

SOCIEDADES E ASSOCIAÇÕES DE PSICOTERAPIA PROTOCOLADAS

FIGURA FUNDO

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE GESTALT



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

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

A Psicoterapia Gestalt foi fundada em 1951 por Fritz Perls, Laura Perls e Paul Goodman. É uma abordagem terapêutica que privilegia os processos psicológicos associados à regulação de necessidades cognitivas, emocionais, interpessoais, biológicas, etc.

Estes mecanismos de auto-regulação, também designados de figura-fundo, exploram a eficácia da relação e das modalidades de contacto do individuo com o seu ambiente.

Neste modelo o self é um processo contínuo de ajustamentos criativos.

É uma corrente terapêutica humanista que integra no seu corpo teórico os contributos da Psicanálise, da Psicologia da Gestalt, da Psicologia Organísmica, da Teoria de Campo, da Fenomenologia e do Existencialismo.

Processos de Mudança e Descrição do Processo Terapêutico

A Psicoterapia Gestalt tem como principais metodologias de intervenção o desenvolvimento da awareness – ou mindfulness – e da atenção no aqui-e-agora.

Ao longo do processo terapêutico explora-se a forma como o indivíduo se relaciona com o seu meio, como responde a situações significativas e de como temáticas passadas e presentes influenciam a sua actualidade.

Quando as capacidades de adaptação e de expressão de um indivíduo ficam comprometidas surgem gestalts inacabadas – unfinished business – que se manifestam sob a forma de interrupções da experiência.

A integração psíquica incide no restabelecimento destas interrupções no seio de uma relação terapêutica dialógica. São enfatizadas as necessidades, as atribuições de significado e o acesso aos recursos internos promovendo a responsabilização sobre os próprios processos de auto-regulação.

O desenvolvimento da awareness, a cadeira vazia, o trabalho de polaridades, o focusing, a dramatização, o trabalho corporal e a expressão criativa encontram-se entre as suas técnicas de intervenção.

Descrição da Formação

A formação tem a duração de três a quatro anos lectivos num total de 708 horas, das quais 132 horas são teóricas (método expositivo-participativo) e as restantes vivenciais.

Cada ano comporta 11 módulos presenciais temáticos, em regime de fim-de-semana (um por mês, de 16 horas), e 11 sessões teóricas, de 4 horas cada, mensalmente também. Um dos módulos consiste num residencial anual de 4 dias consecutivos, totalizando 32h.

A formação prevê ainda o período de um ano (o 4º) para a conclusão da prática clínica e respectiva supervisão. A psicoterapia individual, num mínimo de 100 horas, é igualmente exigida.

CONTACTOS

Morada: Av. Rovisco Pais, N^o 16 – 1^o Dto. 1000-268 Lisboa

Telefone: 935 528 658

Email: apgestalt@gmail.com

WWW.GESTALT.PT