um ensino de elite ao alcance de todos. Neste Mestrado Próprio, os alunos que cursarem este programa terão à disposição um corpo docente especializado e com experiência em Psicoterapia Cognitivo-Comportamental. Sua experiência neste campo e sua trajetória profissional beneficiarão os alunos que pretendam se especializar nas matérias mais atualizadas e inovadoras do cenário educacional. Além disso, a proximidade e qualidade humana dos professores serão de grande ajuda para alcançar as metas dos alunos e para oferecer suporte diante de qualquer dúvida que surja ao longo deste programa online.



“

Acompanhe as 10 Masterclasses oferecidas por este programa, ministradas por um renomado docente no cenário acadêmico da Psicoterapia Cognitivo-Comportamental”

## Diretor Internacional Convidado

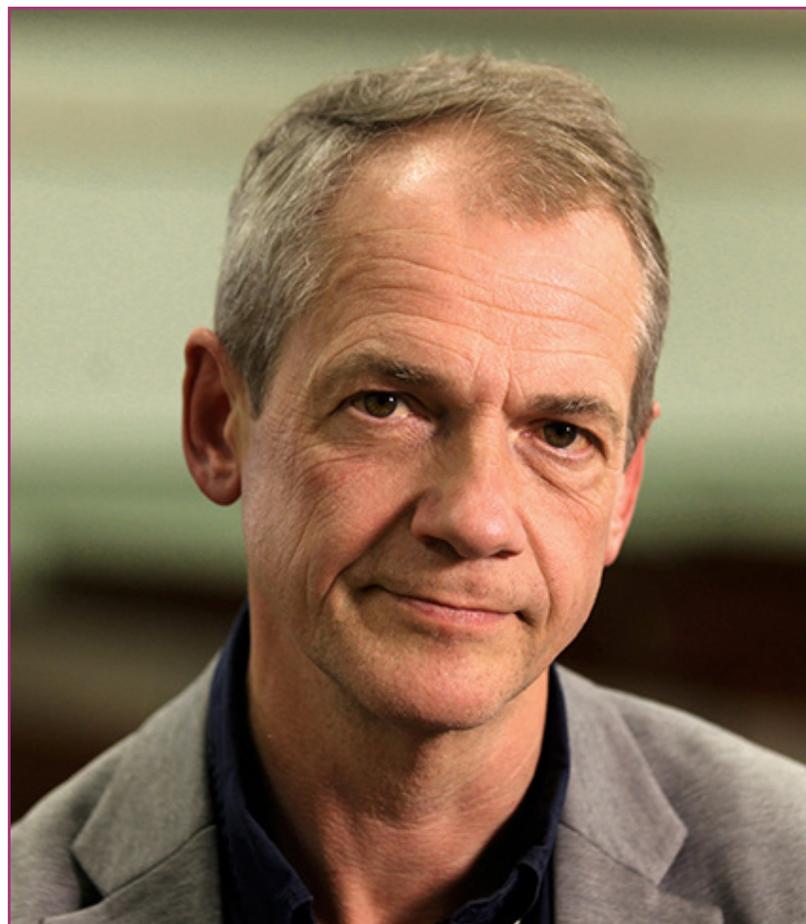
O Dr. Stefan G. Hofmann é uma eminência mundial na área da Terapia Cognitivo-Comportamental e dos Transtornos de Ansiedade. Ele tem mais de 20 anos de pesquisa sobre a natureza dos transtornos emocionais e os processos pelos quais os tratamentos psicológicos aliviam os sintomas.

Graças à sua extensa trajetória, ele é professor catedrático Alexander von Humboldt de Psicologia Clínica Translacional e do Departamento de Psicologia Clínica da Universidade Philipps de Marburgo, na Alemanha, e atualmente atua como professor no Departamento de Neurologia e Psicologia da Universidade de Boston. Lá, ele dirige o Laboratório de Pesquisa em Psicoterapia e Emoções no Centro de Ansiedade e Transtornos Relacionados.

Ele atuou como presidente de várias organizações profissionais e atualmente é o editor-chefe da Cognitive Therapy and Research. Além disso, ele foi incluído na lista de Pesquisadores Altamente Citados e recebeu o Aaron T. Beck Award for Significant and Enduring Contributions to the Field of Cognitive Therapy e o Humboldt Research Award.

Ele se tornou uma referência mundial como consultor no processo de desenvolvimento do DSM-5, um manual criado para auxiliar profissionais de saúde no diagnóstico de transtornos mentais e na elaboração de planos de tratamento documentados individualmente.

Na área de pesquisa, o Dr. Stefan G. Hofmann publicou mais de 400 artigos em revistas especializadas e 20 livros sobre Transtornos de Ansiedade, Depressão, Emoções, Mecanismos de Mudança no Tratamento, Tradução de Descobertas da Neurociência em Aplicações Clínicas e Regulação Emocional e Expressões Culturais da Psicopatologia.



