

SOCIEDADES E ASSOCIAÇÕES DE PSICOTERAPIA PROTOCOLADAS

**ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA DE
TERAPIAS**

**COMPORTAMENTAL E
COGNITIVA**



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

Apresentação da psicoterapia e do(s) modelo(s) teórico(s) subjacente(s)

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) surge da insatisfação com as intervenções clínicas comportamentais centradas nos modelos de aprendizagem propostos para explicar a aquisição e manutenção dos problemas. Face às limitações práticas desses modelos e à emergência de modelos de processamento de informação surge a chamada “revolução cognitiva” que enfatiza o papel dos processos cognitivos como mediadores das respostas comportamentais e afetivas (e.g., percepções, crenças, atribuições, pensamentos).

Desde o seu início que a TCC procurou abordar o processo terapêutico de forma estruturada, activa, didáctica e experiencial, dirigido por objectivos, centrado no presente e orientado para o futuro. A TCC tem evoluído no sentido de englobar os novos desenvolvimentos e diversos modelos têm sido propostos. A APTCC adopta uma perspectiva integradora, procurando englobar na sua formação outras abordagens de forma reflexiva.

Processos de Mudança e Descrição do Processo Terapêutico

As abordagens cognitivo-comportamentais tendem a promover as mudanças a nível comportamental e emocional através da alteração de significados pessoais associados à manutenção dos problemas. Dada a interdependência de processos cognitivos, comportamentais, afetivos e contextuais o processo terapêutico envolve um conjunto de métodos e estratégias dirigidas às mudanças a nível cognitivo, emocional e, comportamental.

A avaliação e a intervenção estão intimamente relacionadas nas tomadas de decisão clínica articulando factores associados ao início dos problemas na história passada dos clientes (aquisição de esquemas e vulnerabilidades pessoais) com factores de manutenção actuais (padrões comportamentais, emocionais ou relacionais).

A APTCC assume uma perspectiva integrativa na reflexão em torno do processo de tomada de decisão clínica formulando objectivos terapêuticos que envolvem processos referidos por diferentes orientações no sentido da promoção do bem estar de cada cliente.

Descrição da Formação

A APTCC foi fundada em 1984 e oferece uma formação especializada na vertente de Adultos e Crianças/Adolescentes. O currículo de formação está organizado do seguinte modo:

1. Semestres de formação teórico-prática (420 horas)
 - A. As sessões envolvem componentes didáticos e experienciais através da exposição da parte teórica dos conteúdos programáticos e de exercícios práticos de treino de competências de relação e comunicação, de avaliação conceptualização e intervenção clínicas cognitivo-comportamentais em problemas clínicos comuns, nas perturbações de humor e da personalidade e nas problemáticas associadas ao ciclo de vida.
 - B. A avaliação é de natureza qualitativa através da realização de exercícios de role-play do desempenho dos formandos no papel de psicoterapeutas e de análise de casos clínicos.
2. Supervisão clínica (150 horas)
3. Desenvolvimento pessoal (120 horas)
4. Realização periódica de seminários/workshops que se enquadrem no currículo de formação clínica com crianças/adolescentes e adultos com psicoterapeutas reconhecidos no âmbito nacional e internacional.

CONTACTOS

Morada: Rua dos Remolares, nº 14 . 1200-371 Lisboa

Telefone: 213 210 226

Email: aptcc@cognitivas.org

WWW.COGNITIVAS.ORG