



## Regulamento

**2025\_2027**

### Objetivos

- Assegurar uma formação abrangente e de qualidade em Terapias Cognitivo-Comportamentais (TCC), desenvolvendo **competências de avaliação, formulação e intervenção terapêutica**, ao nível da **especialização em adultos** ou da **especialização em crianças e adolescentes**.
- Capacitar os/as formandos/as para aplicar conhecimentos, competências e ferramentas úteis no domínio das TCC e seus desenvolvimentos mais recentes (terapias de 3ª geração), nos mais diversos contextos de intervenção (e.g., clínicas, escolas, centros hospitalares, centros de saúde, serviços na comunidade, lares, Instituições Particulares de Solidariedade Social [IPSS]). Entre estas competências incluem-se: avaliação cognitivo-comportamental, elaboração de histórias clínicas, formulação de caso, elaboração de propostas terapêuticas, planeamento e desenvolvimento de ações formativas e pedagógico-científicas nas áreas em questão.
- Habilitar os/as formandos/as à obtenção de **Acreditação como Psicoterapeuta Cognitivo-Comportamental** perante a Associação Portuguesa de Terapia do Comportamento (APTC), a *European Association for Behaviour and Cognitive Therapies* (EABCT) a Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP).

### Grau atribuído

Especialização em Terapias Cognitivo-Comportamentais com Adultos ou Especialização em Terapias Cognitivo-Comportamentais com Crianças e Adolescentes.

## Número de Vagas

Inscrições limitadas a um mínimo e máximo por vertente (Adultos e Crianças/Adolescentes).

## Destinatários

Psicólogos/as, Psiquiatras e Pedopsiquiatras (especialistas ou internos/as) que sejam sócios/as da APTC<sup>1</sup>.

## Período de formação

Março de 2025 a Outubro de 2027

## Estrutura da formação

O curso perfaz um total de **750 horas**, seguindo as normas e requisitos exigidos pela EABCT e pela OPP. As 750 horas da formação estão distribuídas por três componentes:

- 450 horas de **Formação Teórico-Prática**, lecionadas neste curso
- 100 horas de **Desenvolvimento Pessoal**, providenciadas por este curso
- 200 horas de **Supervisão**, obtidas externamente, mas em estreita colaboração com este curso

A **Formação Teórico-Prática** subdivide-se em 3 Níveis que ocorrem **sequencialmente**:

**Nível 1 • Introdução às TCC, Fundamentos Teóricos, Processo Terapêutico e Questões Gerais de Psicopatologia (96h)**

**Nível 2 • Psicopatologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental com Adultos (208h)**

**OU**

**Nível 2 • Psicopatologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental com Crianças e Adolescentes (208h)**

**Nível 3 • TCC 3ª Geração (104h)**

A formação teórico-prática inclui 42 horas de trabalho autónomo para estudo, desenvolvimento de Histórias Clínicas e elaboração de um Estudo de Caso, perfazendo o total de 450 horas.

---

<sup>1</sup> Os candidatos que não sejam, ainda, sócios da APTC, podem tornar-se sócios no momento da inscrição.

Os Níveis 1 e 3 constituem um **Tronco Comum** às duas vertentes da formação, TCC em Adultos & TCC em Crianças e Adolescentes, i.e., as aulas que o constituem são lecionadas aos/às formandos/as de ambas as especializações, em simultâneo. O Nível 2 é **específico** da formação na vertente Adultos ou na vertente Crianças e Adolescentes, sendo lecionado em paralelo.

O **Desenvolvimento Pessoal** (100 horas), também Tronco Comum, inclui dois programas de intervenção baseados no *mindfulness* e na compaixão, bem como aulas específicas focadas na autoconsciência das barreiras dos/as psicoterapeutas, bem como das suas necessidades de autocuidado, decorrendo ao longo dos 3 anos de formação. Estas aulas serão lecionadas ao grupo constituído pelos/as formandos/as de ambas as vertentes. No entanto, os/as formando/as dividir-se-ão por dois grupos (independentemente da vertente) para a frequência dos dois programas de *mindfulness* e compaixão.

