

---

**Ano Letivo** 2022-23

---

**Unidade Curricular** PSICOTERAPIAS COGNITIVO-COMPORTAMENTAIS

---

**Cursos** PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE (2.º ciclo)

---

**Unidade Orgânica** Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

---

**Código da Unidade Curricular** 15111023

---

**Área Científica** PSICOLOGIA

---

**Sigla** PSI

---

**Código CNAEF (3 dígitos)** 311

---

**Contributo para os Objetivos de  
Desenvolvimento Sustentável - 4;3;10  
ODS (Indicar até 3 objetivos)**

**Línguas de Aprendizagem**

Português

**Modalidade de ensino**

Presencial

**Docente Responsável**

Antónia Maria Jimenez Ros

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)
Antónia Maria Jimenez Ros	OT; T; TP	T1; TP1; OT1	10.5T; 10.5TP; 2.5OT
Cláudia Isabel Guerreiro Carmo	OT; T; TP	T1; TP1; OT1	9T; 9TP; 2.5OT

\* Para turmas lecionadas conjuntamente, apenas é contabilizada a carga horária de uma delas.

ANO	PERÍODO DE FUNCIONAMENTO*	HORAS DE CONTACTO	HORAS TOTAIS DE TRABALHO	ECTS
1º	S2	19.5T; 19.5TP; 5OT	140	5

\* A-Anual;S-Semestral;Q-Quadrimestral;T-Trimestral

**Precedências**

Sem precedências

**Conhecimentos Prévios recomendados**

Psicopatologia I e II e Consulta Psicológica

---

### Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências)

No final desta unidade curricular pretende-se que os alunos tenham adquirido:

1. Conhecimento dos modelos teóricos cognitivo-comportamentais específicos dos quadros clínicos mais comuns na infância, adolescência e adultez;
2. Competências de avaliação das perturbações e problemas psicológicos mais comuns na infância, na adolescência e na adultez;
3. Competências de conceptualização e formulação de casos clínicos à luz dos modelos teóricos cognitivo-comportamentais;
4. Competências de intervenção clínica específicas nos quadros clínicos mais comuns.

---

### Conteúdos programáticos

Os conteúdos programáticos desta unidade curricular incidem em dois grandes blocos. Um primeiro bloco centrado na TCC dos problemas infantis e outro nos da idade adulta.

(a) Descrição e conceptualização clínica, modelos teóricos explicativos, avaliação e intervenção na infância : Características específicas da intervenção psicológica na infância; P do comportamento (desobediência e agressividade), P da eliminação (Enurese)

(b) Descrição e conceptualização clínica, modelos teóricos explicativos, avaliação e intervenção na adolescência e na idade adulta: P. da ansiedade (Agorafobia e P. de pânico, ansiedade social, P. de ansiedade generalizada); P. depressivas; P. obsessivo-compulsiva; P. de stresse pós-traumático, P. da alimentação e do comportamento alimentar (P. de compulsão alimentar periódica, anorexia e bulimia nervosa) e principais disfunções sexuais.

---

### Metodologias de ensino (avaliação incluída)

Nesta UC recorre-se, nas aulas teóricas, aos métodos expositivo, interrogativo, de discussão e de pesquisa com recurso à projeção de diapositivos organizadores da matéria. Recorre-se a apresentações de casos ilustrativos dos diversos quadros clínicos. Nas aulas teórico práticas recorre-se à análise e discussão de casos clínicos assim como à realização de exercícios de role-play a partir do trabalho individual e por pares realizado durante o semestre. A avaliação da unidade curricular é contínua com exame final. As metodologias de avaliação incluem: (1) realização de uma prova de conhecimento (70%) e (2) entrega e apresentação de um trabalho de grupo composto por 5 alunos (30%). O tema do trabalho será escolhido a partir de uma listagem disponibilizada pela docente. Ficam dispensados de exame final os alunos com classificação final (prova de conhecimento e tarefas) igual ou superior a 10 valores.

### **Bibliografia principal**

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing

Barlow, D. H. (2014). *Clinical handbook of psychological disorders: A step by step treatment manual*. (5th ed.). New York: The Guildford Press

Dobson, K. S. (Ed). (2010). *Handbook of cognitive-behavioral therapies* (3rd.). New York: The Guildford Press

Leahy, R. L. (2017). *Cognitive therapy techniques: A practitioner's guide*. (2 ed.). New York: The Guildford Press.

