

CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM PSICOTERAPIA CORPORAL INTEGRATIVA

ENQUADRAMENTO

A psicoterapia corporal tem as suas raízes no trabalho de Wilhelm Reich, pioneiro na ligação mente-corpo na década de 1920. Na atualidade diversos estudos em neurociências, nomeadamente as pesquisas desenvolvidas por António Damásio, vêm comprovar esta ligação bem como a necessidade de uma intervenção clínica mais abrangente na área da saúde.

O curso de Psicoterapia Corporal Integrativa engloba várias abordagens diferentes para trabalhar com o corpo, principalmente Vegetoterapia Reichiana e Psicologia Biodinâmica. É integrativa porque assimila outras filosofias, modelos e métodos como a Gestalt, abordagens transpessoais e Relações Objeto. Chama-se Psicoterapia Corporal, porque leva em conta especialmente a maneira como o corpo também está envolvido na nossa vida psicológica, mantendo o trauma e expressando angústia, bem como incorporando e expressando bem-estar e prazer.

Os psicoterapeutas corporais podem fazer uso de uma gama eclética de técnicas, algumas das quais poderão envolver o trabalho direto com o corpo. As técnicas utilizadas são derivadas de diversas abordagens terapêuticas (por exemplo, Massagem Biodinâmica, Gestalt, Bioenergética). Até mesmo o simples uso da consciência corporal pode abrir todo um mundo negligenciado de informações, tanto para o cliente quanto para o terapeuta.

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

Gerais

No final do curso os formandos deverão ser capazes de:

- Descrever os conceitos teóricos no domínio da psicoterapia corporal seguindo um modelo integrativo das psicoterapias corporais;
- Aplicar técnicas de intervenção específicas da psicoterapia corporal, para o ato psicoterapêutico, com base nos diversos autores e correntes teóricas;
- Analisar de modo aprofundado as bases teóricas da psicoterapia corporal;
- Descrever a partir da visão holística do ser humano, a dinâmica mente/corpo, bem como a valorização do corpo na intervenção clínica;
- Explicar as diferentes perspetivas de intervenção a partir da visão integrativa e fomentar a identificação de pontos de interligação entre as várias correntes teóricas;
- Desenvolver pensamento crítico sobre a dinâmica psicológica e psicossomática dos indivíduos.

Específicos

- Aplicar conhecimentos teóricos e práticos no domínio da psicoterapia corporal seguindo um modelo integrativo das psicoterapias corporais;
- Utilizar as diferentes ferramentas de intervenção clínica específicas da psicoterapia corporal;
- Integrar a dimensão corpo na compreensão das dinâmicas psicológica e psicossomática dos indivíduos;
- Construir hipóteses de compreensão de quadros clínicos diversificados explorando a psicossomática enquanto realidade de largo espectro, tal como é tomada pelos modelos da psicoterapia corporal;
- Identificar a intervenção psicocorporal em quadros clínicos.

DURAÇÃO

30 meses

MODALIDADE DA FORMAÇÃO

Formação contínua.

FORMA DE ORGANIZAÇÃO DA FORMAÇÃO

Formação presencial.

Nível I)

A formação tem a duração de três anos num total de 448 horas, das quais 150 horas são teóricas (método expositivo-participativo) e as restantes vivenciais. Cada ano comporta 10 módulos presenciais temáticos, em regime de fim-de-semana uma vez por mês.

O primeiro e segundo anos são compostos por 9 encontros, de 14 horas cada e 1 fim de semana de 3 dias com um total de 21 horas.

O terceiro ano é composto por 8 módulos de 2 dias (fim-de-semana) com um total de 14 horas cada e dois módulos consistem em encontro residencial de 3 dias consecutivos, totalizando 21 horas cada módulo.

A formação prevê ainda, caso não seja possível completar a respetiva supervisão durante os 3 anos de formação, o período de um ano (o 4º) para a conclusão da prática clínica e respetiva supervisão.

A psicoterapia individual, num mínimo de 100 horas, é igualmente exigida.

