

SOCIEDADES E ASSOCIAÇÕES DE PSICOTERAPIA PROTOCOLADAS

# SOCIEDADE PORTUGUESA DE PSICANÁLISE

---



ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS

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

A Psicanálise é um método de investigação dos processos profundos da mente e um modelo terapêutico fundado sobre essa investigação. Foi criada por Sigmund Freud no início do século XX, tendo passado por várias mudanças teóricas promovidas pelas descobertas da clínica, pela observação e pela experimentação, bem como pelas transformações no paradigma do conhecimento.

Começou como um tratamento para a doença mental: analista e analisando estabeleciam uma aliança terapêutica e, em conjunto, tentavam compreender o conflito inconsciente que estava na origem da patologia.

Entretanto, a evolução da teoria psicanalítica ampliou este modelo compreensivo que, indo além do mero conflito entre instâncias do aparelho psíquico, reconheceu a importância da relação humana para o desenvolvimento infantil, onde precocemente se cria uma matriz relacional que irá ser usada ao longo da vida, determinante para a saúde mental e podendo, nos casos de maior distorção, comprometer ou inviabilizar o contacto com a realidade.

# Processos de Mudança e Descrição do Processo Terapêutico


Ao longo de uma psicanálise, o analisando vai aceder a conteúdos e mecanismos mentais inconscientes subjacentes ao seu sofrimento. O setting psicanalítico - onde o analista desenvolve uma escuta sem julgamento e uma atitude em que se abstém de intervir na vida do paciente, com confidencialidade e com regularidade - facilitará a aquisição da consciência de partes do mundo interno deste, através de pensamentos, sentimentos, memórias ou sonhos, comunicados em associação livre. Os fenómenos transferenciais e contratransferenciais imprimem uma dinâmica na qual, através do campo estabelecido, se torna possível actualizar, integrar e transformar a experiência emocional.

Os objectivos genéricos de qualquer intervenção são, antes de mais, o alívio da dor psíquica. Contudo, indo além da remoção sintomática, também se procura desenvolver a personalidade, aumentar a autoconsciência e autoconfiança. Melhorando a eficácia no uso dos seus recursos internos, o analisando adquirirá a capacidade de, por si mesmo, resolver os conflitos - interiores e exteriores – com que se for deparando ao longo da vida.

# Descrição da Formação

A formação em psicanálise, aberta a candidatos geralmente oriundos da medicina ou da psicologia clínica, assenta num modelo tripartido que inclui a sua análise pessoal, um ciclo de três anos de formação teórica e a prática clínica supervisionada durante, pelo menos três anos. A análise pessoal, a um ritmo não inferior a três sessões semanais, é uma condição incontornável pois permite ao candidato o encontro com o seu próprio inconsciente, a resolução da sua inibição neurótica e o reconhecimento posterior dos fenómenos transferenciais nos seus analisandos. Tendo em vista a garantia de uma boa prática do modelo nos países em que se implantou, a formação dos analistas e os seus requisitos tem sido um dos aspectos fundamentais da política da International Psychoanalytical Association da qual a SPP é Component Society.

# CONTACTOS



Morada: Av. da República 97, 5º andar. 1050-027 Lisboa

Telefone: 21 797 2108