

Curso Profissional

# Primeiros Socorros Emocionais

**Ajudar Grávidas, Bebés e Pais pela Terapia Psico-Corporal**

**O Stress na Maternidade e Paternidade**



**Paula Diederichs em Portugal**

**2010**

**ForAll, Desenvolvimento Pessoal e Bem-Estar, Lda**

Rua Santa Catarina, n.º 722, sala 203, 4000 - Porto

Tlm. 934 472 129

E-Mail: [geral.forall@gmail.com](mailto:geral.forall@gmail.com)

É com muito orgulho que a **ForAll – Desenvolvimento Pessoal e Bem-Estar, Lda.**, apresenta aos técnicos a oportunidade de conhecer e vivenciar uma experiência única no curso de *Primeiros Socorros Emocionais* segundo o método da Dr.<sup>a</sup> Paula Diederichs, Berlim; com a sua presença e supervisão. Nos exercícios vivenciais facilitados durante o curso, os participantes serão convidados a tomar consciência dos seus próprios processos de gestação e parto. O impacto que este trabalho pode ter na prática quotidiana dos formandos é de grande relevo e tem-se implementado noutros países da Europa como sendo exemplo a Alemanha e a Áustria.

### **Objectivos do Curso**

Este curso pretende, dotar os formandos de novos métodos de intervenção em situações de crise que surjam numa das seguintes fases: Gravidez, 1.<sup>a</sup> Infância ou Parentalidade.

Serão abordados três níveis de intervenção:

1º- Trabalho no corpo da criança: a partir de uma perspectiva biológica/emocional; a criança é observada como ser independente, que precisa de ajuda. O bebé / criança reaprende o equilíbrio emocional.

2º- Trabalho no corpo da mãe/pai: A mãe, quando serena na relação consigo própria, pode estabelecer uma boa vinculação com os filhos.

3º- Trabalho na relação, a discussão terapêutica com o objectivo de entender e tratar, a fim de detectar os problemas: aprender a entender a empatia que existe entre todos os intervenientes e em todas as condições de vida, falar sobre as emoções, permite que volte a fluir a energia e assim também o amor.

Conforme tem vindo a ser comprovado por diversos autores, (desde os estudos bioenergéticos de Wilhelm Reich (1866-1957) que se debruçaram sobre a importância da fase do início da vida para o desenvolvimento do ser humano), a assistência ao feto e ao bebé na sua relação com a mãe e o pai é determinante para saúde emocional do indivíduo.

O trabalho desenvolvido por Paula Diederichs baseia-se numa atitude de tolerância e o respeito pelo outro, e pelo tempo do outro. Além disso este método utiliza um conhecimento prático de técnicas de massagem que, com toques suaves, permitem desfazer bloqueios musculares e tensões corporais.

Este curso oferece uma oportunidade de, através das manifestações subtis da linguagem corporal, aprender a entender os bebés assim como as suas mães: indo para além da razão, aprende-se a ouvir com o coração.

## **Currículo dos Formadores**

**Dr.ª Paula Diederichs:** Terapeuta psico-corporal, diplomada em Pedagogia Social/ Associada da DGK e do ISPPM/ Autora, Lecciona na Hochschule Darmstadt und Alice Salomon Hochschule Berlin "Trabalho de vinculação da terapia psico-corporal para a gravidez o bebé/criança e seus pais", criou há 12 anos cinco Centros de Serviço Ambulatório para Bebés Coléricos, em Berlim, que ainda hoje dirige (Universidade Livre de Berlim realizou avaliação externa em 2000). Formadora de profissionais na área da Terapia Psico-Corporal, para a fase entre a gravidez/parto e primeira infância; actualmente em Berlim, (certificado pela Câmara de Psicoterapeutas de Berlim) Wuertzburg, Darmstadt (Cooperação/Certificação da escola superior de Darmstadt, departamento de Assistência Social), Casa de Formação de St. Virgil em Salzburgo, e em Lisboa.



O grupo de trabalho **Crescer com Colo** (<http://www.freewebs.com/crescer-com-colo/>) é composto pelos primeiros técnicos formados em Portugal pela Dr.ª Paula Diederichs. Com a supervisão desta, a **Dr.ª Claudia Pinheiro**, a **Enf.ª Lurdes Rodeia** e a **Dr.ª Claudia Pires de Lima** tomarão corpo no grupo de formadores desta acção, seleccionadas não só pela sua prática mas também pelo seu empenho em divulgar e dinamizar esta corrente no nosso país.