Nível II)

Consiste na continuação da formação anterior, aprofundando os conhecimentos e competências necessárias à prática da psicoterapia corporal mediante módulos de aprofundamento, supervisão clínica e restantes componentes consoante regras da Associação Europeia de Psicoterapia Corporal (EABP).

O nível II é composto por um 4º ano com um total de 10 encontros.

DATAS E LOCAL DE REALIZAÇÃO

O curso, por regra, decorre no 2º fim de semana de cada mês, com início em 9 de março de 2019 (podendo haver exceções previamente comunicadas).

Caso não estejam reunidas as condições para arranque na data prevista, o mesmo, com aviso prévio, será recalendarizado para a segunda data: 13 de abril de 2019.

O curso, por regra, desenvolver-se-á em Coimbra (local a designar), podendo no entanto, em alguns fins-de-semana (máximo de 2 por ano) ser num outro local até uma distância máxima de Coimbra de 200km (motivado pela especificidade do módulo).

HORÁRIOS

10h00 às 13h00 e das 14h30 às 18h30

LÍNGUA(S) DE APRENDIZAGEM

Português e Inglês. No caso dos módulos ministrados em Inglês haverá tradução simultânea.

DESTINATÁRIOS

Público-alvo	Psicólogos e outros profissionais de saúde.
Perfil de Entrada	Todos os profissionais de saúde com interesse em acrescentar à sua prática, as ferramentas de psicoterapia corporal numa perspetiva funcional corpo-mente.
Requisitos de acesso	Licenciatura em Psicologia e áreas afins; Síntese curricular e carta de motivação para frequência no curso dirigida à Coordenação Científica (ippc@ippc.pt)
Crítérios de seleção dos formandos	Por ordem de inscrição, seguido de: Avaliação da carta de motivação, síntese curricular e resultados de uma entrevista prévia.
Número de formandos	Mín 14 - Máx 20

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS		
Módulos	Conteúdos	Carga horária
1º ano		
1. Contextualização da Psicoterapia corporal	Enquadramento da psicoterapia corporal integrativa; O corpo na relação terapêutica; Atitude biodinâmica; Constituição do grupo; Auto-regulação; Experiência emocional corretiva; Nutrição emocional; O terapeuta suficientemente bom; Abordagem centrada no cliente; Valorização dos recursos do cliente; Transformação da dor psíquica em auto-aceitação e bem-estar; Mindfulness; Relação entre pares.	14
2. Ferramentas base da psicoterapia corporal	Ferramentas base da psicoterapia corporal: - Pulsação; - Respiração; - Fórmula de Vida (círculo afetivo); - Conceito de energia; - Trabalho corporal com e sem toque; - Tensão e relaxamento muscular.	14
3. Desenvolvimento autónomo e o potencial humano	Potencial humano; Desenvolvimento autónomo; Organismo; Conceito da natureza humana; Self-regulação; Auto-realização.	14
4. Anatomia e Fisiologia na Psicoterapia corporal.	O sistema nervoso: Visão geral e estrutura básica do sistema nervoso central (SNC) e periférico. Células nervosas e sinapses. Circuitos básicos no sistema nervoso. SNC central: Cérebro. Modelo do cérebro trino. Cérebro e mente. SNC periférico: fibras nervosas sensoriais e motoras. O Sistema Nervoso Autónomo (SNA) e sua função na autorregulação. Stress. Trauma. Dor crónica. Exercícios de auto-regulação e modulação da estimulação do SNA. Alguns exercícios para usar o movimento como regulador da SNA.	21
5.1 Toque biodinâmico	A psicologia biodinâmica; Ferramentas de intervenção; Relação terapêutica.	7
5.2 Bases de Anatomia e Fisiologia	Bases de Anatomia e Fisiologia Forma e funções do corpo humano.	7
6. Modelos, Métodos e Técnicas da Psicoterapia	Os diferentes métodos e técnicas da psicoterapia (Sistémica, Gestalt, Dinâmica, ...) Role-play	14
7. Ferramenta Terapêutica Reichiana	Sensações, sentimento, significado; situação, emoção, expressão; encorajar processos de auto-regulação afetiva e emocional	14
8.1 História da Psicoterapia Corporal Biodinâmica	Fundamentos filosóficos; Diferentes modalidades da Psicoterapia Corporal; Relação com a sociedade e com a Natureza (ecologia); As três camadas da personalidade.	7
8.2 Ferramentas Terapêuticas	Grounding, centering, focusing; Re-encenação de cenas biográficas-chave.	7