## Dr. Stefan G. Hofmann

---

- ♦ Professor do Departamento de Neurologia e Psicologia da Universidade de Boston, Estados Unidos
- ♦ Editor-chefe da Cognitive Therapy and Research
- ♦ Consultor na criação do DSM-5
- ♦ Professor do Departamento de Ciências Psicológicas e do Cérebro na Universidade de Boston
- ♦ Doutor em Psicologia pela Universidade de Marburgo
- ♦ Fellowship em Psicologia na Universidade de Stanford
- ♦ Cátedra Alexander von Humboldt em Psicologia Clínica Translacional
- ♦ Membro: Subgrupo de Trabalho do DSM-5 sobre Transtorno de Ansiedade, e Comitê de Revisão Transversal sobre Questões Culturais do DSM-5-TR

“

Graças à TECH você será capaz de aprender com os melhores profissionais do mundo”

05

# Estrutura e conteúdo

O programa deste mestrado foi elaborado por uma equipe de professores altamente qualificada que incorporou os recentes avanços nesta área ao programa. Assim, os alunos que fizerem este curso terão acesso, desde o primeiro dia, a todo o programa de estudos composto por 10 módulos. Através deles, você aprenderá sobre a Psicologia como disciplina científica e as diferentes técnicas de intervenção para pacientes com diferentes transtornos e pertencentes a diferentes grupos populacionais. Além disso, eles analisarão os tratamentos existentes de acordo com o problema de saúde mental da pessoa. Tudo isso com um conteúdo composto de resumos em vídeo de cada assunto, leituras especializadas e simulações de casos reais que servirão para consolidar o conhecimento deste ensino de uma maneira agradável e ágil.

“

Um programa de estudos desenvolvido por especialistas que irão lhe fornecer o conhecimento mais atualizado em tratamentos psicofarmacológicos”

## Módulo 1. Evolução histórica da Psicologia Cognitiva-Comportamental

- 1.1. A Psicologia como disciplina científica
  - 1.1.1. Início e origens da psicologia
  - 1.1.2. A Filosofia como base
  - 1.1.3. A criação de uma nova disciplina
  - 1.1.4. A psicologia científica
- 1.2. Condicionamento clássico e operante
  - 1.2.1. Início do condicionamento
  - 1.2.2. Condicionamento clássico
  - 1.2.3. Condicionamento operante
- 1.3. Terapia Comportamental
  - 1.3.1. Início da Terapia Comportamental
  - 1.3.2. Autores e teorias mais relevantes
- 1.4. Desenvolvimento e características do Modelo Cognitivo-Comportamental
  - 1.4.1. Base do Modelo Cognitivo-Comportamental
  - 1.4.2. Características e vantagens do modelo
- 1.5. Principais autores e modelos dentro do paradigma cognitivo comportamental
  - 1.5.1. Autores que impulsionaram o movimento
  - 1.5.2. Principais teorias e modelos
- 1.6. O papel do terapeuta
  - 1.6.1. A importância do terapeuta
  - 1.6.2. Sua posição dentro da terapia cognitivo comportamental
- 1.7. O que é rapport?
  - 1.7.1. Introdução ao conceito de rapport
  - 1.7.2. Importância dentro da psicologia
  - 1.7.3. Principais autores que apoiam o conceito
- 1.8. A capacitação de esquemas emocionais e crenças limitantes
  - 1.8.1. O que são esquemas emocionais?
  - 1.8.2. Tipos de esquemas
  - 1.8.3. Definição de crenças
  - 1.8.4. Crenças limitantes

- 1.9. Psicologia Cognitiva na atualidade
  - 1.9.1. A Psicologia Cognitiva atual
  - 1.9.2. Autores e teorias mais relevantes
  - 1.9.3. Tendências e Evolução
- 1.10. Normalidade e Patologia
  - 1.10.1. Conceito de normalidade
  - 1.10.2. Normalidade x Patologia

## Módulo 2. Estudo e diagnóstico no modelo de Psicologia Cognitivo-Comportamental

- 2.1. Avaliação Psicológica.
  - 2.1.1. A importância de uma boa avaliação
  - 2.1.2. Fases e processos de avaliação
- 2.2. Ferramentas de avaliação mais comuns
  - 2.2.1. Introdução à metodologia de avaliação
  - 2.2.2. Teste e instrumentos de avaliação
- 2.3. Áreas e cenários de avaliação
  - 2.3.1. A importância do contexto para assumir a avaliação
  - 2.3.2. Os diferentes cenários de avaliação
- 2.4. Entrevista e anamnese
  - 2.4.1. Anamnese
  - 2.4.2. Tipos de entrevista
  - 2.4.3. Limitações da entrevista
- 2.5. Como diagnosticar?
  - 2.5.1. Como realizar um processo de diagnóstico?
  - 2.5.2. A importância de um diagnóstico preciso
  - 2.5.3. Etiquetas e seus tabus
- 2.6. Motivação e disposição para a mudança terapêutica
  - 2.6.1. A motivação como elemento chave
  - 2.6.2. Aumentando a motivação do paciente
  - 2.6.3. A disposição do paciente para mudar



- 2.7. Autodiálogo e biografia, canais de comunicação
  - 2.7.1. Comunicação terapêutica
  - 2.7.2. Uso do autodiálogo
  - 2.7.3. A biografia do paciente
- 2.8. Garantias de avaliação
  - 2.8.1. Que garantias deve ter um processo de avaliação?
  - 2.8.2. Questões a serem consideradas