Tolin, D. F., (2016). *Doing CBT. A comprehensive guide to working with behaviors, thoughts and emotions*. New York: The Guildford Press.

Ao longo do semestre e, de acordo com a temática específica de cada aula, a bibliografia complementar será indicada nos sumários e disponibilizada na tutoria eletrónica ou facultada aos alunos em papel.

---

**Academic Year** 2022-23

---

**Course unit** COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPIES

---

**Courses** CLINICAL AND HEALTH PSYCHOLOGY  
Common Branch

---

**Faculty / School** FACULTY OF HUMAN AND SOCIAL SCIENCES

---

**Main Scientific Area** PSYC

---

**Acronym**

---

**CNAEF code (3 digits)** 311

---

**Contribution to Sustainable  
Development Goals - SGD  
(Designate up to 3 objectives)** 4;3;10

---

**Language of instruction** Portuguese

---

**Teaching/Learning modality** Presential

**Coordinating teacher** Antónia Maria Jimenez Ros

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
Antónia Maria Jimenez Ros	OT; T; TP	T1; TP1; OT1	10.5T; 10.5TP; 2.5OT
Cláudia Isabel Guerreiro Carmo	OT; T; TP	T1; TP1; OT1	9T; 9TP; 2.5OT

\* For classes taught jointly, it is only accounted the workload of one.

Contact hours	T	TP	PL	TC	S	E	OT	O	Total
	19.5	19.5	0	0	0	0	5	0	140

T - Theoretical; TP - Theoretical and practical ; PL - Practical and laboratorial; TC - Field Work; S - Seminar; E - Training; OT - Tutorial; O - Other

#### Pre-requisites

no pre-requisites

#### Prior knowledge and skills

Psychopathology and Psychological Consultation

#### The students intended learning outcomes (knowledge, skills and competences)

At the end of this course it is intended that students have acquired:

- Knowledge of cognitive-behavioral theoretical models specific to the most common Psychological conditions in children, adolescents and adults;
- Assessment skills for the most common disorders and psychological problems in childhood, adolescence and adults;
- Knowledge about conceptualization and formulation of clinical cases in light of cognitive-behavioral theoretical models;
- Knowledge about the specific clinical intervention for the most common psychological conditions

## Syllabus

The contents of this course are focused on two parts. The first part is centred on CBT of the main psychological problems in childhood (such as behaviours of disobedience and aggression or enuresis). The contents of this part include The cognitive-behavioural theoretical framework of each problem, the procedures and assessment tools, and the main psychological interventions for this problem. The second part of this course is focused on the CBT of the main psychological disorders of adolescents and adults (e.g., anxiety disorders, mood disorders, obsessive-compulsive spectrum disorders, posttraumatic stress disorder, feeding behaviour disorders and major sexual dysfunctions). As for the first part, these disorders are described and conceptualized in light of the cognitive-behavioural theoretical models. Students are provided with knowledge about procedures and assessment tools as well as the main therapeutic interventions for these disorders.

---

## Teaching methodologies (including evaluation)

In the theoretical lessons, we use the lecture method to encourage debate and discussion. Slides are projected for organizing the subjects. Illustrative clinical cases are also presented. Students, in the theoretical-practical lessons, analyze and discuss clinical cases and participate in role-play exercises. During the semester students work individually and in groups.

The evaluation of the course unit is continuous with a final exam. Assessment methodologies include (1) completion of a knowledge test (70%) and (2) delivery and presentation of a workgroup (5 elements) (30%). The theme of the work will be assigned by the teacher. Students who obtain a total grade of 10 or higher are exempt from the final exam.

---

## Main Bibliography

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing

Barlow, D. H. (2014). *Clinical handbook of psychological disorders: A step by step treatment manual*. (5th ed.). New York: The Guildford Press

Dobson, K. S. (Ed). (2010). *Handbook of cognitive-behavioral therapies* (3rd.). New York: The Guildford Press

Leahy, R. L. (2017). *Cognitive therapy techniques: A practitioner's guide*. (2 ed.). New York: The Guildford Press.

Tolin, D. F., (2016). *Doing CBT. A comprehensive guide to working with behaviors, thoughts and emotions*. New York: The Guildford Press.

During the semester specific and complementary bibliography for each issue is indicated in de summary and provided to the students.