

SOCIEDADES E ASSOCIAÇÕES DE PSICOTERAPIA PROTOCOLADAS

**ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA DE
ANÁLISE
BIOENERGÉTICA**



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

A Análise Bioenergética é um modelo psicoterapêutico que estuda a personalidade humana, a partir dos processos energéticos do corpo, de orientação psicodinâmica, criado por Alexander Lowen, a partir dos trabalhos de Wilhelm Reich.

Reich, discípulo de Freud, descobriu que os mecanismos defensivos psíquicos tinham uma correspondente expressão corporal sob a forma de tensões musculares crônicas, que impediam a sua livre expressão, diminuindo a espontaneidade e a autenticidade.

Iniciou a técnica psicoterapêutica de trabalho directo com o corpo no sentido de aprofundar e libertar a respiração e assim melhorar e intensificar a experiência emocional.

Lowen preservou os princípios essenciais da teoria de Reich e do funcionamento humano, nas dimensões energética e psicossomática, valorizou a dimensão analítica da elaboração verbal e elaborou um conjunto coerente de métodos e técnicas, dando origem a este modelo.

Em 1956 foi fundado oficialmente o (IBA)- The Institute for Bioenergetic Analysis em Nova Iorque e em 1976, em resultado da expansão do modelo, a designação foi alterada para International Institute for Bioenergetic Analysis – IIBA.

Processos de Mudança e Descrição do Processo Terapêutico

A Análise Bioenergética é uma psicoterapia que combina o trabalho corporal, analítico e relacional. Os terapeutas bioenergéticos acreditam que existe uma correlação entre a mente e o corpo, sendo o indivíduo tomado como uma unidade psicossomática.

O trabalho corporal consiste na integração do corpo nas sessões de psicoterapia. O analista bioenergético observa a linguagem do corpo – a postura, os gestos, a respiração, a motilidade, a expressão - para entender o desenvolvimento da personalidade da pessoa. O trabalho corporal é utilizado para aumentar a consciência das sensações corporais e estabelecer a ligação entre sentimentos e acontecimentos da história pessoal do paciente. As técnicas essenciais são o aprofundamento da respiração, o alívio da tensão muscular e técnicas expressivas. A intervenção pode, ainda, incluir um convite do terapeuta para a expressão de certos movimentos, assumir determinadas posturas, sentir-se em relação a pessoas imaginadas ou para interagir com o psicoterapeuta de uma determinada forma. Enquanto o paciente nas suas ações físicas vai revelando os padrões básicos com que interage com o mundo e com as pessoas que lhe são significativas, o analista bioenergético pode interagir também ao nível corporal: dando suporte, contato, confirmando, encorajando, oferecendo resistência e/ou dando contenção. Deste modo, surge um diálogo com base no corpo, de acordo com a capacidade ou a disponibilidade atual do paciente, que complementa, acompanha e substitui a comunicação verbal.

A Análise Bioenergética, ao conjugar o trabalho corporal e a análise, possibilita o contacto com emoções reprimidas e amplia a consciência dos fenómenos psíquicos mais profundos, produzindo insight e mudança.

Descrição da Formação

1. A formação em Análise Bioenergética é teórico-prática, implica a participação num grupo e tem um programa de 4 seminários residenciais por ano.
2. A formação é assegurada por 4 formadores certificados pelo IIBA.
3. Os candidatos deverão ter iniciado a sua psicoterapia pessoal com um psicoterapeuta certificado (CBT) aquando do início da formação.
4. O programa de formação tem uma fase pré-clínica e uma fase clínica. Na fase clínica o formando poderá desenvolver actividade clínica em Análise Bioenergética e deverá iniciar a supervisão de casos com um supervisor certificado (CBT).
6. A obtenção da certificação como psicoterapeuta bioenergético (CBT), faz-se mediante avaliação contínua e uma avaliação final.

CONTACTOS



Email: info@apabioenergetica.org