### Módulo 3. Desenho e estratégias de intervenção em Psicologia Cognitiva - Comportamental

- 3.1. Aspectos a serem levados em conta no processo de intervenção
  - 3.1.1. Aspectos próprios do terapeuta
  - 3.1.2. Aspectos contextuais
  - 3.1.3. Aspectos próprios do paciente
- 3.2. Saúde mental e emocional
  - 3.2.1. O que é saúde?
  - 3.2.2. Saúde Mental
  - 3.2.3. Saúde emocional
- 3.3. Hábitos e estilo cognitivo
  - 3.3.1. Introdução aos hábitos e seus tipos
  - 3.3.2. Sua influência na terapia e no processo de mudança
- 3.4. Habilidades de comunicação aplicadas
  - 3.4.1. Introdução às habilidades de comunicação
  - 3.4.2. Habilidades de comunicação aplicadas à intervenção em crise
  - 3.4.3. Uso das habilidades de comunicação durante a terapia
- 3.5. Sistemas de representação
  - 3.5.1. Introdução e definição de sistemas de representação
  - 3.5.2. Tipos de sistemas e sua influência
- 3.6. Uso eficaz das perguntas (Método Socrático)
  - 3.6.1. A importância do questionamento na terapia
  - 3.6.2. Surgimento do Método Socrático
  - 3.6.3. Sua aplicação na terapia
- 3.7. Habilidades do terapeuta
  - 3.7.1. Introdução às habilidades do terapeuta
  - 3.7.2. A importância das habilidades do terapeuta
  - 3.7.3. Gestão de situações difíceis

## Módulo 4. Intervenção com Técnicas Cognitivas-Comportamentais na clínica de pacientes crônicos

- 4.1. Introdução à doença crônica
  - 4.1.1. Características da doença crônica
  - 4.1.2. Como afetam a pessoa?
- 4.2. Doenças crônicas mais comuns
  - 4.2.1. Prevalência de doenças crônicas
  - 4.2.2. Doenças mais comuns
- 4.3. Avaliação do paciente crônico
  - 4.3.1. Base da avaliação
  - 4.3.2. Ferramentas de avaliação mais comuns
- 4.4. Problemas de autoestima e autoconceito
  - 4.4.1. Definição de autoestima
  - 4.4.2. Definição de autoconceito
  - 4.4.3. Problemas comuns de autoestima e autoconceito em doenças crônicas
- 4.5. Técnicas e estilos de enfrentamento
  - 4.5.1. O que são estilos de enfrentamento?
  - 4.5.2. Instrumentos de medição
  - 4.5.3. Técnicas para uma melhor enfrentamento
- 4.6. Técnicas de biofeedback
- 4.7. Dessensibilização sistemática (J. Wolpe, 1948)
  - 4.7.1. Quem é J. Wolpe?
  - 4.7.2. Fundamentos teóricos da dessensibilização sistemática
  - 4.7.3. Aplicação da dessensibilização sistemática
- 4.8. Relaxamento progressivo de Edmund Jacobson
  - 4.8.1. Quem é Jacobson?
  - 4.8.2. Fundamentos teóricos do relaxamento progressivo
  - 4.8.3. Aplicação do relaxamento progressivo
- 4.9. Técnicas de condicionamento instrumental ou operante
  - 4.9.1. Utilidade terapêutica
  - 4.9.2. Técnicas mais utilizadas
  - 4.9.3. Condicionamento na atualidade
- 4.10. Técnicas de modelagem

## Módulo 5. Intervenção com Técnicas Cognitivas-Comportamentais em Psicologia Clínica

- 5.1. Tipos de Técnicas
  - 5.1.1. Introdução às Técnicas Cognitivas Comportamentais
  - 5.1.1. Diferenciação de técnicas terapêuticas
- 5.2. Relaxamento Autógeno de Schultz (1901)
  - 5.2.1. Quem é Schultz?
  - 5.2.2. Método Autógeno
  - 5.2.3. Aplicação clínica
- 5.3. Técnicas de sugestão e hipnose
  - 5.3.1. Origem da hipnose
  - 5.3.2. Procedimento de sugestão e hipnose
  - 5.3.3. Aplicabilidade e dados de eficácia
- 5.4. A Terapia Racional-Emotiva Comportamental de Ellis
  - 5.4.1. Quem é Ellis?
  - 5.4.2. Fundamento da Terapia Racional-Emotiva Comportamental
  - 5.4.3. Aplicação clínica
- 5.5. Terapia de inoculação do estresse
  - 5.5.1. Introdução à terapia de inoculação do estresse
  - 5.5.2. Autores relevantes
  - 5.5.3. Aplicação clínica
- 5.6. Terapia Cognitiva de Beck
  - 5.6.1. Quem é Beck?
  - 5.6.2. Fundamento da Terapia Cognitiva
  - 5.6.3. Aplicação clínica
- 5.7. Terapia de solução de problemas
  - 5.7.1. Introdução à terapia Soluções de Problemas
  - 5.7.2. Autores relevantes
  - 5.7.3. Aplicação clínica
- 5.8. Terapia de Exposição
  - 5.8.1. Tipos de Exposição
  - 5.8.2. Autores relevantes
  - 5.8.3. Aplicação clínica

