



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

PLANO DE ENSINO

I. IDENTIFICAÇÃO

Curso: Psicologia Semestre: 2022.2 Turma: 06319

Disciplina Optativa: PSI 5915 - Psicoterapia Cognitivo-Comportamental

Horas/aula semanais: 04 Horário: 413304

CH Total: 72 horas

CH Teórica: 72 horas

CH Prática: NA

Professor: Fernanda Lopes e-mail:

fernanda.machado.lopes@ufsc.br

Estagiários Docentes:

Francielle Assumpção e-mail: franassumpcao1@gmail.com

Gabriel França e-mail: gabrielhbfranca@gmail.com

Pré-requisitos: Processos Psicológicos Básicos e Psicologia Comportamental

Oferta para os cursos: Psicologia

II. EMENTA

Aspectos históricos e conceitos fundamentais da psicoterapia de abordagem cognitivo-comportamental. Bases teóricas e técnicas da psicoterapia cognitivo-comportamental. Visão de homem e de mundo que embasa o fazer clínico desta perspectiva teórica no tratamento dos principais transtornos mentais. Técnicas de atuação e pesquisa clínica na terapia cognitivo-comportamental.

III. TEMAS DE ESTUDO

1. Histórico das TCC's;
2. Psicoterapia e Ciência;
3. Princípios Fundamentais;
4. Avaliação Cognitivo-Comportamental;
5. Conceitualização Cognitiva;
6. Relação Terapêutica;
7. Setting e Estrutura da sessão;
8. Indicações e contraindicações;
9. Estratégias terapêuticas e principais técnicas;
10. TCC e Transtornos Mentais (T. Depressivos, T. Bipolares, T. Ansiedade, T. Obsessivo-Compulsivo, T. Relacionados a Trauma e a Estressores; T. Uso de Substâncias Psicoativas);
11. TCC com grupos;
12. Tópicos Atuais em TCC.

IV. OBJETIVOS

Capacitar o aluno a:

- 1) Caracterizar e discutir os principais aspectos teóricos e técnicos da abordagem Cognitivo-Comportamental;
- 2) Realizar entrevistas clínicas de avaliação;
- 3) Realizar conceitualização de caso, planejamento e intervenção em Psicoterapia Cognitivo-Comportamental para pacientes adultos com diferentes demandas clínicas;
- 4) Buscar informações em fontes científicas para embasar a prática clínica;

5) Discutir tópicos atuais em Psicoterapia Cognitivo-Comportamental baseada em evidências científicas.

V. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO E CRONOGRAMA

Aula	Data	Atividades / Temas de estudo	Referência
1	31/08	Apresentação e discussão do Plano de Ensino Acordos pedagógicos e alinhamento de expectativas Psicoterapias – Fatores comuns e específicos (1) Prática da Psicologia Baseada em Evidências (2 e 3) Psicologia Cognitiva e Terapia Cognitiva (4)	1. Cordioli Cap 3 (O) 2. Melo Cap 24 (C) 3. Melnik et al., 2014 (O) 4. Matlin Cap 1 (C)
2	07/09	FERIADO	
3	14/09	Terapias Comportamentais, Cognitivas e Processuais (1,3,4) Introdução à Terapia Cognitivo-comportamental (2) Visão geral do tratamento (2) Princípios Fundamentais da TCC (2 e 5) Pressupostos Básicos da TCC (2 e 5) Confecção de Mapa Conceitual	1. Azevedo et al., 2022 (O) 2. Beck, 2022 (O) 3. Rangé et al., 2007 (O) 4. Guilhardi (C) 5. Knapp e Beck, 2008 (C)
4	21/09	Avaliação Cognitivo-comportamental Conceituação Cognitiva e Diagrama Planejamento do Tratamento	Beck, 2022 (O)
5	28/09	Emoções Pensamentos Automáticos Crenças Intermediárias e Crenças Centrais (Identificação, Avaliação e Modificação) – RPD exercício	Beck, 2022 (O) Greenberger & Padesky, 1999 Cap 1 a 6 (C)
6	05/10	Setting e Relação Terapêutica Estrutura das sessões Psicoeducação	Beck, 2022 (O) Melo Cap 1 (O)
7	12/10	FERIADO	
8	19/10	Planos de ação e programação das atividades Término e Prevenção de Recaída Problemas na Terapia Revisão para a prova	Beck, 2022 (O) Rangé Cap 6 (C)
9	26/10	Prova (Conteúdo aulas 1 a 8)	
10	02/11	FERIADO	
11	09/11	Estratégias terapêuticas e principais técnicas da TCC	Beck, 2022 (O) Rangé Cap 3 (O) Abreu & Guilhadi (C)
12	16/11	TCC Para Transtornos Depressivos (Caso-clínico) TCC para Transtornos Bipolares (Caso-clínico)	Powel (Ref 18) (C) Barlow Cap 7 (O) Barlow Cap 9 (C) Barlow Cap 11 (O)
13	23/11	TCC Para Transtornos de Ansiedade (Caso clínico)	Barlow Cap 1, 3 (O) Rangé Cap 11 (O) Rangé Cap 12 (O)
14	30/11	TCC para Transtornos relacionados a Trauma e a Estressores (Caso clínico) TCC para Transtorno Obsessivo-Compulsivo (Caso clínico)	Barlow Cap 2 (O) Barlow Cap 4 (O)
15	07/12	TCC para T. Uso de Substâncias Psicoativas (Caso clínico)	Barlow Cap 14 (O)

