


FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE FEDERAL DE RONDÔNIA 	PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO NÚCLEO DE SAÚDE DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
DISCIPLINA: PSICOLOGIA COGNITIVA CÓDIGO: PSI31094 CURSO: PSICOLOGIA PERÍODO: 4º PROFESSOR: PAULO RENATO VITÓRIA CALHEIROS	
ANO: 2022 -2 SEMESTRE: PRIMEIRO CARGA HORÁRIA: 60 HORAS PRÉ-REQUISITOS: Não há DISCIPLINA: CRÉDITOS: 03	
EMENTA	
A abordagem Cognitiva-Comportamental clínica aplicada ao tratamento dos transtornos mentais em contextos diversos. Prática da psicologia baseada em evidências científicas. Conhecimento processo de evolução dos tratamentos divididos em três diferentes gerações da terapia cognitiva. A TCC integrativa na forma da Terapia do Esquema.	
OBJETIVOS	
Propiciar ao aluno o conhecimento: <ol style="list-style-type: none"> i. Psicoterapias cognitivo-comportamentais de primeira onda Psicologia Cognitiva Clássica de Beck e Freemann. ii. Segunda e Terceira onda da TCC. iii. Emoções humanas básicas e suas aplicações ao tratamento psicológico, baseadas nos fundamentos da evolutivos da espécie humana segundo a Biologia do Amor de Humberto Maturana. A cultura patriarcal e a violência, violência de gênero e de raça, violência contra a mulher, violência doméstica e familiar. Inclusão social das pessoas com diferenças. Democracia, educação e direitos humanos, equidade de gênero e de raça, Relações Étnico-Raciais e História e Cultura Afro-Brasileira, Africana e Indígena e o emocionar humano. Contexto Ambiental, Políticas de Educação Ambiental iv. O modelo Cognitivo, fundamentos da TCC clássica. v. Conceitualização Cognitiva vi. Estrutura e formato das sessões de tratamento vii. Identificando pensamentos automáticos viii. Identificando Emoções ix. Avaliando pensamentos automáticos x. Respondendo aos pensamentos automáticos xi. Identificando e modificando crenças nucleares xii. Terapia Cognitiva baseada em aceitação e <i>mindfulness</i> xiii. Das principais Técnicas Cognitivas. xiv. Das principais Técnicas Comportamentais. xv. Intervenções cognitivas e comportamentais aplicadas ao tratamento de transtornos mentais, xvi. Psicologia Cognitivo Comportamental de Terceira onda Terapia Cognitivo Comportamental baseada em <i>Mindfulness</i> e Terapia do Esquema 	

CONTEÚDO

Apresentação por unidades de estudo

1. O Modelo Cognitivo.
2. Bases biológicas da espécie humana a luz da Biologia do Amor de Humberto Maturana
3. Emoções, Cognições, Motivação, Reações Neurofisiológicas e Comportamento
4. Principais Técnicas Cognitivas.
5. Principais Técnicas comportamentais.
6. Três gerações da Terapia Comportamental e suas aplicações clínicas.
7. TCC Baseada em aceitação, teoria e práticas
8. Conceitos Fundamentais
 - Consciência interna restrita, emaranhada e fundida
 - Evitação Experiencial
 - O que é *Mindfulness*
 - Redução de estresse e outras aplicações clínicas da psicologia baseada em *Mindfulness*.
 - Incentivando ações conscientes
 - Tratamento de Ansiedade
 - Tratamento da Depressão
 - Práticas de *Mindfulness*
 - Valores
 - Promoção de atividades valorizadas
 - Ativação Comportamental
 - Terapia de Exposição
 - Terapia Cognitiva
 - Treinamento de Relaxamento
8. Introdução à Terapia do Esquema - Histórico e Diferenciais - Estruturação da Personalidade Normal e Patológica - Fundamentos Teóricos - Bases Biológicas da Terapia do Esquema e a Teoria do Apego
9. Domínios Esquemáticos - Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) - Processos de Perpetuação Esquemática Modos Esquemáticos: Identificação e Mudança - Modos de Esquemas - Modos Criança - Modos Pais Disfuncionais - Modos de Enfrentamentos Disfuncionais - Modo Adulto Saudável - Tratamento de Modos Esquemáticos
10. Avaliação e Psicoeducação em Terapia do Esquema - Entrevistas Iniciais, Relação Terapêutica, Imagens para Identificação de EIDs - Conceitualização de Casos em Terapia do Esquema Processo Terapêutico e Estratégias de Tratamento - Estratégias Cognitivas, Estratégias Experienciais e Vivenciais, e Estratégias Comportamentais - Os diferentes níveis de técnicas (cognitivas, vivenciais e comportamentais).

