

25º CURSO INTERNACIONAL

PSICOTERAPIA SOMÁTICA

FORMAÇÃO PRESENCIAL DE NÍVEL SUPERIOR



ENTIDADE CERTIFICADA:

ENTIDADE ACREDITADA:



APRESENTAÇÃO

A Psicoterapia Somática:

É uma psicologia pré e perinatal, enriquecida com os progressos em Neurociência Epigenética e Psicossomática Humanista, assim como uma Psicoterapia Somática e Transpessoal que enfatiza o ser humano na interação e integração da multidimensionalidade dos seus aspectos. A Psicoterapia Somática é um método de autoconhecimento e autodesenvolvimento com uma vasta base biossocial e com possíveis aplicações em muitas outras áreas da sociedade para além da clínica.

O indivíduo é reconhecido como resultado do seu processo de crescimento na sua qualidade única em expressar desejos internos, necessidades, sonhos, crenças, história pessoal, sistema familiar, relações profissionais e espiritualidade.

Abordagem:

A mente não é tratada de forma separada do corpo, ou seja, o tratamento de um implica o tratamento do outro e, quer os sintomas, quer as ferramentas para os tratar, implicam o tratamento total do ser humano.

- Utiliza meios terapêuticos para atingir um fim específico (a diminuição do sofrimento, stress ou dificuldade do paciente na gestão de alguns fatores ou várias dimensões da sua vida).
- Baseia-se no corpo teórico da filosofia Ocidental e Oriental, Medicina, Medicina Natural, Neurociência Psiconeuroimunologia, Epigenética e Física Quântica.
- É praticada por pessoal especializado (psicoterapeuta e/ou psicólogo clínico).
- Num determinado contexto formal (individual, em casal, com a presença de familiares, em grupo - de acordo com as necessidades do paciente).

A psicoterapia Somática constitui uma experiência enriquecedora, que promove o desenvolvimento pessoal, emocional e relacional, pelo que também pode ser útil a quem pretenda aumentar o auto-conhecimento e reflectir acerca de si próprio, das suas emoções, relacionamentos e sentido de vida.

O Trabalho Terapêutico:

O Trabalho Terapêutico: “Psicoterapia” vem do Grego e significa: curar a alma. Estes campos devem ser observados de duas formas diferentes: como um sistema fechado e ao mesmo tempo aberto. O sistema fechado causa problemas na função do carácter, provoca inibições físicas e contradições espirituais.

O sistema aberto é o nosso reservatório de energia vital, de qualidades pessoais que nos impulsiona tanto a nível psíquico como em busca do contacto com os outros.

CERTIFICAÇÃO E ACREDITAÇÃO

Em Portugal o CPSB está certificado a nível nacional pela DGERT - Direção Geral do Emprego e das Relações de Trabalho e autorizado e a nível europeu pela E.A.P. - European Association for Psychotherapy como uma EAPTI European Accredited Psychotherapy Training Institute para lecionar e atribuir diplomas internacionais reconhecidos a nível europeu. Com o Diploma de Especialização Avançada em Psicoterapia Somática e a afiliação na EAP, os alunos finalistas poderão requerer o European Certificate of Psychotherapy (ECP) da European Association for Psychotherapy (EAP).

O CPSB, é ainda membro fundador da FEPPSI – Federação Portuguesa de Psicoterapia e da APPC – Associação Portuguesa de Psicoterapia Corporal, seguindo os seus exigentes critérios de formação.

OBJECTIVOS

O Curso Internacional de Especialização Avançada em Psicoterapia Somática visa promover a aquisição de conhecimentos, atualização e o aperfeiçoamento de competências, transferíveis para a sua prática profissional.

A Psicoterapia Somática é uma psicoterapia holística e integradora, onde o ser humano é olhado numa perspetiva corpo-mente-alma-espírito-emoção, Biointegrativa.

O nosso foco é a integração humana e de todo o trabalho terapêutico nas três dimensões do ser: somático-emocional, psicossocial e essencial-espiritual. A nível corporal trabalha-se na integração dos padrões de respiração, do tónus muscular e da expressão dos sentimentos através dos principais canais de contacto. A ênfase é no processo terapêutico e não na técnica.

