



WORKSHOP

Os 5 sentidos e a relação emocional

Este workshop tem como principal foco dotar os formandos de ferramentas de intervenção, capacitando-os de uma visão mais integrativa do conceito corpo-mente, permitindo um aprofundamento dos 5 sentidos como mediador da memória emocional, bem como, da importância do respeito pela individualidade e história de cada um.

Cuidar da mente e das emoções através de exercícios conscientes, cuidadosamente elaborados e adaptados para necessidades individuais, permitindo acolher a subjetividade e os sentimentos que podem surgir, estimulando o potencial de cura individual.

Além de potenciar a aquisição de conhecimentos teóricos, este workshop possibilitará uma exploração da consciência, bem como a vivência das emoções corporais através da estimulação dos 5 sentidos.

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

<i>Gerais</i>	<ul style="list-style-type: none">• Relacionar os 5 sentidos (visão, tato, audição, paladar e olfato) com as emoções, no contexto pessoal e profissional.• Implementar as ferramentas sensoriais como potencial de autorregulação em contexto pessoal e profissional.
<i>Específicos</i>	No final da sessão o formando, deverá ser capaz de: <ul style="list-style-type: none">• Experienciar Consciência corporal e sensorial e a respiração;• Relacionar os órgãos sensoriais com as emoções, no contexto pessoal e profissional• Estimular a sua própria capacidade autorregulação como potencial de cura através do uso de ferramentas sensoriais, no contexto pessoal, no dia-a-dia.• Estimular a capacidade autorregulação como potencial de cura através do uso de ferramentas sensoriais, em contexto clínico, em todas as sessões que execute;• Conhecer os limites corporais e emocionais;• Compreender a dor e a somatização da emoção associados aos 5 sentidos.

DURAÇÃO (h)

5

MODALIDADE DA FORMAÇÃO

Formação contínua

**FORMA DE ORGANIZAÇÃO DA
FORMAÇÃO**

Formação à distância em 2 sessões
síncronas

IDIOMA UTILIZADO

Português



DESTINATÁRIOS	
<i>Público-alvo</i>	Público em geral, especialmente: Psicólogos, Fisioterapeutas, Terapeutas ocupacionais, psicomotricistas, enfermeiros de reabilitação, estudantes nas áreas referidas, outros profissionais de saúde.
<i>Perfil de Entrada</i>	Público em geral
<i>Requisitos de acesso</i>	Ter acesso a um computador com ligação à internet e a aplicação ZOOM instalada.
<i>Critérios de seleção dos formandos</i>	Ordem de inscrição Existência de vagas
<i>N.º de formandos</i>	Min 10 - Max 30

CRONOGRAMA			
Sessão	Modo	Data	Horário
1.ª sessão	Síncrona via Zoom	03/07/2021	10h30 às 13h00
2.ª sessão	Síncrona via Zoom	04/07/2021	10h30 às 13h00

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS		
Sessão	Conteúdos	Carga horária
1	A prática diária da Consciência Corporal e sensorial	2,5
	Segmentos Reichianos e a relação com o Olfato, paladar, Visão e audição	
	Limites corporais e emocionais e a sua relação com o tato.	
2	A memória corporal e os sentidos – Ferramentas de autorregulação no dia-a-dia	2,5
	Respiração como ferramenta emocional e o seu potencial de cura	

FORMADORA *Filipa Coutinho*



- Licenciada em Fisioterapia na Escola Superior de Vale do Sousa;
- Formada em Medicina Tradicional Chinesa pelo Instituto Português de Naturopatia;
- Frequência no Curso de Master na Escuela de Osteopatia de Madrid.
- Curso de Especialização em Psicoterapia Corporal Integrativa (a frequentar)

METODOLOGIA DE FORMAÇÃO

Será utilizado o método expositivo conjugado com o método interrogativo e demonstrativo, havendo uso de técnicas de brainstorming e de dinâmicas de grupo.