A **Supervisão de Casos Clínicos** (200 horas) deverá ser organizada autónoma e externamente pelos/as formandos/as, e deverá ser concluída, idealmente, até um ano após o término do curso. É da responsabilidade dos/as formandos/as realizarem esta supervisão, individualmente ou em pequenos grupos, recorrendo, pelo menos, a três supervisores/as acreditados/as pela APTC, cuja lista e contactos a Coordenação do curso disponibilizará. O custo desta supervisão não está incluído neste curso e é estabelecido entre os supervisores e os alunos. Para efeito de contabilização de horas de supervisão, os/as formandos/as poderão fazer prova de até 50 horas de supervisão realizada anteriormente ao início do curso, desde que esta tenha sido realizada com supervisores/as acreditados/as pela APTC que continuem a ser sócios/as com as quotas em dia.

As aulas decorrerão fundamentalmente num formato **online** através da plataforma zoom. Contudo, para promover a experiência de aprendizagem, estão previstas aulas e retiros em formato exclusivamente **presencial**, em Coimbra, ao longo dos três anos (2 fins-de-semana por ano mais um retiro final no curso).

Apresenta-se, em seguida, o cronograma do programa e forma como este se distribui ao longo dos 3 anos nas vertentes **Adultos** e **Crianças e Adolescentes**. Salva-guar-da-se a possibilidade de serem efetuadas alterações nas datas e temas das aulas por motivos de força maior.

# Cronograma

## Vertente Adultos

	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maió	Junho	Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro
2025			Nível 1 • Fundamentos e pressupostos da TCC, psicopatologia, ética e processo psicoterapêutico [72h]							Nível 1 • (continuação) [24h]		Nível 2 • TCC Adultos [32h]
							DESENV. PESSOAL 8h Presencial					
							Nível 1 8 h Presencial			Nível 1 16 h Presencial		
2026	Nível 2 • TCC Adultos (continuação) [120h]								Nível 2 • TCC Adultos (continuação) [56h]			
									DESENVOLVIMENTO PESSOAL MBSR [28h] – Grupo 1		DESENVOLVIMENTO PESSOAL - MBSR [28h] – G2	
					Nível 2 16 h Presencial					Retiro G1- 8h Presencial		Retiro G2- 8h Presencial
2027	Nível 3 • TCC 3ª Geração [104h]											
		DESENVOLVIMENTO PESSOAL – MSC [32h] -G1		DESENVOLVIMENTO PESSOAL – MSC [32h] -G2					DESENVOLVIMENTO PESSOAL Autocuidado & Retiro Final [32h]			
			Nível 3 16 h Presencial	Retiro G1- 8h Presencial	Retiro G2 - 8h Presencial					Retiro Final – 8h Presencial		

**Desenvolvimento Pessoal:** os programas **MBSR** (*Mindfulness-Based Stress Reduction*) e **MSC** (*Mindful Self-Compassion*) decorrem em 2 grupos de formandos /as de ambas as vertentes (G1 e G2).

**Nota:** Há ainda 42 horas de trabalho autónomo não letivo ao longo do Nível 2 e 3 de formação teórico-prática.

# Cronograma

## Vertente Crianças e Adolescentes

	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maió	Junho	Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro	
2025			Nível 1 • Fundamentos e pressupostos da TCC, psicopatologia, ética e processo psicoterapêutico [72h]						Nível 1 • (continuação) [24h]		Nível 2 • TCC Crianças e Adolescentes [32h]		
							DESENV. PESSOAL 8h Presencial						
							Nível 1 8 h Presencial			Nível 1 16 h Presencial			
2026	Nível 2 • TCC Crianças e Adolescentes (continuação) [120h]								Nível 2 • TCC Crianças e Adolescentes (continuação) [56h]				
									DESENVOLVIMENTO PESSOAL MBSR [28h] – Grupo 1		DESENVOLVIMENTO PESSOAL - MBSR [28h] – G2		
					Nível 2 16 h Presencial					Retiro G1- 8h Presencial		Retiro G2- 8h Presencial	
2027	Nível 3 • TCC 3ª Geração [104h]												
		DESENVOLVIMENTO PESSOAL – MSC [32h] -G1		DESENVOLVIMENTO PESSOAL – MSC [32h] -G2					DESENVOLVIMENTO PESSOAL Autocuidado & Retiro Final [32h]				
			Nível 3 16 h Presencial	Retiro G1- 8h Presencial	Retiro G2 - 8h Presencial					Retiro Final – 8h Presencial			