Formamos Psicoterapeutas Somáticos para e poder exercer tanto individualmente em consultório próprio e com grupos, bem como liderar a elaboração de projetos de intervenção desde as áreas da saúde, educação, social, familiar e empresarial.

O referencial de formação foi concebido com vista a contribuir para que no final da formação os terapeutas/psicoterapeutas, sejam capazes de:

- Conhecer os principais conceitos teóricos no domínio da psicoterapia somática.
- Aplicar métodos e técnicas de intervenção específicas da psicoterapia somática, para o ato psicoterapêutico, com base nos diversos autores e correntes teóricas.
- Analisar de modo aprofundado as bases teóricas da psicoterapia somática.
- Explicar as diferentes perspetivas de intervenção, bem como a valorização do corpo na intervenção clínica.
- Desenvolver capacidades experienciais, no âmbito da relação com o outro e aprofundar conhecimentos sobre a condução do processo terapêutico.

DURAÇÃO:

40 meses de formação teórico-vivencial.

Estágio garantido e Supervisão.

MODALIDADE DA FORMAÇÃO:

Formação contínua.

FORMA DE ORGANIZAÇÃO DA FORMAÇÃO:

Presencial.

CERTIFICAÇÃO INTERNACIONAL

O formando obtém o Diploma de Especialização Avançada em Psicoterapia Somática passado pelo CPSB (instituição reconhecida a nível nacional pela DGERT) que permite o acesso ao ECP (European Certificate of Psychotherapy) passado pela EAP (European Association for Psychotherapy) e/ou ao WCPC (World Certificate for Psychotherapy) passado pela WCP (World Council for Psychotherapy) que permitirá exercer independentemente a profissão de psicoterapeuta quer a nível nacional quer a nível internacional.

Para obtenção do Certificado de Psicoterapeuta Somático, o formando deve cumprir os seguintes requisitos:

- **900 horas de workshop de aulas teórico-vivenciais + 160 horas em retiro**
- **250 horas de psicoterapia individual**
- **250 horas de formação extraordinária**
- **250 horas de supervisão**
- **600 horas de estágio clínico**

TOTAL HORAS: 2410

**a supervisão pode iniciar-se mais cedo no caso dos alunos que já exerçam prática clínica e está condicionada pela conclusão dos 12 Temas + entrega 1ª Monografia

ESTRUTURA DAS AULAS

De carácter teórico (método expositivo-participativo) e vivencial.

Cada Módulo temático tem a duração de 20 horas
1 retiro por ano com 40h cada, obrigatórios.

Durante o estágio* serão encaminhados, no mínimo, 3 clientes da Clínica Social para o atendimento clínico individual, o que permite a criação de uma carteira de clientes pessoal.

Como formação extraordinária na área psicoterapêutica contam as seguintes ações de formação: congressos, seminários e workshops (não incluídos na formação), mas que estejam dentro das modalidades reconhecidas pela EABP – European Association for Body Psychotherapy; APPC – Associação Portuguesa de Psicoterapia Corporal; FEPPSI – Federação Portuguesa de Psicoterapia; FEAP – La Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas e EAP - European Association for Psychotherapy.

DATAS E LOCAIS DE REALIZAÇÃO

O curso decorre uma vez por mês ao fim-de-semana com início em Maio de 2023.

A formação decorrerá em formato Presencial, em Lisboa nas instalações do CPSB e o Retiro de 4 dias por ano decorrerá na zona do Alentejo.

HORÁRIOS

Sessões

6ª feira: Das 15h às 22h

Sábado: Das 10h às 20h (2h de pausa para o almoço)

Domingo: Das 9h às 14h

Retiros

5ª feira a Domingo: 40 horas por ano.

Total de 160 horas.

**Datas e horários sujeitos a eventuais alterações.

LÍNGUA(S) DE APRENDIZAGEM

Português, castelhano e inglês.

Professores de fala Inglesa terão intérprete.

