

Sob supervisão da Profa. Dra. Elizabeth J. Barham

Discentes: Cauana Maia Ladino e Tyfany Maia de Oliveira - 4º ano

BASE TEÓRICA

TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL (TCC)

Centra-se na identificação e modificação de comportamentos disfuncionais ao bem-estar do indivíduo, considerando habilidades de regulação emocional e padrões de pensamentos que auxiliarão na resolução de desafios e na aquisição da saúde mental.

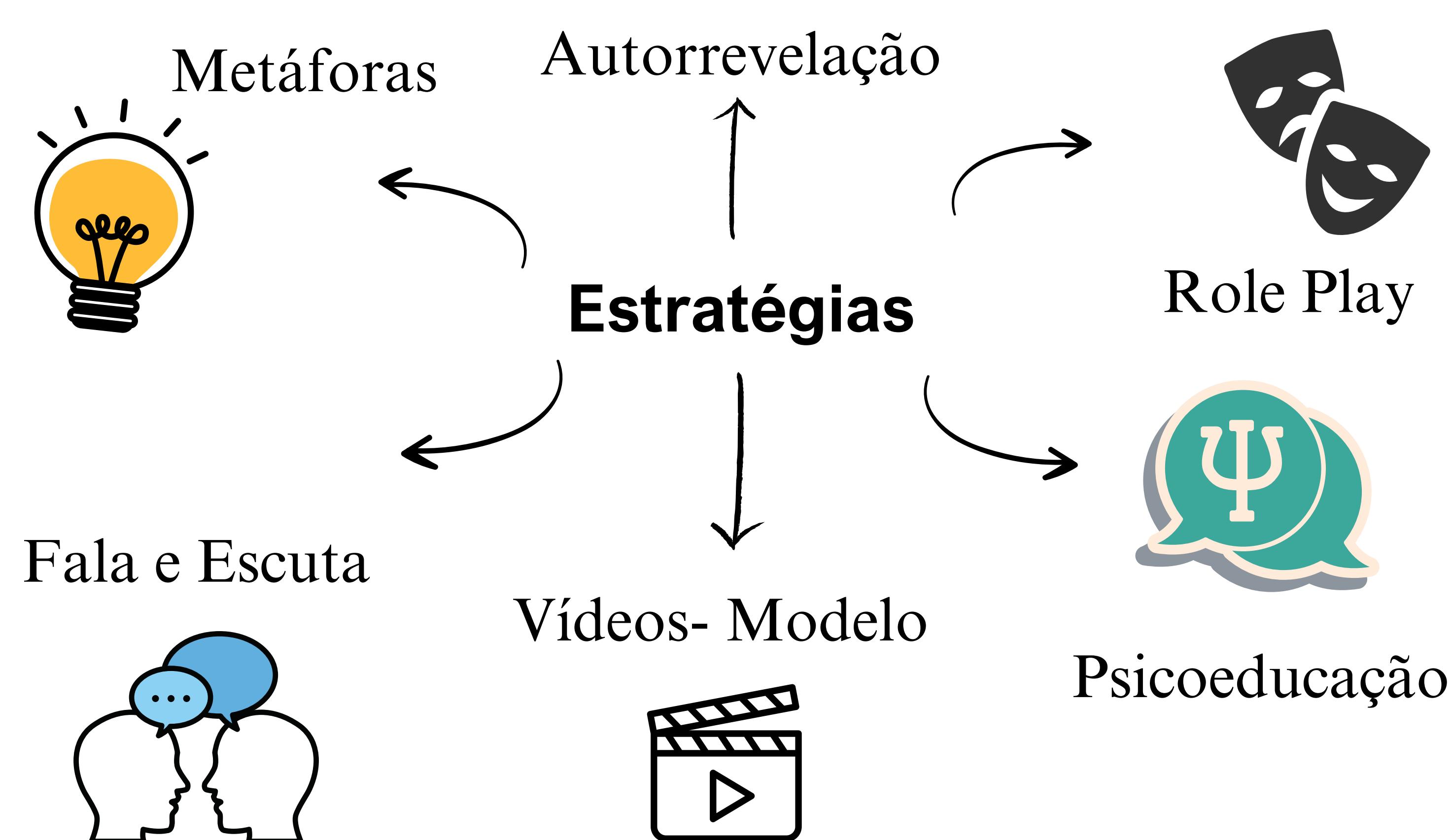
O QUE É COPARENTALIDADE?

A relação coparental envolve o suporte prático e emocional que cada membro da diáde coparental oferece ao outro na organização e execução das tarefas envolvendo a educação do(a) seu(sua) filho(a).

SPC (SOMAR PARA CRIAR)

Lema usado para enfatizar o trabalho em equipe, para criar as condições de um relacionamento com segurança emocional, que consiste em: identificar seus **sentimentos** (S), modificar **pensamentos** negativos (P) e usar boas estratégias e habilidades de **comunicação** (C) com seu parceiro.

MÉTODO



ROTINA

1º Semestre

- Leitura da bibliografia
- Ensaio dos encontros
- Treinamento dos estagiários
- Criação de material e divulgação

2º Semestre

- Preparação e condução dos encontros semanais com os casais (intervenção em grupo) no período noturno de forma presencial na UFSCar
- Assistência de facilitadores
- Avaliação do encontro (após as sessões)

RESULTADOS

- Desistência de dois casais, mas uma alta adesão dos que permaneceram;
- Os encontros foram avaliados com alta satisfação pelos integrantes;
- Participação crescente nas discussões ao longo dos encontros;



- Comentários positivos sobre a contribuição do programa ao desenvolvimento da relação coparental, ao trazer temas inéditos e valorizados pelos casais;
- Estímulo à participação de outras atividades preparatórias para a parentalidade (curso UNIMED etc.).