- 5.9. Reestruturação cognitiva
  - 5.9.1. O que é a Reestruturação Cognitiva?
  - 5.9.2. Aplicação clínica
- 5.10. Mindfulness
  - 5.10.1. Origem do Mindfulness
  - 5.10.2. Mecanismos de ação
  - 5.10.3. Aplicação clínica

## Módulo 6. Psicologia Cognitivo-Comportamental Aplicada

- 6.1. Intervenção nos Transtornos de Ansiedade
  - 6.1.1. Avaliação e diagnóstico nos Transtornos de Ansiedade
  - 6.1.2. Intervenção e tratamento
- 6.2. Intervenção nos Transtornos do Humor
  - 6.2.1. Avaliação e diagnóstico nos Transtornos do Humor
  - 6.2.2. Intervenção e tratamento
- 6.3. Intervenção nos Transtornos do Sono
  - 6.3.1. Avaliação e diagnóstico nos Transtornos do Sono
  - 6.3.2. Intervenção e tratamento
- 6.4. Intervenção em transtornos por dor crônica
  - 6.4.1. Avaliação e diagnóstico nos Transtornos por Dor Crônica
  - 6.4.2. Intervenção e tratamento
- 6.5. Intervenção cognitivo-comportamental em transtornos psicossomáticos
  - 6.5.1. Avaliação e diagnóstico nos Transtornos Psicossomáticos
  - 6.5.2. Intervenção e tratamento
- 6.6. Intervenção em transtornos alimentares
  - 6.6.1. Avaliação e diagnóstico nos Transtornos Alimentares
  - 6.6.2. Intervenção e tratamento
- 6.7. Intervenção no duelo
  - 6.7.1. Conceito de duelo
  - 6.7.2. Intervenção e tratamento
  - 6.7.3. Acompanhamento

- 6.8. Intervenção em Transtornos Depressivos
  - 6.8.1. Avaliação e diagnóstico nos Transtornos Depressivos
  - 6.8.2. Intervenção e tratamento
- 6.9. Intervenção no estresse
  - 6.9.1. Conceito de estresse
  - 6.9.2. Teorias associadas
  - 6.9.3. Intervenção e tratamento

## Módulo 7. Modelo Cognitivo-Comportamental Aplicado na Intervenção da Psicologia da Saúde

- 7.1. Introdução ao modelo biopsicossocial de saúde
  - 7.1.1. Importância de um modelo integrador
  - 7.1.2. Nascimento do modelo biopsicossocial
- 7.2. Surgimento da Psicologia da Saúde
  - 7.2.1. História e nascimento da Psicologia da Saúde
  - 7.2.2. Base teórica
- 7.3. O surgimento da Psicologia Comunitária
  - 7.3.1. Origens da Psicologia Comunitária
  - 7.3.2. Impacto e utilidade
- 7.4. A terapia baseada na emoção
  - 7.4.1. O que é a teoria baseada na emoção?
  - 7.4.2. Principais autores
  - 7.4.3. Aplicação clínica
- 7.5. Teorias humanistas
  - 7.5.1. Nascimento das teorias humanistas
  - 7.5.2. Abordagem teórica e principais autores
  - 7.5.3. Aplicação
- 7.6. Terapia de Carl Rogers
  - 7.6.1. Quem é Carl Rogers?
  - 7.6.2. Fundamentos teóricos
  - 7.6.3. Aplicação terapêutica
- 7.7. Treinamento de habilidades sociais
  - 7.7.1. Programas de treinamento das habilidades sociais
  - 7.7.2. Habilidades sociais nos transtornos patológicos
  - 7.7.3. Utilidade e eficácia

- 7.8. Terapia de Aceitação e Compromisso
  - 7.8.1. Bases e fundamentos
  - 7.8.2. Estrutura e procedimentos
  - 7.8.3. Implementação e eficácia
- 7.9. Terapia Comportamental Dialética
  - 7.9.1. Bases e fundamentos
  - 7.9.2. Estrutura e procedimentos
  - 7.9.3. Implementação e eficácia
- 7.10. Terapia Familiar, Bases e Técnicas
  - 7.10.1. Bases e fundamentos
  - 7.10.2. Estrutura e procedimentos
  - 7.10.3. Implementação e eficácia

