

SOCIEDADES E ASSOCIAÇÕES DE PSICOTERAPIA PROTOCOLADAS

**ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DE PSICOTERAPIA**

**EMOCIONAL -
PSICOTERAPIA BONDING**



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

| Apresentação da psicoterapia e do(s) modelo(s) teórico(s) subjacente(s)

A psicoterapia Bonding é um processo psicoterapêutico de grupo para o tratamento de perturbações ligadas à falta de satisfação das necessidades correntes do paciente e das necessidades psicossociais básicas neurobiologicamente ancoradas.

A necessidade de vinculação tem uma função central. Experiências insatisfatórias e dolorosas levam ao desenvolvimento de representações de apego inseguro com padrões disfuncionais relacionados. Esses padrões são ativados através do estabelecimento de contato físico e da expressão forte de emoções.

A psicoterapia emocional individual ou de grupo é uma variante da psicoterapia bonding, que é a psicoterapia padrão. Obedecem aos mesmos princípios, mas Não existe contacto físico e a expressão de emoções é mais atenuada.

Processos de Mudança e Descrição do Processo Terapêutico

Esta psicoterapia pratica a associação emocional livre e a focagem de assunto a assunto.

O grupo começa com uma partilha, em que o paciente diz como se sente e conta factos presentes e passados, significativos da sua vida, obtendo comentários.

Quando o terapeuta considera que se chegou ao núcleo de um problema significativo para a terapia pede ao doente que exclame repetidamente, sobre esse assunto, “frases cirúrgicas” ou monoideicas, carregadas emocionalmente, muitas vezes utilizando as expressões do próprio paciente.

O paciente atinge assim estados emocionais significativos e tira conclusões sobre eles ajudado pelo psicoterapeuta.

Torna-se mais fácil lembrar situações geradoras de stress e de comportamentos disfuncionais, valorizá-las e proceder em consequência, criando novas atitudes, novos meios de atuação, relacionamento e vinculação.

Estas situações são focadas, trabalhadas emocionalmente, tornadas conscientes e a resposta muda gradualmente através de experiências emocionais corretivas. Os padrões cognitivos disfuncionais são alterados e é praticado um novo comportamento para melhorar a competência psicossocial.

Descrição da Formação

Consiste em 360 horas, passadas em 33 Workshops teórico-práticos, com 120 temas teóricos tratados sequencialmente:

1. Introdução: noções elementares de Psicologia, psicopatologia e psiquiatria
2. Aspectos gerais das psicoterapias
3. Psicoterapias: Contributos das orientações teóricas
4. Emoções, psicoterapia emocional e Bonding: Aspectos teóricos
5. Estudo de autores em Psicoterapia Emocional e Bonding
6. Emoções e psicoterapia emocional: Aspectos práticos
7. Enquadramento da Psicoterapia emocional-Bonding

Cada workshop dura 10 horas e é constituído por 7,5 horas de formação teórica e 2,5 horas de formação experiencial, o que faz 120 horas no total para esta última.

As outras 40 horas são passadas em Congressos e Conferências de psicoterapia emocional, validadas pela comissão de formação

CONTACTOS

Morada: RUA SARGENTO JOSÉ PAULO DOS SANTOS nº 25 - 1800-330 LISBOA

Telefone: 218 510 516 | 919 365 614

Email: appepb1999@gmail.com

WWW.PSICOTERAPIA-EMOCIONAL.PT