		TCC para Transtornos Alimentares (Caso clínico)	Rangé Cap 18 (O)
16	14/12	TCC com grupos Fechamento da Disciplina e Devolução das Notas	Neufeld Cap 2 e 20 (O)
17	21/12	EXAME (Recuperação)	

O = Leitura Obrigatória C = Leitura Complementar

VI. MÉTODOS E ESTRATÉGIAS DE ENSINO-APRENDIZAGEM

- a) Aulas expositivo-dialogadas
- b) Discussões de textos em grupo
- c) Estudos de casos

VII. AVALIAÇÃO

- a) Avaliação I = Prova I (Vale 10,0; Peso 5,0)
- b) Avaliação II = Casos Clínicos (Em dupla/trio e com consulta) (Vale 10,0; Peso 5,0)

Os casos clínicos serão realizados e entregues em aula, valendo 2,0 ponto cada (são 5 entregas de casos-clínicos). Para os alunos que não estiverem em aula nos dias de realização de atividade avaliativa do caso-clínico, o prazo para entrega do caso sem desvalorização da nota é de 3 dias (72hs). A nota final (NF) será o resultado da média aritmética das duas notas.

OBSERVAÇÕES:

A atribuição de notas para avaliações escritas ou apresentações levará em conta os seguintes critérios:

- a) Objetividade, clareza e coerência das ideias pautadas no documento ou na apresentação;
- b) Uso correto das regras da língua portuguesa e das normas da APA;
- c) Conhecimento demonstrado das temáticas indicada;
- d) Articulações entre os conceitos desenvolvidos;
- e) Pontualidade na entrega dos trabalhos. Trabalhos entregues fora do prazo terão sua nota desvalorizada conforme atraso.

Sobre o andamento das aulas:

- a) Manter os celulares desligados e usar com criteriosidade equipamentos eletrônicos.
- b) Participar ativamente do processo de aprendizagem (ouvindo, debatendo, sugerindo, instigando reflexões com base nos textos e aulas...).
- c) Trazer os textos recomendados para consulta em sala.
- d) Utilizar, em sala de aula, materiais de consulta pertinentes à disciplina.
- e) Tirar dúvidas à medida que surgirem.

Sobre frequência e perda de avaliações:

- a) É necessário 75% de presença para aprovação.
- b) Para recuperação de Atividade Avaliativa (Prova e trabalhos) é **INDISPENSÁVEL** requerimento de segunda chamada de atividade avaliativa aprovado pelo chefe do Departamento de Psicologia.

VIII. NOVA AVALIAÇÃO (EXAME)

Conforme previsto no Artigo 70, parágrafo 2º da Resolução 017/CUn/97 (Regulamento dos Cursos de Graduação da UFSC), terá direito a uma nova avaliação, ao final do semestre, o aluno com frequência suficiente (FS) e média das avaliações do semestre entre 3,0 (três) e 5,5 (cinco vírgula cinco). A nota final, neste caso, será o resultado da média aritmética entre a média das avaliações do semestre e a nota obtida pelo aluno nessa nova avaliação, conforme previsto no Artigo 71, parágrafo 3º da citada Resolução.

