



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, Organizações não Governamentais [ONG], 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 Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP), a Ordem dos Médicos (OM) e a *European Association for Behaviour and Cognitive Therapies* (EABCT).

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 APTC¹.

Período de formação

Maço 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**
- 100 horas de **Desenvolvimento Pessoal**
- 200 horas de **Supervisão**

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 em Adultos (208h)
OU

Nível 2 • Psicopatologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental, 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.

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.

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

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, das necessidades e autocuidado dos/as terapeutas, 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 a supervisores/as acreditados/as pela APTC e cuja lista e contactos a Coordenação do curso disponibilizará. 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 em formato **presencial**, em Coimbra, ao longo dos três anos, que não terão acesso por videoconferência (zoom), pelo que os/as formandos/das deverão deslocar-se a esta cidade para assistir a estas aulas.

Nas aulas em formato online é esperado um comportamento ético dos/as formandos/as, traduzido numa presença efetiva na sessão de formação, evitando realizar outras tarefas, bem como desviar ou desligar a câmara.

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 em 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 certificado – 2 sessões em 8, com retiro obrigatório.

Nas aulas *online* 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, e com o primeiro e último nome na imagem para serem reconhecidos/as durante as verificações aleatórias de presença.

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/as 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): (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 60% (corresponde a 12 valores). Os/As formandos/as poderão repetir o teste no recurso uma única vez, apenas se não obtiverem aprovação ou não tiverem comparecido no teste e mediante o pagamento de 20€. Não são permitidas melhorias de notas. Os testes são propriedade da APTC 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/5EqjEDQZQaZxyAgk9>). 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, 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