**Desenvolvimento Pessoal:** os programas **MBSR** (*Mindfulness-Based Stress Reduction*) e **MSC** (*Mindful Self-Compassion*) decorrem em 2 grupos de formandos/as de ambas as vertentes (G1 e G2).

**Nota:** Há ainda 42 horas de trabalho autónomo não letivo ao longo do Nível 2 e 3 de formação teórico-prática.

## Regime de Faltas

Para obtenção do Certificado de Especialização em TCC exige-se a presença efetiva mínima em 80% das aulas teórico-práticas *online*, 75% das aulas teórico-práticas presenciais, e 80% das horas de desenvolvimento pessoal, ressalvando que os programas de desenvolvimento pessoal (MBSR e MSC) têm o seu próprio sistema de exigência de presenças para obtenção de respetivo certificado – 2 sessões em 8, com retiro obrigatório.

Nas aulas em formato *online* é esperado um comportamento ético e responsável dos/as formandos/as, traduzido numa presença efetiva nas sessões da formação, não realizando outras tarefas, e não desviando ou desligando a câmara. Assim, os/as formandos/as devem manter a câmara ligada durante toda a aula e aparecer de forma visível e comprometida, como se de uma aula presencial se tratasse, com o primeiro e último nome na imagem para serem reconhecidos/as durante as verificações aleatórias de presença. Não haverá lugar a aulas gravadas.

As presenças são validadas pelo Secretariado ou Coordenação podendo ser atribuída meia presença no caso do/a formando/a estar presente apenas da parte da manhã ou da parte da tarde. Não se considera presença se o/a formando/a estiver presente menos de metade destes períodos, mas não será impedido/a de entrar na aula e participar o tempo que conseguir estar. As faltas não carecem de justificação. É da responsabilidade do/a formando/a garantir que a presença foi registada nos casos em que se atrase nas aulas presenciais.

As presenças serão contabilizadas por duas vias simultâneas: via automática, através do registo no Zoom com o email que foi fornecido à FETCC; e monitorizações aleatórias por parte da FETCC ao longo da aula, de modo a assegurar que as câmaras se encontram ligadas e os/as formandos/as estão, efetivamente, presentes na aula. A FETCC salvaguarda-se o direito de não considerar presença aos/às formandos/as que tiverem entrado no Zoom com um email diferente do que foi fornecido na inscrição ou caso nas monitorizações se encontrem com a câmara desligada, ausentes ou a realizar tarefas simultâneas que não seriam compatíveis com uma aula presencial.

As informações de faltas poderão ser fornecidas, a pedido do/a formando/a, por e-mail, apenas no final de cada nível de formação, devendo o/a formando/a ser responsável por contabilizar as suas presenças e faltas autonomamente.

## Avaliação

É esperado que o/a formando/a demonstre **compreensão dos aspetos teóricos da TCC** e das suas **aplicações** através da aprovação em cada um dos momentos de avaliação ao longo da formação. A

**compreensão da prática baseada na evidência** será avaliada através de (com a ponderação na nota final) , considerando: (i) testes de escolha múltipla realizados on-line ao longo da formação (50%); (ii) um estudo de caso com revisão de literatura e evidência científica (máximo 7000 palavras) (25%); e (iii) duas histórias clínicas de diagnósticos diferentes com intervenção TCC, escritas e apresentadas durante a supervisão (máximo 5000 palavras) (12,5% cada).