BIBLIOGRAFIA

Bibliografia Básica

1. Beck, J. Beck A. (2013) **Terapia Cognitivo Comportamental: Teoria e Prática**. Porto Alegre. Artes Médicas.
2. Gemer, C, Siegel R D.; Fulton, P.R. **Mindfulness e Psicoterapia**. 2 Ed. (2016) Porto Alegre ArtMed.
- Santos-Lucena, P.; Pinto-Gouveia, J.; Oliveira M, S.O. (2015) **Terapias Comportamentais de Terceira Geração: Guia para Profissionais**. Novo Hamburgo. Sinopsy ed.

Bibliografia Complementar

3. Sudak, D.M. **Terapia Cognitivo Comportamental na prática** (2008). Porto Alegre, Artmed. Maturana
4. Rangé, B.(org). **Psicoterapia Comportamental e Cognitiva: Pesquisa, Prática, Aplicações e Problemas** (1998) Campinas-SP. Editorial Psy.
5. Greenberger, Dennis. **A mente vencendo o humo: mude como você se sente, mudando o modo como você pensa** [recurso eletrônico] / Dennis Greenberger, Christine A. Padesky ; prefácio: Aaron T. Beck ; tradução: Sandra Maria Mallmann da Rosa ; revisão técnica: Bernard Rangé. – 2. ed. – Porto Alegre: Artmed, 2017.

RECURSOS DIDÁTICOS

Nas aulas haverá exposições do professor, estudo e discussão de textos previamente selecionados. Atividades práticas como apresentação e discussão de casos, vídeos, entrevistas dialogadas. Elaboração de Registro de Pensamentos Disfuncionais, Diagrama de Conceitualização Cognitiva e exercícios de role-play. Práticas de *Mindfulness* aplicada a redução de estresse. Vivências de dramatização de técnicas imagísticas e reparentalização limitada na terapia do esquema.

FORMA DE AVALIAÇÃO

Nota Avaliativa 1 (AP) (30 – Trinta) – Apresentação dos Seminários em sala de aula.

Nota Avaliativa 2 (S) (40 - Quarenta) – Avaliação final

Nota por participação em sala de aula 3 (30 – Trinta) – Participação do aluno nas atividades desenvolvidas na sala de aula.

Nota final: 30 + 40 + 30 = 100 pontos

CRONOGRAMA

<i>Datas das aulas</i>	<i>Programa teórico (*Unidades)</i>	<i>Metodologia</i>
06/02	Apresentação dos conteúdos	Apresentação e reflexão com os alunos sobre programa e metodologia da disciplina.
13/02	Introdução à prática da psicoterapia Três gerações de Psicoterapia Cognitivo Comportamental	Aula Expositiva
27/02	Quais são os princípios básicos da terapia cognitiva.	Leitura e discussão em sala de aula dos Capítulos 1, 2 e 3. Livro 1

27/02	Visão Geral do Tratamento Identificando Pensamentos Automáticos Avaliando os Pensamentos Automáticos Respondendo aos pensamentos automáticos	Seminário apresentação em grupo dos capítulos 9, 11 e 12. Livro 1 ou 5
06/03	Entendendo e identificando emoções O que as emoções fazem por você	Aula expositiva
13/03	Um modelo de emoções Observando, descrevendo e identificando as emoções Regulação emocional	Grupo de vivência de treinamento de habilidades em sala de aula
20/03	Identificando e modificando crenças intermediárias Identificando e modificando crenças nucleares	Seminários apresentação em grupo capítulos 14 e 15. Livro 1 ou 5
27/03 e 03/04	Cont. Identificando e modificando crenças intermediárias Identificando e modificando crenças nucleares	Seminários apresentação em grupo dos capítulo 5. Livro 1 ou 5
10/04	Estrutura da sessão de avaliação, primeira sessão	
17/04	TCC Baseada em <i>Mindfulness</i> e Aceitação O que é <i>Mindfulness</i> ? Bases filosóficas Evitação experiencial	Aula Expositiva
24/04	Consciência Restrita, fundida e emaranhada, Aplicações Clínicas da TCC baseada em <i>Mindfulness</i> e Aceitação	Aula Expositiva
08/05	Tratamento da Depressão e Ansiedade	Aula Expositiva
15/05	Valores	Aula Expositiva
22/05	Incentivando atividades valorizadas	Aula expositiva
29/05	Habilidades de <i>Mindfulness</i>	
05/06	Encerramento e Avaliação	

Entregue em: ___/___/___

Homologado em: ___/___/___

Prof. Dr. Paulo Renato Calheiros (assinatura)

Chefe do Departamento de Psicologia (assinatura)