

---

**Ano Letivo** 2021-22

---

**Unidade Curricular** MODELOS COGNITIVOS-COMPORTAMENTAIS

---

**Cursos** PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE (2.º ciclo)  
NEUROCIÊNCIAS COGNITIVAS E NEUROPSICOLOGIA (2.º ciclo) (\*)  
ESPECIALIZAÇÃO DE NEUROPSICOLOGIA

(\*) Curso onde a unidade curricular é opcional

---

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

---

**Código da Unidade Curricular** 15111035

---

**Área Científica** PSICOLOGIA

---

**Sigla**

---

**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	T; TP	T1; T2; TP1; TP2	24T; 24TP
Cláudia Isabel Guerreiro Carmo	OT; T; TP	T1; T2; TP1; TP2; OT1; OT2	15T; 15TP; 10OT

\* 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	S1	19.833333333333T; 19.833333333333TP; 5OT	140	5

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

**Precedências**

Sem precedências

**Conhecimentos Prévios recomendados**

Noções básicas sobre os paradigmas da aprendizagem.

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

Na conclusão desta unidade curricular os alunos deverão ser capazes de: conhecer os paradigmas subjacentes ao modelo cognitivo-comportamental; conhecer os aspetos teóricos relativos ao processo de intervenção; compreender a importância de conceptualizar o processo de intervenção como um todo, onde a avaliação, a formulação e o programa de tratamento surgem indissociáveis; compreender a importância da conceptualização de casos clínicos de acordo com os modelos teóricos; conhecer os fundamentos teóricos e científicos das principais metodologias de intervenção cognitivo-comportamental; desenvolver competências de avaliação cognitivo-comportamental e desenvolver competências de intervenção através do treino das principais metodologias cognitivo-comportamentais.

---

### **Conteúdos programáticos**

1. O processo de intervenção clínica na terapia cognitivo-comportamental (métodos e técnicas de avaliação; análise funcional; formulação de casos; objetivos de intervenção; metodologias de intervenção e estabelecimento de programas de intervenção).
  2. As terapias comportamentais: contexto de emergência e evolução; emergência das terapias cognitivas; terapias cognitivo-comportamentais de terceira geração.
  3. Os paradigmas subjacentes à terapia cognitivo-comportamental (condicionamento clássico, operante, coberto, aprendizagem social, processamento da informação, construtivismo, mindfulness, terapia para a aceitação e o compromisso, terapia focada na compaixão e transdiagnóstico).
  4. Metodologias terapêuticas e baseadas nos paradigmas: competências sociais e assertividade; treino auto-instrucional (Meichenbaum); terapia de resolução de problemas (D' Zurilla e Nezu); teoria e terapia cognitiva (Beck); terapia racional emotiva (Ellis).
- 

### **Metodologias de ensino (avaliação incluída)**

As aulas teóricas recorrem ao método expositivo, incentivando o debate e a discussão dos conteúdos lecionados. São apresentados casos clínicos para ilustrar os conteúdos lecionados. Nas aulas teórico-práticas recorre-se à análise e formulação de casos em pequenos grupos, observação de modelos, realização de role-play em sala de espelho unidirecional e feedback positivo. As aulas de orientação tutorial destinam-se ao acompanhamento dos trabalhos de grupo e esclarecimento de dúvidas.

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**

Beck, A. T, Rush, A., J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1987). *Cognitive Therapy of Depression*. New York: Guilford Press.

*Ellis, A., & Grieger, R. (1981). Handbook of rational-emotive therapy*. New York: Springer Publishing.

Frank, R., & Davidson, J. (2014). The transdiagnostic road map to case formulation and treatment planning. Pratical guidance for clinical decision making. Okland: New Harbinger Publications, Inc.

Kabat-Zinn, J., & Williams, J. M. (2013). *Mindfulness. Diverse Perspectives on its Meaning Origins and Applications*. New York: Routledge.

Kazantzis, N., Reinecke, M. A. & Freeman, A. (Ed.).( 2010). *Cognitive and behavioral theories in clinical practice*. New York: Guildford Press.

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

Nezu, A. M., Nezu, C. M., & D´Zurilla, T. J. (2013). *Problem-solving therapy: A treatment manual*. New York: Springer Publishing Company, LLC.