REQUISITOS DE ACESSO E CRITÉRIOS DE SELEÇÃO

- **Comprovativo de Licenciatura.**
- **Curriculum Vitae.**
- **Carta de motivação para a frequência no curso dirigida à Coordenação Pedagógica.**

A seleção do formando será por ordem de inscrição seguida da avaliação do curriculum vitae e carta de motivação. Após a análise do currículo e a aprovação do mesmo, poderá ser marcada uma entrevista com o responsável do Departamento Formação e o responsável do Departamento Clínico.

DESTINATÁRIOS

Destinado a psicólogos, médicos e psicoterapeutas reconhecidos pela European Association for Psychotherapy (EAP).

Para outros profissionais das áreas da educação, saúde, humanidades e ciências, será permitida a candidatura desde que sejam selecionados na entrevista de avaliação com a coordenação pedagógica e concluam com aproveitamento (antes do final do segundo ano) as quatro disciplinas base de Psicologia*, conforme exigido pela EAP.

As 4 disciplinas destinam-se a não psicólogos clínicos ou a profissionais que não tenham tido, na sua estrutura curricular, estas matérias específicas, nem obtido a respetiva equivalência. Com o intuito de a formação ser o mais completa possível, com o nível de exigência de conhecimentos de psicologia que um psicoterapeuta tem de possuir para pertencer à EAP e para estar igualmente ajustado ao programa vigente a nível de Universidades de Psicologia em Portugal e Espanha, é necessária a aprovação nas seguintes Disciplinas Base:

Psicopatologia.

Teorias da Personalidade.

Psicologia do Desenvolvimento.

Técnicas de Diagnóstico.

O número total de horas de formação por cada disciplina de psicologia é de 60h, divididas em 30 horas de formação presencial e 30 horas de autoestudo.

PROGRAMAÇÃO

1ª Parte - Temas iniciais de base da Psicoterapia Somática

1. ENQUADRAMENTO HISTÓRICO E FILOSÓFICO DA PSICOTERAPIA CORPORAL

Neste tema inaugural serão sublinhadas as bases filosóficas e históricas da psicoterapia corporal, incluindo as suas linhas de desenvolvimento e perspetivas atuais.

- **Sofistas e Filósofos.**
- **A terapia Pitagórica.**
- **Filosofia Taoista.**
- **Bases psicológicas e embriológicas.**
- **Autores influentes, até à atualidade.**

2. RAÍZES DA PSICOTERAPIA SOMÁTICA

Referindo-se às bases da psicoterapia somática será efetuada uma concetualização e definição da psicoterapia corporal, assim como a identificação dos seus objetivos e pertinência:

- **O processo formativo e o campo organizador.**
- **As tendências de carácter e as fases do desenvolvimento.**
- **Os bloqueios energéticos, as couraças e tensões musculares.**
- **Os elementos do toque.**
- **As dimensões da vida.**
- **As camadas embrionárias.**
- **Ressonância somática.**
- **Reservatórios energéticos e glândulas endócrinas.**

3. ENRAIZAMENTO E TRANSGERACIONALIDADE

Este é um tema dedicado ao Grounding e sua relação com as raízes da nossa existência:

- **A transgeracionalidade.**
- **Origem e evolução do conceito.**

O objetivo deste tema será a definição e tipificação do enraizamento, seus princípios gerais, background e influências sistêmicas. Ancestralidade e genealogia.

- **Os tipos de enraizamento e a falta dele.**
- **Qualidades do impulso e campos motores.**
- **O contacto através do movimento.**

4. CENTRAMENTO E REGULAÇÃO EMOCIONAL

Tema dado preferencialmente em retiro. Neste tema será dada ênfase a:

- **Definições embriológicas, tipos de toque, transições e tipos de respiração.**
- **Emoções, rebirthing e matrizes pré e perinatais.**
- **Definições neurocientíficas associadas ao Sistema Nervoso Autónomo.**
- **Vida Intra e Extrauterina.**
- **Desenvolvimento do Sistema Nervoso.**
- **Autorregulação e correção.**

5. MATERNAGEM E SUSTENTAÇÃO DE AFETO PRIMORDIAL

Neste tema serão exploradas as primeiras relações que são estabelecidas na vida do bebê:

Como é recebido, maternado e cuidado.

Função reguladora materna.

Questões da sustentação primordial física e emocional.

