

4ª Edição- A INTERVENÇÃO NAS PERTURBAÇÕES DEPRESSIVAS.

1. Perturbações do Humor. Afinal, em que consistem?

a. Compreensão da dinâmica da pessoa deprimida

i. Os pensamentos, as emoções e os comportamentos

ii. O ciclo negativo da perturbação depressiva

b. Consequências físicas e cognitivas

2. Estratégias de reestruturação cognitiva

a. Compreensão da dinâmica cognitiva

b. Compreensão da dinâmica emocional

3. Discussão de casos clínicos

4. Técnicas de intervenção

a. Recolha de informação

b. Registos de pensamentos irracionais

c. A reestruturação cognitiva

d. Estratégias imagéticas

e. Estratégias emocionais

f. Estratégias comportamentais

Valor: 60€ por formação.

80€ se inscrever nas duas formações(workshop Ansiedade e da Depressão)

FORMADORES: DR. MIGUEL RICOU E DRA. CRISTINA CAMPOS