IX. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

1. Abreu, C. N.; Guilhardi, H. (2004). *Terapia comportamental e cognitivo-comportamental: Práticas clínicas*. São Paulo: Roca. 482p. ISBN 8572415262. (2 Exemplares na BU/UFSC).
2. American Psychiatric Association. (2014). *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5*. Porto Alegre: Artmed. (1 Exemplar na BU/UFSC)
3. Azevedo, M. L., Bortolatto, M., Bizarro, L., & Lopes, F. (2022). Terapias comportamentais e cognitivas: ondas do mesmo mar ou praias diferentes? *Revista Psicologia em Pesquisa*, 16(2), 1-23. <https://doi.org/10.34019/1982-1247.2022.v16.30871>
4. Beck, J. (1997). *Terapia cognitiva: Teoria e prática*. Porto Alegre: Artmed. ISBN 8573072261 (2 Exemplares na BU/UFSC).
5. Beck, A., Rusch, A., Shaw, B., & Emery, G. (1997). *Terapia cognitiva da depressão*. Porto Alegre: Artmed. ISBN 8573072482. (4 Exemplares na BU/UFSC)
6. Melnik, T., de Souza, W. F., & de Carvalho, M. R. (2014). A importância da prática da psicologia baseada em evidências: aspectos conceituais, níveis de evidência, mitos e resistências. *Revista Costarricense de Psicologia*, 33(2), 79-92.
7. Melo, W. (Org.) (2014). *Estratégias psicoterápicas e a terceira onda em terapia cognitiva*. Novo Hamburgo: Sinopsys. 680p. ISBN: 9788564468184.
8. Neufeld, C.B.; Rangé, B. (2017). *Terapia Cognitivo-comportamental em grupos: das evidências à prática*. Porto Alegre: Artmed. ISBN: 9788582714164.
9. Peuker, A. C., Habigzang, L. F., Koller, S. H., & Araujo, L. B. (2009). Avaliação de processo e resultado em psicoterapias: uma revisão. *Psicologia em Estudo*, 14, 439-445.
10. Rangé, B. P. (2001). *Psicoterapias cognitivo-comportamentais: Um diálogo com a psiquiatria*. Porto Alegre: Artmed. 567p. ISBN 8573078006. (1 Exemplar na BU/UFSC).

X. REFERÊNCIAS COMPLEMENTARES

11. Beck, J. (2022). *Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática (3 ed)*. Porto Alegre: Artmed.
12. Barlow, D. H. (2016). *Manual clínico dos transtornos psicológicos: tratamento passo a passo (5. ed.)*. Porto Alegre: Artmed
13. Caballo, V. (2003). *Manual para o tratamento cognitivo-comportamental de transtornos psicológicos: transtornos de ansiedade, sexuais, afetivos e psicóticos*. São Paulo: Santos Ed. 681p. (2 Exemplares na BU/UFSC).
14. Caballo V. E. (2003). *Manual de avaliação e treinamento das habilidades sociais*. São Paulo: Livraria Santos Editora. (2 Exemplares na BU/UFSC).
15. Cordioli, A.V. (2008). *Psicoterapias: abordagens atuais*. 3.ed. Porto Alegre: Artmed. 886p. ISBN: 978-85-363-1305-4. (2 Exemplares na BU/UFSC).
16. Greenberger, D., & Padesky, C. A. (1999). *A mente vencendo o humor*. Porto Alegre: Artmed.
17. Guilhardi, H.J. Considerações conceituais e históricas sobre a terceira onda no Brasil. Instituto Terapia por contingências de reforçamento. São Paulo, 2012.
18. Ito, L. M., Roso, M. C., Tiwari, S., Kendall, P. C., & Asbahr, F. R. (2008). Terapia cognitivo-comportamental da fobia social. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 30 (supl.2), S96-101.
19. Knapp, P., Beck, A. T. (2008). Fundamentos, modelos conceituais, aplicações e pesquisa da terapia cognitiva. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 30 (supl.2), S54-64.
20. Manfro, G., Heldt, E, Cordioli, A.V., & Otto, M. W. (2008). Terapia cognitivo-comportamental no transtorno de pânico. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 30 (supl.2), S81-87.
21. Matlin, M.W. (2004). *Psicologia cognitiva*. 5. ed. Rio de Janeiro: LTC. 403p. ISBN 852161392X (11 exemplares na BU/UFSC)

22. Powel, V. B., Abreu, N., Oliveira, I. R., Sudak, D. (2008). Terapia cognitivo-comportamental da depressão. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 30 (supl.2), S73-80.
23. Rangé, B. P., & Marlatt, G. A. (2008). Terapia cognitivo-comportamental de transtornos de abuso de álcool e drogas. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 30 (supl.2), S88-95.
24. Rangé, B. P., Falcone, E. M., & Sardinha, A. (2007) História e panorama atual das terapias cognitivas no Brasil. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 3(3).

XI. ATENDIMENTO AOS/ÀS ESTUDANTES

O horário de atendimento extraclasse: segunda-feira, 13:00- 14:00 ou quarta-feira, 17h-18h. Sala 11B, Bloco B, CFH. Agendamento prévio.