A nota mínima para aprovação nos testes será de 60% e a nota mínima nas histórias clínicas e estudo de caso será de 12 valores. Nos testes, os/as formandos/as poderão dispor de apenas uma oportunidade de realizar o teste em recurso, se não obtiverem aprovação ou não tiverem comparecido na data do teste, e mediante o pagamento de 20€. Não são permitidas melhorias de notas. Os testes são propriedade da APTC e não podem ser consultados.

A nota final somará cada componente de avaliação com respetiva ponderação num valor até 20.

### Propinas e formas de pagamento parcial

Os/As formandos/as poderão realizar o pagamento da formação de acordo com as seguintes opções:

Prestações	Valor da propina	Valor total	Data prevista de pagamento
3	1,500€	4,500€	Março de 2025, Janeiro 2026, Janeiro 2027
6	800€	4,800€	Março e Julho de 2025, Jan e Julho de 2026 e 2027
12	425€	5,100€	Março, Maio, Julho, Outubro de 2025 Janeiro, Abril, Julho, Outubro de 2026 e 2027
32	180€	5,760€	Todos os meses de Março de 2025 a Outubro 2027

**Nota:** O pagamento deverá ser feito até ao final da 1ª semana do período a que se refere, exceto a 1ª propina.

Será cobrada uma **taxa de candidatura** de 250€ (valor não reembolsável em caso de desistência).

A ausência de pagamento atempado da propina levará ao não envio de link nem material de apoio das aulas, até à regularização da situação.

Não são efetuadas devoluções por desistência antes do período previamente acordado na modalidade de pagamento (por exemplo, se foi escolhida modalidade de pagamento anual e houve desistência a meio do ano, o valor pago não será ressarcido).

### Pagamento por transferência Bancária

Nº Conta 0809002710930 | IBAN: PT50 0035 0809 00002710930 97

## Local da Formação

As aulas no formato **online** decorrerão na plataforma zoom, habitualmente, com frequência quinzenal, aos sábados, e, excecionalmente, ao domingo, em sessões de 8h (**presenças obrigatórias em 80%**).

As aulas **presenciais** decorrerão em Coimbra em local a designar, habitualmente ao sábado e, excecionalmente, ao domingo, em sessões de 8h (**obrigatórias em 75%**).

## Candidaturas

Os/As formandos/as interessados/as deverão preencher o Formulário de Candidatura à FETCC (<https://forms.gle/5EqjEDQZQaZxyA9kg>). Este deverá ser acompanhado dos seguintes documentos:

- *Curriculum vitae* (até 4 páginas, letra 12, espaço 1,5, margens 2,5)
- Certificado de Habilitações
- Comprovativo de pagamento da taxa de candidatura de 250€

Os documentos de candidatura à FETCC e o comprovativo de pagamento da taxa de inscrição devem ser enviados para [fetccaptc@gmail.com](mailto:fetccaptc@gmail.com), com indicação no assunto do e-mail: "Candidatura FETCC e o nome completo do/a formando/a".

## Processo de Seleção dos Formandos

O processo de seleção de formandos/as é realizado pela Coordenação Pedagógica de acordo com as seguintes fases:

- 1ª fase: Receção das candidaturas (**15 Janeiro a 20 Fevereiro 2025**)
- 2ª fase: Análise das candidaturas atendendo aos critérios (até 28 de Fevereiro 2025):
  - 1º) Ser sócio/a da APTC (*oferta da quota do 1º ano de formação*)
  - 2º) Preenchimento dos requisitos de formação de base
  - 3º) Análise curricular e sua coerência para os objetivos do curso
  - 4º) Data de inscrição

## Coordenação Científico-Pedagógica

Maria do Céu Salvador



## **Coordenação Pedagógica**

Cátia Priscila Martins

Susana Veloso

Paulo Pimentel

## **Secretariado**

Lara Pedro

## **Informações**

[fetccaptc@gmail.com](mailto:fetccaptc@gmail.com)