

SOCIEDADES E ASSOCIAÇÕES DE PSICOTERAPIA PROTOCOLADAS

**SOCIEDADE  
PORTUGUESA DE  
PSICOTERAPIA  
EXISTENCIAL**

---



ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS

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

A psicoterapia existencial é uma abordagem psicoterapêutica, baseada em princípios psicológicos fenomenológico-existenciais, que informam um conjunto de práticas relacionais e técnicas terapêuticas consistentes com o modelo, e que têm como objectivo promover o encontro da pessoa com a sua própria existência (Sousa, in press). O modelo pressupõe uma visão intersubjectiva da experiência humana, e que a pessoa constrói significados sobre si, o outro e o mundo, nos espaços inter-relacionais. A abordagem tem como objectivos promover o bem-estar psicológico e existencial, facilitando uma atitude mais autêntica em relação a si mesmo, ajudando a pessoa a realizar escolhas congruentes com o seu projecto existencial.

# Processos de Mudança e Descrição do Processo Terapêutico


A psicoterapia existencial, não enfatiza um olhar médico do sofrimento humano e da perturbação psicológica, considerando que estes decorrem do confronto da pessoa com os desafios inerentes à construção do seu projecto existencial. Os conceitos de presença e de encontro, salientam um dos pilares da intervenção: a relação humana, genuína e de confiança que se estabelece entre o psicoterapeuta e o paciente. A intervenção psicoterapêutica, decorre de uma prática baseada em métodos fenomenológicos e hermenêuticos, que enquadram um conjunto de posturas relacionais e de técnicas terapêuticas específicas. Em conjugação, estas duas dimensões, articulam processos de validação e de desafio ao longo do processo psicoterapêutico. Este decorre de uma acção estritamente colaborativa entre o terapeuta e o paciente. Numa relação tida como horizontal são estabelecidos objectivos da intervenção, que deverão promover a capacidade da pessoa em lidar com a angústia existencial, quer esta se relacione com aspectos cognitivos, emocionais ou de comportamento.

# Descrição da Formação

A SPPE está reconhecida como European Accredited Psychotherapy Training Institute (EAPTI) pela European Association for Psychotherapy (EAP). Significa assim, que a formação segue os requisitos para que os psicoterapeutas formados na SPPE, sejam automaticamente reconhecidos pela Associação Europeia de Psicoterapia.

O curso tem uma duração de quatro anos e tem um total de 750 horas de formação. Destas 750, 200 horas, são de supervisão clínica, que é em si mesmo um seminário que faz parte do plano curricular. Para além das horas de formação é necessário que o formando realize 400 horas de prática clínica, que se iniciam logo no primeiro ano de formação. É requerido igualmente 250 horas de psicoterapia pessoal. A lógica do curso, é existir desde o primeiro ano, uma dialética constante entre as dimensões teórica, experiencial/técnica e de prática clínica.

# CONTACTOS



Telefone: 917 854 852

Email: [sppe@sppe.pt](mailto:sppe@sppe.pt)

[WWW.SPPE.PT](http://WWW.SPPE.PT)