---

**Academic Year** 2021-22

---

**Course unit** COGNITIVE BEHAVIORAL MODELS

---

**Courses** CLINICAL AND HEALTH PSYCHOLOGY  
Common Branch  
COGNITIVE NEUROSCIENCE AND NEUROPSYCHOLOGY (\*)  
SPECIALIZATION IN NEUROPSYCHOLOGY

(\*) Optional course unit for this course

---

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

---

**Main Scientific Area**

---

**Acronym**

---

**CNAEF code (3 digits)** 311

---

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

---

**Language of instruction** Portuguese.

**Teaching/Learning modality**

Presential.

**Coordinating teacher**

Antónia Maria Jimenez Ros

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
Antónia Maria Jimenez Ros	T; TP	T1; T2; TP1; TP2	24T; 24TP
Cláudia Isabel Guerreiro Carmo	OT; T; TP	T1; T2; TP1; TP2; OT1; OT2	15T; 15TP; 10OT

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

**Contact hours**

T	TP	PL	TC	S	E	OT	O	Total
19.833333333333	19.833333333333	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**

Understanding learning paradigms.

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

At the conclusion of this curricular unit students should be able to: know the paradigms underlying the cognitive-behavioral model; know the theoretical aspects related to the intervention process; Understand the importance of conceptualizing the intervention process as a whole, where the assessment, formulation and treatment program appear in an inseparable way; understand the importance of the conceptualization of the clinical cases according to the theoretical models; know the theoretical and scientific foundations of the main cognitive-behavioral intervention methodologies; develop cognitive-behavioral assessment skills and develop intervention skills through the training of the main cognitive-behavioral methodologies.

## Syllabus

1. The process of clinical intervention in cognitive-behavioral therapy (evaluation methods and techniques; functional analysis; case formulation; intervention objectives; intervention methodologies and establishment of intervention programs).
  2. Behavioral therapies: emergency context and evolution; emergence of cognitive therapies; third-generation cognitive-behavioral therapies.
  3. The paradigms underlying cognitive-behavioral therapy (classical conditioning, operant, covered, social learning, information processing, constructivism, mindfulness, therapy for acceptance and commitment, compassion focused therapy and transdiagnosis).
  4. Therapeutic methodologies based on these paradigms: social skills and assertiveness; self-instructional training (Meichenbaum); problem solving therapy (D'Zurilla and Nezu); theory and cognitive therapy (Beck); emotional rational therapy (Ellis).
- 

## Teaching methodologies (including evaluation)

Theoretical lessons use the expository method, encouraging debate and discussion of the contents taught. Clinical cases are presented to illustrate the contents taught. In theoretical-practical lessons we use case analysis and formulation in small groups, model observation, role-play in a one-way mirror room and positive feedback. The tutorial lessons are designed to follow group work and clarify doubts. The evaluation of the course unit is continuous with final exam. Assessment methodologies include: (1) completion of a knowledge test (70%) and (2) delivery and presentation of a work group (5 element) (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

- Beck, A. T, Rush, A., J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1987). *Cognitive Therapy of Depression*. New York: Guilford Press.
- Ellis, A., & Grieger, R. (1981). *Handbook of rational-emotive therapy*. New York: Springer Publishing.
- Frank, R., & Davidson, J. (2014). *The transdiagnostic road map to case formulation and treatment planning. Practical guidance for clinical decision making*. Okland: New Harbinger Publications, Inc.
- Kabat-Zinn, J., & Williams, J. M. (2013). *Mindfulness. Diverse Perspectives on its Meaning Origins and Applications*. New York: Routledge.
- Kazantzis, N., Reinecke, M. A. & Freeman, A. (Ed.).( 2010). *Cognitive and behavioral theories in clinical practice*. New York: Guildford Press.
- Leahy, R. L. (2017). *Cognitive therapy techniques: A practitioner's guide*. (2nd ed.). New York: The Guildford Press.
- Nezu, A. M., Nezu, C. M., & D'Zurilla, T. J. (2013). *Problem-solving therapy: A treatment manual*. New York: Springer Publishing Company, LLC.