## Módulo 8. Psicofarmacologia Aplicada

- 8.1. Introdução à psicofarmacologia
  - 8.1.1. Base e introdução à psicofarmacologia
  - 8.1.2. Princípios gerais do tratamento psicofarmacologia
  - 8.1.3. Principais aplicações
- 8.2. Antidepressivos
  - 8.2.1. Tipos de antidepressivos
  - 8.2.2. Mecanismo de ação
  - 8.2.3. Indicações
  - 8.2.4. Fármacos do grupo
  - 8.2.5. Efeitos colaterais
  - 8.2.6. Contraindicações
  - 8.2.7. Interações medicamentosas
  - 8.2.8. informação ao paciente
- 8.3. Antipsicóticos
  - 8.3.1. Tipos de antipsicóticos
  - 8.3.2. Mecanismo de ação
  - 8.3.3. Indicações
  - 8.3.4. Fármacos do grupo
- 8.3.5. Efeitos colaterais
- 8.3.6. Contraindicações
- 8.3.7. Interações medicamentosas
- 8.3.8. informação ao paciente
- 8.4. Ansiolíticos e hipnóticos
  - 8.4.1. Tipos de ansiolíticos e hipnóticos
  - 8.4.2. Mecanismo de ação
  - 8.4.3. Indicações
  - 8.4.4. Fármacos do grupo
  - 8.4.5. Efeitos colaterais
  - 8.4.6. Contraindicações
  - 8.4.7. Interações medicamentosas
  - 8.4.8. informação ao paciente
- 8.5. Estabilizadores de humor
  - 8.5.1. Tipos de estabilizadores do humor
  - 8.5.2. Mecanismo de ação
  - 8.5.3. Indicações
  - 8.5.4. Fármacos do grupo
  - 8.5.5. Dosagem e formas de administração
  - 8.5.6. Efeitos colaterais
  - 8.5.7. Contraindicações
  - 8.5.8. Interações medicamentosas
  - 8.5.9. informação ao paciente
- 8.6. Psicoestimulantes
  - 8.6.1. Mecanismo de ação
  - 8.6.2. Indicações
  - 8.6.3. Fármacos do grupo
  - 8.6.4. Dosagem e formas de administração
  - 8.6.5. Efeitos colaterais
  - 8.6.6. Contraindicações
  - 8.6.7. Interações medicamentosas
  - 8.6.8. informação ao paciente

- 8.7. Fármacos antedemência
  - 8.7.1. Mecanismo de ação
  - 8.7.2. Indicações
  - 8.7.3. Fármacos do grupo
  - 8.7.4. Dosagem e formas de administração
  - 8.7.5. Efeitos colaterais
  - 8.7.6. Contraindicações
  - 8.7.7. Interações medicamentosas
  - 8.7.8. informação ao paciente
- 8.8. Fármacos para o tratamento da dependência
  - 8.8.1. Tipos e mecanismos de ação
  - 8.8.2. Indicações
  - 8.8.3. Fármacos do grupo
  - 8.8.4. Dosagem e formas de administração
  - 8.8.5. Efeitos colaterais
  - 8.8.6. Contraindicações
  - 8.8.7. Interações medicamentosas
  - 8.8.8. informação ao paciente
- 8.9. Medicamentos antiepilépticos
  - 8.9.1. Mecanismo de ação
  - 8.9.2. Indicações
  - 8.9.3. Fármacos do grupo
  - 8.9.4. Efeitos colaterais
  - 8.9.5. Contraindicações
  - 8.9.6. Interações medicamentosas
  - 8.9.7. informação ao paciente
- 8.10. Outros remédios: guanfacina
  - 8.10.1. Mecanismo de ação
  - 8.10.2. Indicações
  - 8.10.3. Dosagem e formas de administração
  - 8.10.4. Efeitos colaterais
  - 8.10.5. Contraindicações
  - 8.10.6. Interações medicamentosas
  - 8.10.7. informação ao paciente

## Módulo 9. Modificação de Comportamento

- 9.1. Principais teorias e autores
  - 9.1.1. Início das teorias comportamentais
  - 9.1.2. Autores mais relevantes
- 9.2. Avaliação comportamental
  - 9.2.1. Estratégias de avaliação comportamental
  - 9.2.2. Análise funcional do comportamento
- 9.3. Análise funcional do comportamento
  - 9.3.1. Origem e fundamentos da análise funcional do comportamento
  - 9.3.2. Utilidade clínica
- 9.4. Técnicas operantes para melhorar o comportamento
  - 9.4.1. Que comportamentos queremos aumentar?
  - 9.4.2. Técnicas para aumentar um comportamento
- 9.5. Técnicas de condicionamento oculto
  - 9.5.1. Fundamentos do condicionamento oculto
  - 9.5.2. Utilidade na prática clínica
- 9.6. Técnicas para a redução ou eliminação
  - 9.6.1. Que comportamentos queremos eliminar?
  - 9.6.2. Técnicas para reduzir ou extinguir um comportamento
- 9.7. Programa Token Economy
  - 9.7.1. Base teórica do Token Economy
  - 9.7.2. Uso na sala de aula
  - 9.7.3. Uso clínico
- 9.8. Contratos de contingência
  - 9.8.1. Fundamentos dos Contratos de Contingência
  - 9.8.2. Utilidade e eficácia
- 9.9. Aplicações e estudos mais recentes
  - 9.9.1. Teorias do neobehaviorismo
  - 9.9.2. Principais autores
  - 9.9.3. Linhas de pesquisa

