



UNIVERSIDADE FEDERAL DO ACRE  
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO

PLANO DE CURSO

**Centro:** Centro de Filosofia e Ciências Humanas

**Curso:** Bacharelado em Psicologia

**Disciplina:** Teorias e Técnicas Psicoterápicas I  
(Comportamental e Cognitiva) (CFCH434)

**Créditos:** 4-2-0

**Pré-requisitos:** CFCH412 e CFCH414

**Co-requisitos:** *não se aplica*

**Carga Horária:** 90h

**CH de Acex:** *não se aplica*

**Encontros:** 108 encontros de 50' + EF

**Semestre Letivo/Ano:** 2023.1

**Dias/horários de aula:** Terça-feira: 14:30h às 18:40h  
Sexta-feira: 14:30h às 16:30h

**Professor(a):** Esp. Anayran Araújo Dourado

**I- Ementa:**

Estudo teórico, compreensão e aplicação das principais técnicas cognitivo-comportamentais psicoterapêuticas em transtornos psicopatológicos.

**II- Objetivos de Ensino**

**1 - Objetivos Gerais**

Identificar e descrever os conceitos teóricos e práticos do modelo cognitivo e comportamental, bem como de métodos e técnicas de intervenção baseada nas teorias cognitivo-comportamental em diferentes contextos clínicos.

**2 - Objetivos Específicos**

- Conhecer as bases históricas, filosóficas e epistemológicas dos modelos clínicos cognitivo comportamentais.
- Compreender e definir a teoria e conceitos que estruturam a abordagem terapêutica cognitivo-comportamental.
- Analisar a aplicabilidade geral das estratégias de estruturação e organização do processo psicoterapêutico no modelo cognitivo-comportamental.
- Entender a relação psicoterápica e uso das técnicas cognitivas-comportamentais em transtornos psicopatológicos.

**III - Conteúdos de Ensino**

**Unidades Temáticas (ampliar as unidades, se necessário)**

**C/H**

UNIDADE I – BASES EPISTEMOLÓGICAS E TEÓRICAS:

- Bases históricas, filosóficas e epistemológicas da Psicologia Cognitiva.
- Bases históricas, filosóficas e epistemológicas da Psicologia Comportamental.
- Fundamentos das Terapias Cognitivo-Comportamentais.

15h/a

UNIDADE II – MODELO COGNITIVO COMPORTAMENTAL:

- Princípios da terapia.
- O modelo cognitivo de psicopatologia.
- A estrutura organizacional do pensamento.
- Princípios práticos: afeto, comportamento, pensamento.
- Relação terapêutica.

25h/a

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitos e Concepções equivocadas sobre a terapia cognitiva.</li> </ul>	
<p>UNIDADE III - PSICOTERAPIA NA TCC:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diálogo Socrático.</li> <li>• Avaliação e diagnóstico.</li> <li>• Conceitualização cognitiva.</li> <li>• A estrutura das sessões.</li> <li>• Identificando e modificando: pensamentos automáticos, emoções e crenças.</li> <li>• Principais técnicas.</li> <li>• A análise de sonhos.</li> </ul>	25h/a
<p>UNIDADE IV - INTERVENÇÃO CLÍNICA – PSICOPATOLOGIAS:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Depressão.</li> <li>• Fobia social.</li> <li>• TDAH.</li> <li>• Transtorno bipolar.</li> <li>• Transtorno de ansiedade generalizada (TAG).</li> <li>• Transtorno de personalidade.</li> <li>• Psicoterapia em grupos.</li> <li>• Terapia com crianças.</li> <li>• Terapia com casais.</li> </ul>	25h/a

#### **IV - Metodologia de Ensino**

- Aulas expositivas e dialogadas.
- Leitura e discussão de textos e de vídeos.
- Estudos de casos.
- Seminários.
- Exercícios e debates em grupo.

Não será tolerado nenhum tipo de violência, inclusive violências de tipo sexista, racista, classista, LGBTQIA+fóbia. Em existindo, serão denunciados nos órgãos competentes internos e externos à universidade.

#### **V - Recursos Didáticos**

- Projetor;
- Quadro branco e marcadores;
- Notebook;
- Plataforma Target GEDWeb – Sistema de Gestão de Normas e Documentos Regulatórios

#### **VI - Avaliação da Aprendizagem**

A avaliação será realizada de maneira sistemática e contínua, com atividades estabelecidas em cada Unidade Temática que somar-se-ão para a composição das notas N1 e N2.

A avaliação irá ocorrer por meio de diversos instrumentos (provas escritas; leitura de textos; apresentação de trabalhos, debates, resenhas, seminários, pesquisas, entre outros), que priorizem os processos de avaliação na forma progressiva.