Módulos	Conteúdos	Carga horária
9. Relação terapêutica em Psicoterapia corporal	Limites (terapeuta e cliente); Lugar seguro; Contexto clínico; Indicações e contra-indicações; Aliança terapêutica; Regressão, containment, dar limites, regulação de proximidade e distância.	14
10. Avaliação e fecho	Teste escrito Role-play como consolidação dos módulos.	14
2º ano		
1. Níveis da relação terapêutica	Níveis de relação terapêutica: Existencial; Ressonância somática; Transferência e contratransferência; Padrões relacionais biograficamente determinados; Modulação afetiva entre cliente e terapeuta. Estilos de interação e comunicação do psicoterapeuta corporal: Empatia; Entendimento/compreensão; Espelhamento; Accompanying (estar com); Suporte; Confortar; Confrontar. Dinâmica de conflito.	14
2. Código ético em Psicoterapia Corporal	Ética em Psicoterapia Corporal: Enquadramento da psicoterapia; Código ético; Contrato; Objetivos da terapia; Processo de queixa; Início, meio e fim do processo terapêutico.	14
3. Gestalt e a Psicoterapia Corporal	A perspetiva do modelo Gestalt na intervenção clínica; Ferramentas terapêuticas do modelo Gestalt.	14
4. O desenvolvimento humano na perspetiva Reichiana: Caráteres 1	O desenvolvimento humano na perspetiva Reichiana: Caráteres 1 Padrões de defesa e resistência (níveis corporal e psíquico); Fraqueza de estrutura; Técnicas para estimular/baixar o nível de excitação, emoções e sentimentos; Trabalhar com postura, linguagem corporal, expressão corporal, voz, face, gestos, aspetos sistémicos (famílias).	14
5. Sistema de defesa e a teoria de Fritz Perls	Sistemas de defesa; Modalidades de interrupção por contato; Mecanismos de regulação na fronteira de contacto (a partir de Fritz Perls)	14
6. O desenvolvimento humano na perspetiva Reichiana: Caráteres 2	O desenvolvimento humano na perspetiva Reichiana: Caráteres 2 Leitura/diagnóstico corporal; Estimulação de nível baixo de afetos, emoções e sentimentos como base para a mudança.	14
7. Neurociências e Psicoterapia Corporal	Neurociências e Psicoterapia Corporal Contributos das Neurociências	21
8. O desenvolvimento humano na perspetiva Reichiana: Caráteres 3	O desenvolvimento humano na perspetiva Reichiana: Caráteres 3 Narcisismo: congruência e autenticidade, reapropriação de partes autênticas do self	14

