

DISCIPLINA	CONTEÚDO	DATA	PROFESSOR(A)
Fundamentos da DBT e Modelo Biossocial	Origem e desenvolvimento da DBT: contexto histórico e bases científicas. Princípios fundamentais da Terapia Comportamental Dialética. Teoria biossocial da desregulação emocional. Estrutura do tratamento (individual, grupo, coaching telefônico, equipe de consultoria). Compreensão dos estágios e alvos terapêuticos.	22/08/2026	Gésica
Estrutura do Tratamento e Alvos Terapêuticos	Organização do tratamento em estágios (1 a 4). Hierarquia de alvos clínicos (suicídio, comportamentos que interferem na terapia, qualidade de vida e aquisição de habilidades). Estratégias de engajamento e contrato terapêutico. Monitoramento de comportamentos: diário de registro (diary card). Introdução ao raciocínio dialético.	19/09/2026	Ana Elias
Princípios Dialéticos e Estratégias de Validação	O pensamento dialético na prática clínica. O uso de síntese para resolução de dilemas. Seis níveis de validação. O equilíbrio entre aceitação e mudança.	17/10/2026	Caio



Acesse o site da sua pós-graduação

DISCIPLINA	CONTEÚDO	DATA	PROFESSOR(A)
Estratégias de Mudança na DBT	Princípio dialético: equilíbrio entre aceitação e mudança. Estratégias baseadas em mudança na DBT. Análise em cadeia: identificação de vulnerabilidades, gatilhos e consequências. Solução de problemas: passos estruturados e treino com pacientes. Treino de habilidades: modelagem, role-play, reforço e generalização. Exposição: manejo de emoções dolorosas e redução da esquiva experiencial. Uso de contingências para fortalecer comportamentos-alvo. Integração de mudança com validação e aceitação. Exemplos clínicos e exercícios práticos.	21/11/2026	Gésica
Mindfulness I: Habilidades Fundamentais	Mindfulness como pilar da DBT. Habilidades "O quê" (observar, descrever, participar). Habilidades "Como" (sem julgamento, com mente única, eficazmente). Exercícios práticos para treino em grupo e individual.	12/12/2026	Larissa
Mindfulness II: Aplicações Avançadas	Mindfulness aplicado à regulação emocional e relacionamentos. Técnicas de meditação guiada e práticas informais. Mente sábia, mente emocional e mente racional. Mindfulness no setting terapêutico.	16/01/2027	Gésica



Acesse o site da sua pós-graduação

DISCIPLINA	CONTEÚDO	DATA	PROFESSOR(A)
Tolerância ao Mal-Estar I: Sobrevivência à Crise	Estratégias de distrair, autoacalmamento e melhorar o momento. Exercícios práticos com pacientes em crise. Avaliação do risco de suicídio. Técnicas de manejo imediato.	13/02/2027	Ana Elias
Tolerância ao Mal-Estar II: Aceitação Radical	Mindfulness da dor. Diferença entre sofrimento e dor inevitável. Exercícios de aceitação radical e disposição. Aplicações em traumas e perdas.	13/03/2027	Larissa
Regulação Emocional	Compreensão funcional das emoções. Identificação, rotulação e monitoramento. Redução da vulnerabilidade emocional (PLEASE). Estratégias para mudar emoções dolorosas. Construção de uma vida que valha a pena.	17/04/2027	Gésica



Acesse o site da sua pós-graduação

DISCIPLINA	CONTEÚDO	DATA	PROFESSOR(A)
Eficácia Interpessoal	Estratégias DEAR MAN, GIVE e FAST. Definição de objetivos em relações interpessoais. Treino de habilidades sociais no grupo. Equilíbrio entre necessidades próprias e do outro	15/05/2027	Ana Elias
Estratégias Avançadas da DBT	Análise em cadeia e solução de problemas. Técnicas de exposição na DBT. Estratégias de irreverência e contingências. Manejo de automutilação e suicídio. Intervenções para comorbidades (TEPT, TDAH, abuso de substâncias).	19/06/2027	Gésica
Implementação da DBT e Equipe de Consultoria	Estrutura e objetivos da equipe de consultoria. Acordos da equipe DBT. Estratégias para prevenção de burnout do terapeuta. Supervisão e prática baseada em evidências.	17/07/2027	Larissa



Acesse o site da sua pós-graduação

DISCIPLINA	CONTEÚDO	DATA	PROFESSOR(A)
Adaptações e Aplicações da DBT	DBT para adolescentes e famílias. DBT em grupos específicos (transtornos alimentares, uso de substâncias, prisões). DBT-PE (Prolonged Exposure) e DBT-ACES. Ética, limitações e futuro da DBT. Integração final e certificação.	14/08/2027	Gésica



Acesse o site da sua pós-graduação