

Unidade Curricular/Curricular Unit

ECTS

Intervenção Psicoterapêutica/ Psychotherapeutic Intervention

6

Objetivos de Aprendizagem e competências a desenvolver / Objectives of the curricular unit and competencies to be developed

PT

A unidade curricular “Intervenção Psicoterapêutica” pretende constituir-se como uma abordagem introdutória aos modelos e métodos de intervenção psicoterapêutica dos diferentes paradigmas em Psicologia. A finalidade da UC é familiarizar os alunos com os diferentes paradigmas de intervenção psicoterapêutica, suas principais orientações teóricas e filosóficas, seus modelos, métodos e técnicas terapêuticas específicos.

Os objetivos específicos são:

- reconhecer e identificar as diferenças entre paradigmas terapêuticos
- compreender que nenhum paradigma por si só explica a totalidade do ser humano
- conhecer os fatores que geram a mudança terapêutica
- dominar competências básicas de atendimento e aconselhamento
- compreender que a profissão de psicoterapeuta exige uma formação específica pós-graduada, e ser capaz de fazer uma escolha informada.

Competências a desenvolver:

1. Conhecer e distinguir os principais modelos psicoterapêuticos praticados em Portugal, seus fundamentos teóricos e suas técnicas específicas.
2. Reconhecer os fatores que geram a mudança terapêutica e conhecer a investigação empírica associada
3. Promover a relação terapêutica através da utilização de competências básicas de atendimento e de aconselhamento
4. Procurar e reconhecer formação específica na área das psicoterapias

EN

The unit aims to be an introductory approach to models and methods of different psychotherapeutic paradigms in psychology. The main goal is to familiarize students with the different paradigms of psychotherapeutic intervention, its major theoretical and philosophical orientations, its models, methods and specific therapeutic techniques.

The specific objectives are:

- Recognize and identify differences between the paradigms
- Understand that no paradigm alone explains the totality of human behaviour
- Identify the factors that produce therapeutic change
- Mastering basic counselling skills - Understand that the profession of psychotherapist requires a specific post-graduate training, and be able to make an informed choice.

Competencies to be developed

1. Learn about the main psychotherapeutic models their theoretical foundations and their specific techniques.
2. Learn the factors that produce therapeutic change and the empiric research behind this knowledge
3. Promote the therapeutic relationship through the use of basic counselling skills.
4. Search and identify adequate specific post graduate training in psychotherapy

Conteúdos programáticos / Syllabus

PT

1. Principais paradigmas em psicoterapia, conceção filosófica, principais modelos e estratégias terapêuticas: paradigma psicanalítico, paradigma cognitivo-comportamental, paradigma humanista e paradigma sistémico.
2. Investigação e psicoterapia: critérios que definem a efetividade das intervenções em psicoterapia. O que realmente funciona em psicoterapia. Como e quando referenciar para outro técnico de saúde
3. Competências básicas de atendimento e aconselhamento
4. Critérios nacionais e europeus para acreditação de psicoterapeutas. Critérios para a formação pós-graduada de psicólogos especialistas em psicoterapia. Formação pós-graduada em psicoterapia

EN

1. The four key paradigms in psychotherapy: its philosophical background, main models and therapeutic strategies: psychoanalysis, cognitive-behavioural therapies, systemic and humanist approaches
2. Research and psychotherapy: criteria to define the effectiveness of psychotherapies. What really works in therapy. How and when to refer to other health professionals.
3. Basic micro counselling skills
4. National and European criteria for psychotherapists accreditation. Training standards for psychologist specialized in Psychotherapy. Search and identify post graduate training opportunities.