Será sublinhada a importância do vínculo saudável e a sua relação com o neurodesenvolvimento.

Fases do amadurecimento e estados do desenvolvimento.

Trabalho com os cinco sentidos. Inclui as cinco necessidades básicas referidas por Albert Pesso. Expressão das necessidades.

Noções de segurança e pertença.

Nutrição e fase oral.

6. ESPAÇO & TERRITÓRIO: LIMITES E CONFLITOS

Tema dedicado à definição de espaços e limites, incluindo as suas consequências saudáveis e não saudáveis. (Psicopatologia e exploração das tendências de carácter na atualidade).

- **Associação com as novas estruturas e tendências de carácter segundo Dyrrian Benz.**
- **A Teoria Polivagal será também aprofundada neste tema, assim como a fase da autonomia, agressividade e aspetos das emoções.**
- **Fase Anal, masoquismo e psicopatia.**
- **Vítima e agressor.**

7. SEXUALIDADE, POTÊNCIA E DESPERTAR

Tema dedicado à sexualidade e vitalidade. Para além da importância dos contextos históricos e interculturais, serão sublinhadas as temáticas da polaridade, erotismo vs sexualidade, contextualização, disfunções, trauma e abuso sexual.

Contributo das neurociências, entre outros temas marcantes e fundamentais para este tema. Construção do Eros.

8. AMOR E VÍNCULOS

Nesta parte do programa serão salientados os temas que abarcam o nosso coração, desde os desafios no contacto amoroso e as pulsões do coração e suas qualidades.

- **Vínculo (fora e dentro da terapia).**
- **Transferência, contratransferência e ressonância.**
- **Associações à neurobiologia e o papel das hormonas, entre outros.**
- **(Auto)compaixão, empatia e autocuidado.**

9. COMUNICAÇÃO E AUDIÇÃO: RESSONÂNCIA PELO SOM INTERNO E EXTERNO

Tema dedicado ao sistema comunicativo, embarcando a garganta e os ouvidos. Desta forma, será fulcral falar sobre a anatomia e fisiologia envolvidas.

- **Circuitos neuronais e respiração.**
- **Comunicação saudável vs comunicação não-saudável.**
- **Linguagem (aquisição, desenvolvimento, perturbações e desafios).**

10 . COGNIÇÃO E COMUNICAÇÃO: VISÃO E CONTACTO

Neste tema serão aprofundados os temas da comunicação e da cognição associados à visão e ao contacto (pele).

- **Intuição e sentido de direção.**
- **Conceitos referentes ao trauma (1ª parte).**
- **Qualidades e patologias associadas ao olhar.**
- **Foco e imagens.**
- **Sonhos e processo neurológico criativo.**
- **Conexão face-coração da Teoria Polivagal.**
- **Modos de contacto.**
- **Tipos de espelho e aprofundamento da temática da ressonância, já abordada no tema 8.**
- **Neurónios-espelho.**
- **Introceção, exteroceção e proprioceção.**

11. ESPIRITUALIDADE MADURA, SAUDÁVEL E CRISES

Módulo referente à espiritualidade pela visão da psicoterapia corporal.

- **Será abordado o sentido de vida e de morte, assim como o transpessoal e as qualidades da Essência, o verdadeiro contacto com o nosso interior.**
- **Processo de transição, tipos de nascimento e de morte.**
- **Ponto da individualidade.**
- **Processo integrativo.**

12. NASCIMENTO E CONSTRUÇÃO DO TERAPEUTA

Neste tema os alunos vão incluir os temas até aqui abordados, iniciando uma nova etapa da sua formação. O foco é o seu nascimento e construção enquanto terapeutas, aprofundando temas mais clínicos:

- **A relação terapêutica.**
- **A ética e a deontologia do psicoterapeuta corporal.**
- **O início da terapia (anamnese, criação do vínculo, estabelecimento do contrato terapêutico).**
- **Qualidades e desafios do terapeuta, entre outros.**
- **Qualidades do contrato consigo mesmo.**

A partir daqui os alunos podem entregar a sua primeira monografia e com o acordo e avaliação do conselho pedagógico, iniciar o estágio.