Será desenvolvida 1 sessão síncrona com recurso à aplicação ZOOM proporcionando interação entre a formadora e o grupo de formandos.

CRITÉRIOS E METODOLOGIAS DE AVALIAÇÃO

Tipo de avaliação	Momentos	Incidência	Instrumentos/ Métodos
Avaliação expectativas	Antes da ação	Sobre as expectativas	Balço de expectativas
Avaliação das Aprendizagens	No final do curso - avaliação sumativa	Sobre o desenvolvimento e resultados de aprendizagem	Teste de avaliação de conhecimentos (100%)
Avaliação do Processo Formativo	No final do curso	Sobre a qualidade da ação e grau de satisfação dos intervenientes	Questionário de avaliação da ação a formadores/as e de satisfação a formandos/as
Acompanhamento Pós-Formação	Após a formação	Sobre o grau de satisfação com os conhecimentos e competências desenvolvidos	Questionário de satisfação sobre os conhecimentos e competências desenvolvidos e suas aplicações práticas

EMISSÃO DE CERTIFICADOS

CERTIFICADO IPPC: Os formandos terão acesso a um certificado de formação profissional emitido pelo Instituto Português de Psicoterapia Corporal, desde que obtenham uma classificação final superior a 9,5 valores.

RECURSOS TÉCNICO-PEDAGÓGICOS

Apresentações audiovisuais, documentação em suporte digital, publicações temáticas, bibliografia.

ESPAÇOS E EQUIPAMENTOS

Sessões síncronas transmitidas via aplicação ZOOM.

BIBLIOGRAFIA

- Boyesen, G. (1986). *Psique e Soma*. São Paulo: Summus.
- Lowen, A. (1977). *O Corpo em Terapia*. São Paulo: Summus.
- Reich, W. (1933) *Análise do caráter*. - Tradução de Ricardo Amaral do Rego. São Paulo: Martins Fontes
- Rego (1993) *Anatomia e couraça muscular do caráter*. Revista Reichiana. v. 2



INSCRIÇÕES

Data limite de inscrição: 27 de Junho de 2021, inclusive

Formalização da inscrição através do link <https://www.ippc.pt/produto/os-5-sentidos-e-a-relacao-emocional/>

INVESTIMENTO DO CURSO

Pagamento único:

- 40€ (IVA incluído)

- Em caso de desistência, só haverá lugar a reembolso de 50% do valor pago, quando for comunicada até 27 de Junho de 2021 (inclusive), ficando as despesas de operação bancária (1,50€ + 3,5%) a cargo do formando, de acordo com os Termos e Condições do IPPC;
- Em caso de desistência no decorrer do curso, o valor pago não será reembolsado.

FORMA DE PAGAMENTO

Transferência bancária para o IBAN: PT50.0036.0146.99100023812.26

Através do site www.ippc.pt é disponibilizado o pagamento: referência multibanco, mbway e cartão de crédito.

VALIDAÇÃO DE INSCRIÇÃO

As inscrições só serão validadas após a receção, via e-mail, da confirmação do pagamento por parte do IPPC.

NOTAS FINAIS

A inscrição só é considerada efetiva após o respetivo pagamento e confirmação da sua receção pelo IPPC.

NÃO É PERMITA A GRAVAÇÃO DAS SESSÕES SÍNCRONAS SEM O PRÉVIO CONSENTIMENTO DO IPPC.

A inscrição no curso pressupõe a aceitação de todas as condições apresentadas neste documento, bem como no Regulamento de Funcionamento da Atividade Formativa, os Termos e Condições e a Política de Privacidade do IPPC.

A aceitação dos Termos e Condições do IPPC e, inerentemente dos restantes documentos, apresenta um carácter contratual, confirmado aquando do preenchimento da ficha de inscrição oficial, via plataforma JotForms.

Todos estes documentos serão enviados via e-mail oportunamente.