Módulos	Conteúdos	Carga horária
9. Corpo-psique em movimento	Corpo-psique em movimento: Trabalho expressivo Dança movimento terapia	14
10. Avaliação e Fecho	Teste escrito Role-play como consolidação dos módulos.	14
3º ano		
1. O Terapeuta em Psicoterapia Corporal Integrativa	Segurança, Confiança e Limites do Terapeuta A relação terapêutica Exercícios de promoção de segurança e confiança.	14
2. Intervenção em Trauma 1	Fluidos e Tecido Conjuntivo: Fluidos corporais e metabolismo de fluidos. Equilíbrio entre fluxo e estrutura - a regulação do corpo Movimento seletivo de fluidos no corpo e manutenção da homeostase. Sangue e sistema cardiovascular. Tecidos conjuntivos e sua função no corpo. Fáscia profunda e suas propriedades. O sistema linfático e a manutenção da saúde nos tecidos. Músculo liso e o movimento de fluidos no corpo. Exercícios para identificar as diferentes camadas de tecido conjuntivo e implicações na massagem.	14
3. Evolução humana (1) na perspetiva holística	Psicologia Integral; Meditação; Spiral Dynamics; Perspetiva holística.	14
4. Intervenção em Trauma 2	Musculatura Visão geral da estrutura e função do músculo. Músculo estriado e liso. Músculo como órgão dos sentidos. Músculos específicos e grupos musculares. Funções psicológicas do músculo e do ego motor. Função muscular emocional. Desenvolvimento psicomotor e tónus muscular. Estrutura de carácter e musculatura. Overtoned (hipertonia) e undertoned (hipotonia) muscular e formas de trabalhar com ambos.	14
5. Evolução humana (2) na perspetiva holística	Psicologia Integral - aprofundamento. Spiral Dynamics; Perspetiva holística.	14
6. Intervenção Gestalt terapia	Ferramentas terapêuticas do modelo Gestalt - aprofundamento.	14
7. Diagnóstico, diagnóstico diferencial - Disorders	Diagnóstico e diagnóstico diferencial em Psicoterapia corporal	14
8. Sexualidade	Sexualidade - corpo, género e carácter. De Reich à atualidade. A vitalidade a partir da perspetiva da sexualidade de Reich. As neuroses e a sexualidade. Exercícios práticos.	21
9. Trauma de nascimento	Trauma de nascimento – Identificação e intervenção. Teoria de bonding; Necessidade natural e procura do vínculo; Tipos de vínculo; Modelo de interação de modulação afetiva.	21
10. Avaliação e Fecho	Teste escrito Role-play como consolidação dos módulos Balanço final do curso: reflexões e perspetivas futuras.	14

FORMADORES

Ana Caperta

Bióloga, investigadora e docente na Universidade de Lisboa. Detém formação em Terapia Gestalt pela Sociedade Luso-Espanhola de Psicoterapia Gestalt.

Conceição Marques-Silva

Psicóloga Clínica e Psicoterapeuta Corporal. Membro efetivo da Ordem dos Psicólogos Portugueses e da Associação Europeia de Psicoterapia Corporal. Pertenceu à Comissão Organizadora do 14º Congresso da EABP (2014 - Portugal). Formadora na área da psicologia e da psicoterapia corporal integral.

Kathrin Stauffer

Psicoterapeuta corporal integrativa. Desenvolve psicoterapia individual, massagem biodinâmica, EMDR e supervisão em Cambridge. Membro do Conselho da Associação Europeia de Psicoterapia Corporal (EABP). Presidente do Conselho de Associações Nacionais da EABP. Membro da Relational School e da EMDR Association UK and Ireland. Foi Investigadora no Laboratory of Molecular Biology (LMB) em Cambridge (Reino Unido).

Liliana Viegas

Psicóloga Clínica. Dança Movimento terapeuta (DMT). Atualmente desenvolve o seu trabalho de DMT no Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa e em consultório privado. É membro da Direção da Associação Portuguesa de DMT - PRAIA.

Margarida Pedroso Lima

Psicóloga, doutorada em Psicologia do Desenvolvimento, e professora associada da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra. As suas experiências e interesses profissionais situam-se, prioritariamente, na área da Psicologia da Idade Adulta e na Psicologia da Personalidade.

Thomas Riepenhausen

Psicoterapeuta corporal e supervisor. Pioneiro em Portugal da formação em Psicoterapia Corporal. Fundador da Asas & Raízes no Porto (entretanto extinta). Foi formando direto da Gerda Boyesen (Psicologia biodinâmica - Londres). Ex-membro da direção da EABP. Membro do Comité Ético da EABP.

