



INSTITUTO  
INSPIRE



Anhanguera

---

P Ó S - G R A D U A Ç ã O

MINDFULNESS,  
TERAPIAS  
CONTEXTUAIS E  
NEUROCIÊNCIA



# INSTITUTO INSPIRE

O Instituto Inspire constitui-se como um centro de referência em educação superior em psicologia, dedicado à formação acadêmica, à qualificação profissional e ao desenvolvimento científico, com atuação nas áreas de cursos de extensão, especialização e pós-graduação. Sua proposta institucional fundamenta-se na integração entre mindfulness, neurociência e terapias contextuais, orientada por rigor científico, consistência teórica, compromisso ético e alinhamento às diretrizes contemporâneas da psicologia e da saúde mental, com o objetivo de formar profissionais capacitados para uma atuação técnica, crítica e responsável nos diferentes contextos de cuidado psicológico.

E  
R  
I  
P  
S  
Z  
I

# ANHANGUERA

A Anhanguera é uma instituição de educação superior de abrangência nacional, reconhecida por sua atuação consolidada na formação acadêmica e profissional em diversas áreas do conhecimento, incluindo as ciências da saúde e a psicologia. Com base em diretrizes educacionais sólidas e alinhamento às normativas do sistema educacional brasileiro, a instituição se dedica à oferta de cursos de graduação e pós-graduação orientados por critérios de qualidade acadêmica, responsabilidade social e compromisso com o desenvolvimento científico e profissional, contribuindo para a formação de profissionais capacitados para responder às demandas contemporâneas da sociedade.

Anhanguera



INSPIRE-SE COM OS  
MESTRES DA SUA ÁREA.  
PREPARE-SE PARA  
SER O PRÓXIMO.



coordenação

Dr. André  
Milian, Doutor

Referência na integração da  
mindfulness, terapias contextuais e  
Neurociências.



P Ó S - G R A D U A Ç ã O

# MINDFULNESS, TERAPIAS CONTEXTUAIS E NEUROCIÊNCIA



## 100% ONLINE

As aulas são gravadas e disponibilizadas de forma que você tenha a flexibilidade de assistir quando desejar.



## NETWORKING

Encontros ao vivo entre professores e os seus colegas para a discussão de temas específicos.



## ACESSO À BIBLIOTECA PEARSON:

A plataforma de livros digitais técnicos, científicos e acadêmicos.



## CERTIFICADO DE ENSINO SUPERIOR EM EXCELÊNCIA:

O seu certificado é emitido pela Anhanguera e pelos Instituto Inspire.



O QUE VOCÊ APRENDERÁ  
O QUE VOCÊ APRENDERÁ  
O QUE VOCÊ APRENDERÁ







## **1. Mindfulness na Prática Clínica**

Compreensão dos fundamentos teóricos, científicos e práticos do mindfulness aplicado ao contexto clínico. Análise das principais técnicas de atenção plena, da dimensão relacional da prática e de suas aplicações em diferentes quadros psicológicos, com foco no desenvolvimento da presença terapêutica, da regulação emocional e da atuação ética do profissional.

## **2. Princípios Básicos do Processo Terapêutico em Terapia Cognitivo-Comportamental**

Estudo dos fundamentos do processo terapêutico em Terapia Cognitivo-Comportamental, abordando a estrutura da psicoterapia, a relação terapêutica, a formulação de casos e os princípios básicos de intervenção. O conteúdo fornece uma base conceitual para a compreensão das terapias cognitivas e comportamentais contemporâneas.

## **3. Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT)**

Aprofundamento na Terapia de Aceitação e Compromisso como abordagem contextual e processual, explorando seus fundamentos filosóficos, epistemológicos e científicos. Análise dos processos centrais da flexibilidade psicológica, da formulação de casos e das aplicações clínicas da ACT em diferentes contextos psicopatológicos.





#### **4. Neurociência Aplicada à Psicoterapia**

Estudo dos fundamentos da neurociência e de sua interface com a psicologia clínica, com ênfase nos processos psicológicos universais. Integração entre dados neurocientíficos e prática psicoterapêutica, promovendo uma compreensão ética e científica dos mecanismos cerebrais envolvidos na mudança terapêutica.

#### **5. Ciência do Bem-Estar**

Análise dos principais modelos científicos do bem-estar psicológico, incluindo fatores emocionais, cognitivos, relacionais e comportamentais. Discussão das contribuições da psicologia positiva, da neurociência e das abordagens contemporâneas para a promoção da saúde mental e da qualidade de vida.

#### **6. Terapia Comportamental Dialética (DBT)**

Estudo teórico e prático da Terapia Comportamental Dialética, com foco em seus fundamentos, estrutura do tratamento e aplicações clínicas. Exploração dos módulos de habilidades – mindfulness, regulação emocional, tolerância ao mal-estar e efetividade interpessoal e de sua relevância para quadros de desregulação emocional.





## **7. Neurociências e Comportamento Humano**

Estudo dos fundamentos da neurociência e de sua interface com a psicologia clínica, com ênfase nos processos psicológicos universais. Integração entre dados neurocientíficos e prática psicoterapêutica, promovendo uma compreensão ética e científica dos mecanismos cerebrais envolvidos na mudança terapêutica.

## **8. Terapia Focada em Compaixão (TFC)**

Estudo dos fundamentos teóricos, evolutivos e neurocientíficos da Terapia Focada em Compaixão. Análise dos sistemas motivacionais, do papel da autocrítica, da vergonha e da afiliação, com ênfase no desenvolvimento de habilidades compassivas na prática clínica.

## **9. Terapia Baseada em Processos (PBT)**

Aprofundamento na Terapia Baseada em Processos como metamodelo integrativo da psicoterapia contemporânea. Estudo dos processos psicológicos transdiagnósticos e de sua aplicação na formulação de casos e no planejamento terapêutico, a partir de uma perspectiva científica e baseada em evidências.



## ESTRUTURA DO CURSO:



9 disciplinas de 40h



Protejo Integrador



100% online



Casos clínicos



Atividade avaliativa ao  
final de cada disciplina

# WEBCONFERÊNCIAS

2H



Encontro periódicos ao vivo com o professor



Estudo de caso clínico



Espaço para esclarecer dúvidas que surgiram ao longo da disciplina





INSTITUTO  
INSPIRE



Anhanguera

VAMOS  
TRANSFORMAR  
A SAÚDE  
JUNTOS?