## Módulo 10. Programa de tratamento

- 10.1. Introdução aos programas de tratamento
  - 10.1.1. Características dos programas de tratamento
  - 10.1.1. Programas de tratamento mais conhecidos
- 10.2. Espectro Autista
  - 10.2.1. Bases do Espectro Autista
  - 10.2.2. Avaliação e diagnóstico
  - 10.2.3. Intervenção e tratamento
- 10.3. Esquizofrenia
  - 10.3.1. Bases da doença
  - 10.3.2. Avaliação e diagnóstico
  - 10.3.3. Intervenção e tratamento
- 10.4. Condições neuropsicológicas
  - 10.4.1. Condições mais comuns
  - 10.4.2. Avaliação e diagnóstico
  - 10.4.3. Programa de tratamento
- 10.5. Tratamento da Fobia Social
  - 10.5.1. Programas de tratamento frequentes para a Fobia Social
  - 10.5.2. Tratamentos e linhas de pesquisa
  - 10.5.3. Intervenção cognitivo comportamental
- 10.6. Tratamento das fobias específicas
  - 10.6.1. Características de diagnóstico
  - 10.6.2. Avaliação
  - 10.6.3. Intervenção e tratamento
- 10.7. Um modelo clínico de pensamentos obsessivos
  - 10.7.1. Pensamentos e crenças
  - 10.7.2. Obsessões e compulsões
  - 10.7.3. Tratamento





- 10.8. Tratamento dos transtornos sexuais
  - 10.8.1. Avaliação e diagnóstico dos transtornos sexuais
  - 10.8.2. Tratamento dos transtornos sexuais
- 10.9. Tratamento de vícios
  - 10.9.1. Conceito de vício
  - 10.9.2. Componentes do vício
  - 10.9.3. Programas de intervenção
- 10.10. Tratamento dos transtornos de personalidade
  - 10.10.1. Características dos transtornos de personalidade
  - 10.10.2. Avaliação e diagnóstico
  - 10.10.3. Intervenção e tratamento

“

Um programa elaborado para que você tenha um conhecimento profundo das principais técnicas de intervenção para pacientes com transtornos de personalidade ou vícios”

06

# Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modelo de aprendizagem cíclico: o Relearning. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo e foi considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações científicas, como o New England Journal of Medicine.



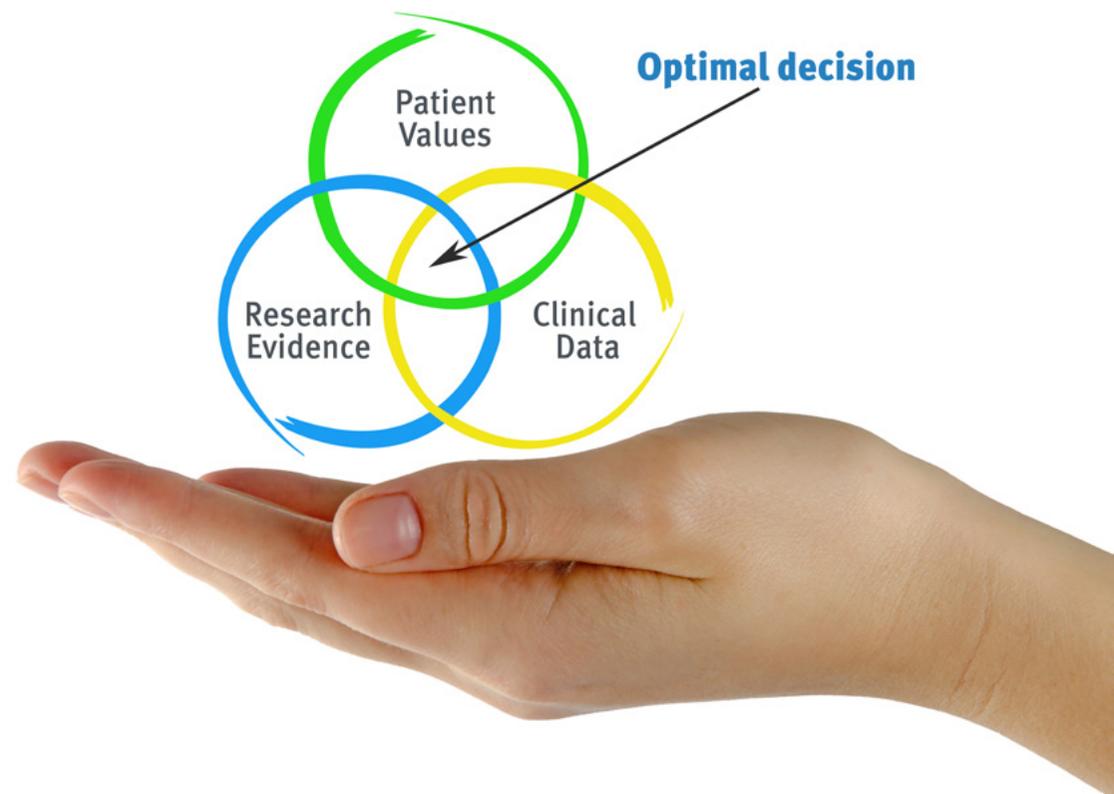
“

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que se mostrou extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”

## Na TECH usamos o Método do Caso

Em uma determinada situação, o que um profissional deveria fazer? Ao longo do curso, os alunos irão se deparar com diversos casos clínicos simulados, baseados em pacientes reais, onde deverão investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver as situações. Há diversas evidências científicas sobre a eficácia deste método. Os especialistas aprendem melhor, mais rápido e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

Com a TECH o psicólogo experimenta uma maneira de aprender que está revolucionando as bases das Universidades tradicionais em todo o mundo.