2ª Parte - Supervisão, Aprofundamento dos Temas e Prática Clínica

13. ÉTICA E DEONTOLOGIA PROFISSIONAL

- **Fundamentos Éticos em Psicoterapia:**
- **Ética e códigos deontológicos**
- **Tomada de decisão ética**
- **Competências profissionais, emocionais e com diferentes populações**
- **Fronteiras, múltiplos papéis, relações profissionais e relações sexualizadas**
- **Atuação da Psicoterapia Corporal**
- **Consentimento informado**
- **Clientes que se colocam a si ou a outros em risco**

14. DESAFIOS DO TERAPEUTA

Através deste tema, o aluno irá aprofundar os desafios de ser terapeuta. Irá tomar consciência dos seus recursos, desenvolver novas ferramentas, identificar e trabalhar com os seus desafios (a sombra).

- **Ressonância vs. interferência no vínculo terapêutico.**
- **Compreensão dos conceitos de transferência e contratransferência (e o seu significado).**
- **Transferência e contratransferência para além da interferência, utilizadas como campo terapêutico.**
- **Resistências e defesas do inconsciente.**

15. NEUROBIOLOGIA E PSICOTERAPIA SOMÁTICA

- O conhecimento das funções orgânicas do nosso cérebro e a agilidade na associação.
- Mente-Corpo para além da divisão cartesiana.
- Compreensão das funções do sistema nervoso central e periférico.
- Identificação de sintomas de adoecimento e sua relação psicoemocional.
- Abordagens integradoras holísticas.
- Estudo e análise das doenças dos diferentes sistemas de órgãos.
- Descodificação somática.

16. TRAUMA E INTERVENÇÕES EM CRISE

- Neste tema será feita a distinção entre trauma e choque.
- Intervenções em situações traumáticas e de crise.
- Trauma pré-verbal.
- Perturbação de stress pós-traumático (PSPT).
- Tipos de trauma.
- Sistema vegetativo e fundamentos da Teoria Polivagal (vago ventral e vago dorsal).
- Ativação do sistema simpático.
- Trabalho psicoterapêutico na abordagem ao trauma.

17. PSICOFARMACOLOGIA

Através deste tema vamos identificar as bases neurofisiológicas da psicofarmacologia e como afeta os canais de contacto e as respostas corporais, psicoafectivas e energéticas.

- **Recetores celulares e alocação somática.**
- **Neurotransmissores e neuromodeladores.**
- **Ação agonista e antagonista.**
- **Processo sináptico.**
- **Efeito e implicação dos fármacos na doença mental.**
- **Neurose vs. Psicose.**
- **Tipos de psicofármacos.**

18. PSICOPATOLOGIAS EM CONTEXTO PSICOTERAPÊUTICO

- **Psicopatologia vs. tendência de carácter.**
- **Psicopatologia como resultado do processo de (psico)somatização.**
- **A psicopatologia como defesa e via de insight terapêutico.**
- **As adições como campo de informação terapêutica.**

19. DISTÚRBIOS SEXUAIS E INTERVENÇÕES CLÍNICAS

Neste tema serão abordados os distúrbios sexuais e potenciais intervenções clínicas por parte do psicoterapeuta corporal. Para além do cliente será dado ênfase ao processo de maturação da sexualidade do próprio terapeuta.

- **Como cuidar de si para cuidar do outro?**
- **Do erotismo à sexualidade saudável.**
- **Arquétipos da sexualidade.**
- **Crenças, cultura e consciência vincular.**
- **Líbido e pulsão sexual.**
- **Relação de géneros.**
- **Patologias, perversões e perturbações sexuais.**

20 . PSICOTERAPIA DIN MICA. DEFINIÇÃO E ENQUADRAMENTO NA PSICOTERAPIA CORPORAL

Neste tema serão feitas pontes entre a Psicodinâmica e a Psicoterapia Corporal, incluindo conceitos fundamentais como as relações objetais, construção do Self e processos de individuação.

21. ESPIRITUALIDADE EM PSICOTERAPIA

Neste tema será aprofundada a temática da espiritualidade em psicoterapia, um tema fundamental onde serão referidos conceitos como pontes, Essência, compaixão, desapego e impermanência.