Outros formadores

Poderão ser contemplados outros formadores não presentes na atual lista, bem como a troca de formadores inicialmente apresentados, se por motivo maior não for possível a sua presença

METODOLOGIA DE FORMAÇÃO

A metodologia a adotar será de caráter dinâmica e essencialmente ativa, no entanto também serão desenvolvidos momentos expositivos com a apresentação de slides, intercalado com a técnica das perguntas (método interrogativo). Proporcionar-se-ão momentos de role-play, bem como demonstrações do saber-fazer (método demonstrativo).

CRITÉRIOS E METODOLOGIAS DE AVALIAÇÃO

Tipo de avaliação	Incidência	Momentos	Instrumentos/ Métodos
Avaliação Diagnóstica	Sobre os conhecimentos prévios e expectativas	Antes da ação	Balanço de conhecimentos prévios e expectativas
Avaliação das Aprendizagens	Sobre o desenvolvimento e resultados de aprendizagem	No decorrer de cada módulo - avaliação formativa	Registos de assiduidade, observação direta de comportamentos: motivação, participação, aquisição e aplicação prática de conhecimentos, empenho nas atividades pedagógicas, relações interpessoais, trabalho em equipa.
		No final de cada módulo - avaliação sumativa	Exercício escrito ou teórico-prático individual e/ou em grupo
Avaliação do Processo Formativo	Sobre a qualidade da ação e grau de satisfação dos intervenientes	No final de cada ano	Questionário de avaliação da ação a formadores/as e de satisfação a formandos/as
Avaliação de Impacto	Sobre a transferência dos conhecimentos e competências desenvolvidos para o contexto profissional	No final de cada ano	Questionário sobre o balanço final de conhecimentos e competências desenvolvidos
Acompanhamento Pós-Formação	Sobre o grau de satisfação com os conhecimentos e competências desenvolvidos	Após 6 meses a conclusão do curso	Questionário de satisfação sobre os conhecimentos e competências desenvolvidos e suas aplicações práticas

CERTIFICADOS

Desde que cumpridos todos os requisitos mínimos obrigatórios*, no final dos 3 anos os formandos terão acesso a um certificado de formação do IPPC “Curso de Psicoterapia Corporal Integrativa”, de acordo com a regulamentação da OPP.

No caso dos formando que pretendam a certificação para membro EABP o certificado será emitido após a conclusão dos requisitos EABP (4º ou 5º ano).

**Avaliação com média final mínima de 10 valores numa escala de 0 a 20 e ainda que frequentem pelo menos 90% das horas de formação, uma vez que se trata de formação presencial.*

O Certificado de Frequência de Formação destina-se a formandos que não atinjam os objectivos pedagógicos propostos, sendo a sua avaliação inferior a 10 (escala de 0-20).

RECURSOS TÉCNICO-PEDAGÓGICOS

Apresentações audiovisuais, documentação em suporte digital, bibliografia, kit do formando.

ESPAÇOS E EQUIPAMENTOS

Sala equipada com mobiliário e condições de higiene e segurança adequadas, computador com acesso à internet, videoprojetor, quadro, colchões, toalhas, mantas, almofadas.

VALORES

Taxa de inscrição (pagamento único e no 1º ano): **150€** ou **75€** para ex-formandos dos cursos de 35h do IPPC

Data limite de inscrições: 23/02/2019.

Qualquer desistência deverá ser comunicada por escrito para o e-mail ippc@ippc.pt até à data limite de inscrições.

Os valores pagos serão restituídos, descontando despesas bancárias.

Posteriormente a esta data, não há lugar a restituição de valores.

Caso o curso seja cancelado motivado pela ausência de número mínimo de formandos, ou qualquer motivo de força maior, todos os valores entretanto pagos serão restituídos na totalidade.

Propina em cada ano, num total de 3 anos (não inclui o nível II): **240€** X 10 mensalidades (a pagar entre o dia 1 e o dia 5 de cada mês, por transferência bancária IBAN PT50 0036 0146 9910 0023 812 26 - Envio do comprovativo para ippc@ippc.pt)

Inclui:

- Kit do formando;
- Documentação de apoio;
- Certificado.

Não inclui:

A supervisão clínica e a terapia de grupo ou individual não está contemplado no valor do curso.