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

“

Você sabia que este método foi desenvolvido em 1912, em Harvard, para alunos de Direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais complexas para que os alunos tomassem decisões e justificassem como resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard”

A eficácia do método é justificada por quatro conquistas fundamentais:

1. Os psicólogos que seguem este método não só alcançam a assimilação de conceitos, mas também desenvolvem sua capacidade mental através de exercícios para avaliar situações reais e a aplicação de conhecimentos.
2. A aprendizagem se consolida nas habilidades práticas, permitindo ao psicólogo integrar melhor o conhecimento à prática clínica.
3. A assimilação de ideias e conceitos se torna mais fácil e eficiente, graças à abordagem de situações decorrentes da realidade.
4. A sensação de eficiência do esforço investido se torna um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz em um maior interesse pela aprendizagem e um aumento no tempo dedicado ao curso.



## Relearning Methodology

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando 8 elementos didáticos diferentes em cada aula.

Potencializamos 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 simulados de aprendizagem. Estes simulados são realizados através de software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.



Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis de satisfação geral dos profissionais que concluíram seus estudos, com relação aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Através desta metodologia, mais de 150 mil psicólogos foram capacitados com sucesso sem precedentes em todas as especialidades clínicas. Nossa metodologia de ensino é desenvolvida em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente de alto perfil socioeconômico e idade média de 43,5 anos.

O Relearning permite aprender com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais na sua capacitação, desenvolvendo seu espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões, ou seja, uma equação de sucesso.

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica.

A nota global do sistema de aprendizagem é de 8,01, de acordo com os mais altos padrões internacionais.



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



#### Material de estudo

O conteúdo didático foi elaborado especialmente para este curso pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que permite que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso com as técnicas mais inovadoras e oferecendo alta qualidade em todo o material que colocamos à disposição do aluno.



#### As últimas técnicas e procedimentos em vídeo

A TECH aproxima o aluno dos últimos avanços educacionais e da vanguarda da psicologia atual. Tudo isso com o máximo rigor, explicado e detalhado para contribuir para a assimilação e compreensão do aluno. E o melhor de tudo: o aluno poderá assistir as aulas quantas vezes quiser.



#### Resumos interativos

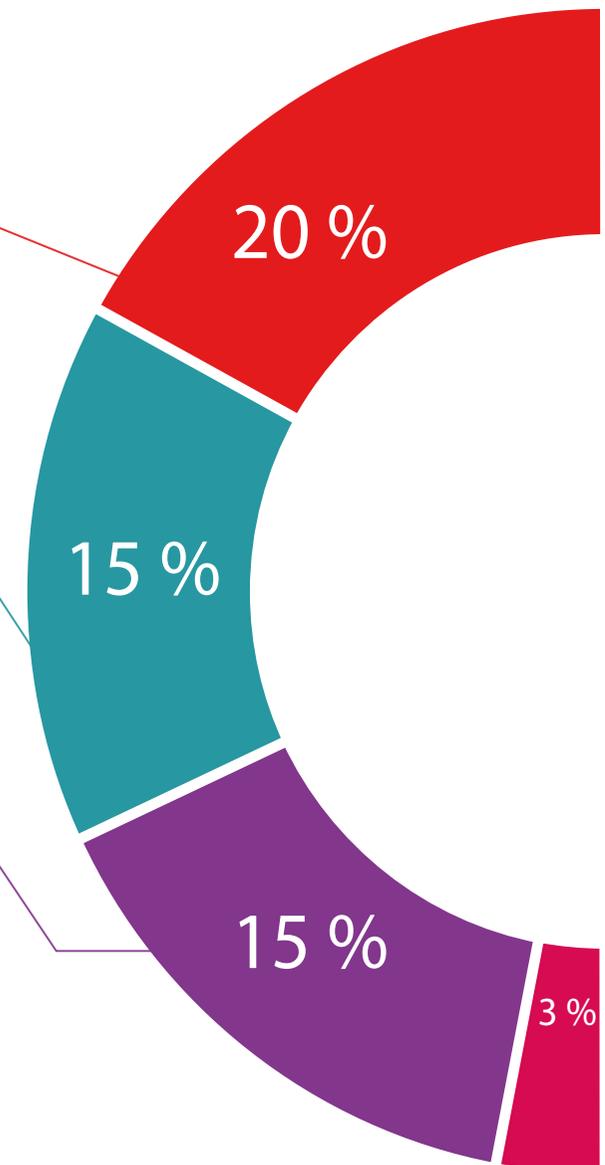
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica, através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