- **Raízes culturais e religiosas.**
- **Estudos antroposóficos e antropológicos.**
- **Ciências da religião.**
- **Trabalho com dogmas e crenças espirituais.**
- **Conceito de bioenergia do modelo Biológico e Quântico.**
- **Mindfulness e a qualidade do Aqui e do Agora.**
- **A qualidade da presença humana.**

22. TRABALHO COM SONHOS EM PSICOTERAPIA CORPORAL

A construção das nossas fantasias, imagens quer em estado de vigília quer em estado alterado de consciência, é sem dúvida, o somatório de estratégias de autorregulação entre o nosso mundo externo e interno, e vice-versa.

- **Aprofundar a compreensão e trabalhar com essas dimensões em clínica para abrir a possibilidade de transformação e criatividade como processo de desenvolvimento.**
- **Processo criativo.**
- **O poder do subconsciente.**
- **Trabalho com crenças e arquétipos**
- **Inclusão da abordagem e perspectiva Junguiana.**

23. SUPERVISÃO AVANÇADA

No tema de supervisão avançada serão feitas várias monitorizações ao terapeuta e aos seus casos.

- **Enquadramento teórico e prático dos casos.**
- **Discussão clínica de possibilidades de intervenção.**

Serão também aprofundados os estilos de terapeutas ou estilos em psicoterapia corporal.

- **Definição e estruturação dos processos psicoterapêuticos.**

24. REVISÃO DO PROCESSO FORMATIVO

No tema de revisão do processo formativo será feito um fecho dos 40 meses de formação.

Serão revistos alguns temas e conceitos fundamentais e será aprofundada a consciência do Ser Psicoterapeuta Corporal.

Integração de todo o conhecimento e aprendizagem através de experiências vivenciais e teóricas. Os dois últimos módulos (24º e 25º) serão dados conjuntamente e em retiro.

COORDENAÇÃO PEDAGÓGICA



DRA. MARIA DEL MAR CEGARRA CERVANTES PORTUGAL.

Psicóloga Clínica, especialista em saúde e doutoranda em Psicossomática e Ciências Neurais, Psicoterapeuta Somática em Biossíntese.

Professora Sênior Internacional.

Diretora do CPSB (Centro de Psicoterapia Somática).

Psicoterapeuta Conjugal, Naturopata e Homeopata.

Foi Presidente da Associação Portuguesa de Psicoterapia Corporal (APPC) e Autora do livro “A Arte de Amar a Três: Eu, tu e Nós” e “Mover o Pensamento Sentir o Movimento”.

INVESTIMENTO

Investimento: 9.200€ (inclui Matrículas)

Plano 1:

- Anuidade – **2 680.00€** (já inclui 1 Matrícula)

Plano 2:

Duração de pagamentos:

- Prestações: **215,00€** (valor mensal, durante 40 meses);
- Matrículas: 200,00€ x 3, o pagamento da matrícula é renovável anualmente no mês que iniciou o Curso.

O pagamento da 1ª matrícula formaliza a inscrição.

Os valores relativos à psicoterapia individual, supervisão e retiros não estão contemplados nestes pagamentos.

CANDIDATURAS E INFORMAÇÕES

Através da plataforma do CPSB: cpsb.eu/pt/

CPSB - CENTRO DE PSICOTERAPIA SOMÁTICA BIOINTEGRATIVA

Av. 5 de Outubro, no 122, 5ºEsq. Lisboa - 1050-061 - Portugal

Horário da Secretaria de 2ª a 6ª Feira:

Das 10h às 13h / Das 14h às 19h

+351 217 935 326

LISBOA • SAN SEBASTIAN • BARCELONA

www.cpsb.eu

cursos.online@cpsb.eu

[@escolapsicoterapiasomatica](https://www.instagram.com/escolapsicoterapiasomatica)

[@cpsb_lisboa](https://www.instagram.com/cpsb_lisboa)

www.cpsb.eu



LISBOA • SAN SEBASTIAN • BARCELONA

www.cpsb.eu

cursos.online@cpsb.eu

[@escolapsicoterapiasomatica](#)

[@cpsb_lisboa](#)

www.cpsb.eu