

SOCIEDADES E ASSOCIAÇÕES DE PSICOTERAPIA PROTOCOLADAS

**SOCIEDADE  
PORTUGUESA DE  
PSICOTERAPIAS  
CONSTRUTIVISTAS**

---



ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS

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

O Construtivismo é uma escola de pensamento referente à natureza da experiência subjectiva, que enfatiza o conhecimento como um produto privado e pessoal, moldado pela estrutura biopsicológica dos organismos, e cujo propósito é adaptação e sobrevivência, e não a replicação de um mundo externo. Assume--se que os seres humanos são sistemas fechados em contacto privilegiado com os seus processos internos. Nesta perspectiva o conhecimento não se move de fora para dentro das pessoas, antes resulta de significações activamente criadas, e intimamente ligadas às experiências relacionais. Estes processos construtivos desempenham um papel central uma vez que impõem estas significações sobre os dados sensoriais.

Na Sociedade estudamos Modelos de Psicoterapia que nas suas metateorias e metodologias assumem estes princípios.

# Processos de Mudança e Descrição do Processo Terapêutico

Os processos de mudança são centrais em psicoterapia. Sabemos que podem ocorrer de forma simples e surpreendente, mas também de forma lenta quando envolvem estruturas mais complexas, e processos que embora conheçamos, nem sempre conseguimos mapear e desencadear. Algumas mudanças são alcançadas apenas com pequenos ajustamentos no entendimento cognitivo, mas a maioria requer alterações quer ao nível subconsciente quer da memória, e cuja ocorrência depende de factores desencadeadores nem sempre compreensíveis ou disponíveis. Estes processos raramente têm que ver com ter um intelecto superior ou autodisciplina. Resultam de interacções ortogonais ocasionais, e não instrucionais, isto é, ocorrem quando algum componente do sistema colide com algum componente externo ao sistema e nessa interacção é modificado. Os processos terapêuticos são assim mais ou menos longos de acordo com os níveis estruturais e contextuais envolvidos.

# Descrição da Formação

A Formação segue os critérios da EFPA para o treino de psicólogos psicoterapeutas. O percurso de cada trainee é tutorado de forma a que cada obtenha a melhor e mais abrangente formação possível ao longo do percurso. Pretende-se que os formandos tenham contacto com as teorias e metateorias construtivistas, de forma a flexibilizarem os seus próprios instrumentos epistémicos e assim facilitar a abertura para a subjectividade de cada paciente. Mas também o conhecimento de modelos empiricamente suportados de matriz construtivista, como as Terapias Narrativas, a Terapia de Coerência, a Terapia Focada nas Emoções, ou a Metacognitiva Interpessoal para as Perturbações de Personalidade.

# CONTACTOS

Morada: Rua Ramalho Ortigão, 39--1ºEsq. 1070--228 Lisboa

Telefone: 213 851 327 | 965 522 423

Email: [construtivistas@sppc.org.pt](mailto:construtivistas@sppc.org.pt)

[WWW.SPPC.ORG.PT](http://WWW.SPPC.ORG.PT)