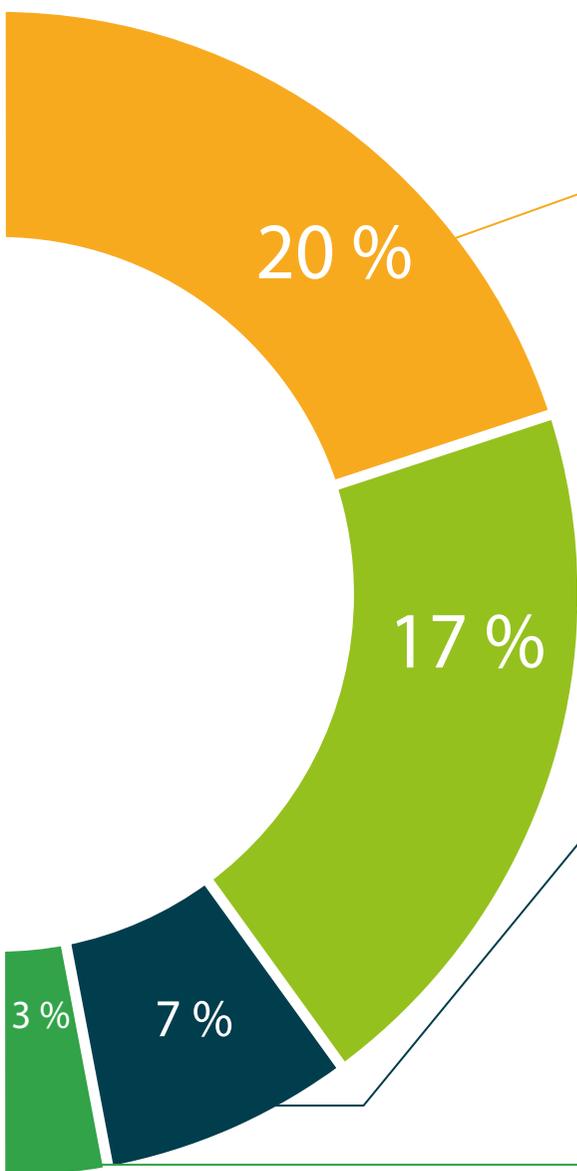
Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



#### 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 for necessário para complementar a sua capacitação.





**Estudos de casos elaborados e orientados por especialistas**

A aprendizagem efetiva deve ser, necessariamente, contextual. Portanto, na TECH, apresentamos casos reais em que o especialista guia o aluno 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**

Avaliamos e reavaliamos periodicamente o conhecimento do aluno ao longo do programa, através de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação para que ele possa comprovar que está alcançando seus objetivos.



**Masterclasses**

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas.  
O chamado "Learning from an expert" fortalece o conhecimento e a memória, além de gerar segurança para a tomada de decisões difíceis no futuro.



**Guias rápidos de ação**

A TECH oferece o conteúdo mais relevante do curso em formato de fichas de trabalho ou guias rápidos de ação. Uma forma sintetizada, prática e eficaz de ajudar os alunos a progredirem na aprendizagem.



07

# Certificado

O Mestrado Próprio em Psicoterapia Cognitivo-Comportamental garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, o acesso a um título de Mestrado Próprio emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

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

Este Mestrado Próprio em Psicoterapia Cognitivo-Comportamental conta com o conteúdo mais completo e atualizado do mercado.

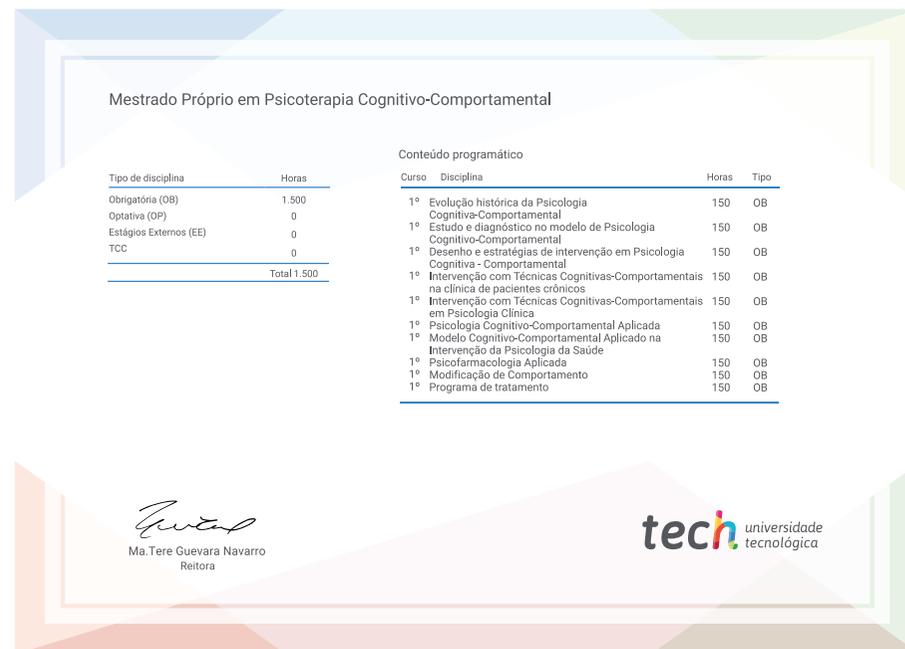
Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado\* do Mestrado Próprio emitido pela TECH Universidade Tecnológica.

O certificado emitido pela TECH Universidade Tecnológica expressará a qualificação obtida no Mestrado Próprio, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: Mestrado Próprio em Psicoterapia Cognitivo-Comportamental

Modalidade: online

Duração: 12 meses



\*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que 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 compreensão  
atenção personalizada  
conhecimento inovação  
presente qualidade  
desenvolvimento habilidades

**tech** universidade  
tecnológica

Mestrado Próprio  
Psicoterapia Cognitivo-  
Comportamental

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Mestrado Próprio

Psicoterapia Cognitivo-Comportamental