Serão considerados critérios de avaliação do desempenho do discente:

1. Domínio de conhecimentos (aquisição e utilização de conhecimentos na resolução de problemas, análise e interpretação de diferentes situações problemas);

2. Participação (interesse, comprometimento e atenção aos temas discutidos nas aulas, formulação e/ou resposta a questionamentos orais, cumprimento das atividades individuais e em grupo);
3. Criatividade (originalidade na formulação da atividade solicitada e habilidade para resolver problemas e apresentar soluções ou ideias);
4. Análise dos conhecimentos obtidos pelo discente no período letivo.

### **Para a composição da N1:**

Atividade 1 (5.0) + atividade 2 (2.0) + atividade 3 (3.0) = 10.0

- **ATIVIDADE 1: Lista do Padlet (Resumo) ou mapa mental (Valor: 5.0)**

Entrega até dia: 06/06.

Em dupla ou individual.

Realize a leitura dos textos de base e elabore um resumo ou mapa mental sobre os Fundamentos Históricos e Filosóficos das Terapias Cognitivo-Comportamentais. Utilize imagens, símbolos e outros recursos possíveis no seu padlet (ou de outra ferramenta).

Link do padlet: <https://pt-br.padlet.com>

Texto: FUNDAMENTOS HISTÓRICOS E FILOSÓFICOS DAS TERAPIAS COGNITIVO-COMPORTAMENTAIS. (DOBSON, Keith S. & DOZOIS, David J. A.)

Livro: DOBSON, Keith S. e Cols. *Manual de Terapias Cognitivo-Comportamentais*. 2.ed. Porto Alegre: Artmed. 2006.

- **ATIVIDADE 2: Resumo (Valor: 2.0)**

Entrega até dia: 30/06.

Em dupla ou individual.

Realize a leitura dos textos de base e descrever de forma resumida as características dos seguintes tópicos:

Cap. 1 - Princípios básicos da terapia cognitivo-comportamental:

- Níveis de processamento cognitivo;
- Pensamentos automáticos;
- Erros cognitivos;
- Esquemas.

Cap. 2 - A relação terapêutica: empirismo colaborativo em ação:

- Empatia, afeto e autenticidade;
- Empirismo colaborativo;
- Grau de atividade do terapeuta na TCC;
- O terapeuta como professor-treinador;
- O uso do humor na TCC;
- Flexibilidade e sensibilidade.
- Questões situacionais;
- Questões socioculturais;
- Diagnóstico e sintomas;
- A transferência na TCC;
- A contratransferência.

Do livro: WRIGHT, J. H. [et al.]. *Aprendendo a terapia cognitivo-comportamental: um guia ilustrado*. 2 ed. Porto Alegre: Artmed, 2019.

- **ATIVIDADE 3: Estudo de caso + Conceitualização cognitiva (Valor: 3.0)**

Em grupo – feito em sala de aula, dia 25/07/23.

### **Para a composição da N2:**

Atividade 1 (6.0) + Atividade 2 (4.0) = 10.0

• **ATIVIDADE 1: Seminário TCC e os Transtornos. (Valor: 6.0)**

Em grupo.

Será feito a divisão em sala de aula.

- **DESTACAR:**

- 1) Qual a interpretação da TCC sobre o Transtorno
- 2) Descreva o manejo ou estratégias de intervenção que a TCC utiliza no tratamento do Transtorno.
- 3) Principais Técnicas utilizadas na intervenção do transtorno.

• **ATIVIDADE 2: Roteiro para intervenção baseada na TCC e a Psicopatologia. (Valor: 4.0)**

Em grupo.

Será feito a divisão em sala de aula.

**ORIENTAÇÃO:** Em grupo (os que estiverem presentes), pois será valido para entregar naquele mesmo dia.

Será feito e entregue após cada apresentação dos seminários – um roteiro por cada grupo:

- Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC) – (valor: 0,5)
- Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) – (valor: 0,5)
- Transtorno Bipolar (TB) – (valor: 0,5)
- Transtorno de Personalidade Borderline – (valor: 1,0)
- Transtorno de Estresse pós-traumático – (valor: 0,5)
- Depressão – (valor: 1,0)

**Para a composição da avaliação de EXAME FINAL:**

Prova com questões objetivas e discursivas com valor total de 10 (dez) pontos, com todo o conteúdo lecionado no semestre. Para os alunos que não alcançaram a nota maior que 8, na soma da N1 e N2 e o resultado dividido por 2.

DIA: **26/09/23**, terça-feira, às 14:30h em sala de aula.

