

SOCIEDADES E ASSOCIAÇÕES DE PSICOTERAPIA PROTOCOLADAS

**ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE
PSICOTERAPIA CENTRADA NA PESSOA
E *COUNSELLING***



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

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

A Associação Portuguesa de Psicoterapia Centrada na Pessoa e Counselling foi formada em 1997. É membro institucional da Associação Mundial de Psicoterapia Centrada na Pessoa/ Experiencial e Counselling, membro fundador da Rede Europeia de Associações de Psicoterapia Centrada na Pessoa/ Experiencial e Counselling (PCE-Europa) e membro da Associação Europeia de Counselling. Dedicar-se a divulgar e a promover a Abordagem Centrada na Pessoa onde se insere a Terapia Centrada no Cliente (TCC).

Esta forma de terapia foi fundada e desenvolvida por Carl Rogers a partir dos anos 40 do século XX inserindo-se no que é considerada a 3ª Força da Psicologia, a Psicologia Humanista. Este modelo coloca a ênfase no processo terapêutico, a partir do pressuposto da existência de forças, na pessoa, que promovem o seu desenvolvimento e realização, quando estão presentes determinadas condições. Essas condições facilitadoras são oferecidas pelo psicoterapeuta, na relação terapêutica com o cliente.

Processos de Mudança e Descrição do Processo Terapêutico

A mudança terapêutica acontece em consequência do estabelecimento de uma relação terapêutica de qualidade com continuidade, na qual estão presentes as 6 condições necessárias e suficientes para essa mudança:

- 1) existe contacto psicológico entre terapeuta e cliente;
- 2) o cliente demonstra incongruência, traduzida em sentimentos de mal-estar e sofrimento;
- 3) o terapeuta está congruente e integrado na relação;
- 4) o terapeuta demonstra compreensão empática pelo cliente;
- 5) o terapeuta demonstra um cuidado incondicional positivo pela pessoa do cliente;
- 6) o cliente apercebe-se, pelo menos num grau mínimo, das atitudes do terapeuta.

Ao longo do processo terapêutico o terapeuta parte do pressuposto da capacidade de auto-organização da pessoa/ cliente, sendo facilitador das condições que podem atualizar as potencialidades da pessoa para esse processo de auto-organização.

Descrição da Formação

A formação em psicoterapia é entendida como um processo de facilitação do desenvolvimento pessoal, que objetiva o desenvolvimento das capacidades pessoais e profissionais necessárias para manter e desenvolver uma relação psicoterapêutica de qualidade. A formação desenvolve-se, paralelamente, em 2 dimensões: uma experiencial, centrada no processo do formando; outra, de aprendizagem e reflexão teórica aprofundada sobre o modelo.

A formação organiza-se em 5 anos. Os primeiros 3 anos (com certificação em Counselling) estão organizados em 4 áreas:

- 1) Teoria da Psicoterapia;
- 2) Desenvolvimento de competências relacionais através da prática de entrevista e Supervisão;
- 3) Desenvolvimento Pessoal;
- 4) Investigação. Nesta fase o enfoque é, essencialmente teórico, apesar de os formandos desenvolverem, desde o início, a componente prática da formação, iniciando também o seu processo de desenvolvimento pessoal. No 4º e 5º ano o enfoque é, sobretudo, no aprofundamento da prática (Prática Tutelada, Supervisão e Psicoterapia).

CONTACTOS

Morada: Av. 5 de Outubro, 56-3º, 1050-058 Lisboa

Telefone: 937 819 233

Email: geral@appcpc.com

WWW.APPCPC.COM