**VII - Bibliografia**

**1 - Bibliografia Básica**

CAMINHA, Renato E. (Org.) **Psicoterapias Cognitivo-comportamentais. Teoria e Prática.** São Paulo: Casa do Psicólogo: 2003.

RANGÉ, B. [et al.]. **Psicoterapias cognitivo-comportamentais: um diálogo com a psiquiatria.** 2º Ed. Porto Alegre: Artmed, 2011.

LEAHY, Robert L. & Cols. **Terapia cognitiva contemporânea. Teoria, pesquisa e prática.** Porto Alegre: Artmed.

**2 - Bibliografia Complementar**

FRIEDBERG, Robert D. e MCCLURE, Jessica M. **A Prática Clínica de Terapia Cognitiva com Crianças e Adolescentes.** Porto Alegre: Artmed.

WRIGHT, J. H. [et al.]. **Aprendendo a terapia cognitivo-comportamental: um guia ilustrado.** 2 ed. Porto Alegre: Artmed, 2019.

MCMULLIN, Rian E. **Manual de Técnicas em Terapia Cognitiva.** Porto Alegre: Artmed.

DOBSON, Keith S. e Cols. **Manual de Terapias Cognitivo-Comportamentais.** 2.ed. Porto Alegre: Artmed.

BECK, Aaron T.; FREEMAN, Arthur; DAVIS, Denise D. & Cols. **Terapia Cognitiva dos Transtornos da Personalidade.** 2.ed. Porto Alegre: Artmed.

**3 - Bibliografia Sugerida**

BECK, Judith S. **Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática.** 3ºed. Porto Alegre: Artmed, 2021.

CORDIOLI, A. V. ; GREVET, E. H.(Orgs.). **Psicoterapias: abordagens atuais.** 4. ed. Porto Alegre: Artmed,

2019.

LEAHY, R. L. **Técnicas de terapia cognitiva**: manual do terapeuta. 2ªed. Porto Alegre: Artmed, 2018.

WENZEL, A. **Inovações em terapia cognitivo-comportamental**: intervenções estratégicas para uma prática criativa. Porto Alegre: Artmed, 2018.

**Plataforma Target GEDWeb – Sistema de Gestão de Normas e Documentos Regulatórios**, a qual disponibiliza a visualização, impressão e gerenciamento da Coleção de Normas Técnicas Brasileiras (ABNT) e Mercosul (AMN) via Web (<https://gedweb.com.br/ufac/>).

**Bases de dados digitais assinadas pela Biblioteca que disponibilizam periódicos, artigos, vídeos, normas técnicas e outros documentos** (<http://www2.ufac.br/biblioteca/links-uteis>).

**CAFe e acesso remoto ao Portal de Periódicos CAPES:**

<http://mailer.periodicos.capes.gov.br/?m=138&p=view&pi=ViewBrowserPlugin&uid=2f8fa7c8723efa19b1958db739494389>

## **VIII - Cronograma da Disciplina**

**Período de realização:** 22/05 até 30/09

**Dia e Horário de Execução:** Terça-feira: 14:30h às 18:40h

Sexta-feira: 14:30h às 16:30h

<b>Unidades Temáticas (ampliar, se necessário)</b>	<b>Início</b>	<b>Término</b>
Unidade 1: Bases Epistemológicas e Teóricas	23/05/23	06/06/23
Unidade 2: Modelo Cognitivo Comportamental	09/06/23	30/06/23
Unidade 3: Psicoterapia na TCC	04/07/23	28/07/23
Unidade 4: Intervenção Clínica – Psicopatologias	01/08/23	22/09/23
<b>Avaliação da aprendizagem (ampliar, se necessário)</b>	<b>Data de Realização</b>	
Avaliação 1 - N1 - Lista do Padlet (Resumo) ou mapa mental	<u>06/06/23</u>	
Avaliação 2 - N1 - Resumo	<u>30/06/23</u>	
Avaliação 3 - N1 - Estudo de caso + Conceitualização cognitiva	<u>25/07/23</u>	
Avaliação 1 - N2 - Seminário TCC e os Transtornos	<u>01/08/23</u>	
Avaliação 2 - N2 - Roteiro para intervenção baseada na TCC e a Psicopatologia	<u>04/08/23</u>	
Realização da prova de Exame Final	<u>26/09/23</u>	

### **Aprovação do Colegiado de Curso**

Plano de Curso elaborado nos termos do §2º, Art. 243 do Regimento Geral da UFAC, apreciado e homologado pelo Colegiado do Curso Bacharelado em Psicologia, em reunião realizada em 19 de maio de 2023, conforme estabelecido no Regimento da UFAC, Art. 70, II.

Rio Branco - Acre, 19 de maio de 2023.

Anayran Araújo Dourado