**Dr.ª Claudia Pinheiro:** Licenciada pela Universidade Técnica de Lisboa; terapeuta de Massagem Biodinâmica e Apoio psico-corporal a grávidas e bebés; membro da direcção da Maternar – Rede de Apoio à Maternidade; formadora na Academia de Saberes, Aveiro; facilitadora de formação de profissionais "O Toque nos Bebés", e de "Relaxamento e Massagem" na AAUAv; membro da Ass. Wombtwin.com; coordenadora das primeiras formações de Paula Diederichs em Portugal, faz também a tradução consecutiva dos seus cursos.

**Enf.ª Lurdes Rodeia:** Enfermeira Obstetra, Professora na Escola Superior de Enfermagem de Beja, formada em Primeiros Socorros Emocionais com Grávidas, Bebés e Pais, Doula, com particular interesse pela humanização do parto, sócia da Humpar e da ADP. Presidente da Associação Ser Vida.

**Dr.ª Claudia Pires de Lima:** Licenciada em Psicologia, Terapeuta Familiar (em supervisão), com formação em Primeiros Socorros Emocionais com Grávidas, Bebés e Pais. Experiência de 4 anos em Departamento de Pedopsiquiatria, elemento do Centro de Investigação para a Psicologia em Desenvolvimento, com artigos publicados e vários estudos desenvolvidos. Gerente da ForAll, Lda. e co-fundadora do grupo Crescer com Colo. Sócia da

**ForAll, Desenvolvimento Pessoal e Bem-Estar, Lda**

Ser Beb . Faz clínica privada no Porto e em Paredes de Coura e   Técnica de Psicologia num Protocolo com a Segurana Social.

### **Público-alvo**

Técnicos que trabalhem ou queiram vir a trabalhar directamente na área do desenvolvimento infantil e/ou intervena precoce, bem como nas fases pré- e pós- parto.

  uma formaa com divulgaa a nível nacional pelo que pode haver a facilidade de dividir as sessões entre as cidades: Porto e Lisboa.

### **Equivalências**

Poderão ser atribuídas equivalências aos Psicólogos no módulo "Teorias da Vinculaa"

### **Calendarizaa e Localizaa**

#### Ano 2010

26, 27, 28 de Fevereiro (Lisboa)

27, 28 de Maro (Lisboa)

21, 22, 23 de Maio (Lisboa ou Porto)

11, 12, 13 de Junho (Lisboa)

9, 10, 11 de Julho (Porto)

17, 18 de Setembro (Porto)

14, 15, 16, 17 de Outubro (Lisboa)

Horário: das 9h30 às 13h00 e das 14h30 às 18h00 (duraa: 7h por dia)

Total de carga horária: 140horas

### **Local das Formaa es**

ForAll, Lda., Rua Sta Catarina, n. 722, sala 203 – 4000-Porto

Pousadas da Juventude do Porto e Lisboa

### **Custo e formas de pagamento**

1170  (+ IVA   taxa em vigor) – inscria es até 31 de Dezembro\*

1300  (+ IVA   taxa em vigor) – inscria es após 31 de Dezembro\*

(Facilidades de pagamento conforme contratualizado no momento da inscria o. Cada formando fará o seu plano)

### **Inscria o**

Para se inscrever basta enviar-nos um e-mail para [primeiros.socorros.emocionais@gmail.com](mailto:primeiros.socorros.emocionais@gmail.com) com a ficha de inscria o devidamente preenchida, acompanhada pelo curriculum vitae. Pode também enviar-nos por correio para a nossa sede.

**ForAll**, Desenvolvimento Pessoal e Bem-Estar, Lda

Rua Santa Catarina, n.  722, sala 203, 4000 - Porto

Tlm. 934 472 129

E-Mail: [geral.forall@gmail.com](mailto:geral.forall@gmail.com)

Posteriormente será agendada uma entrevista pela responsável/coordenadora do curso que ditará o deferimento da sua candidatura.

**Limite Máximo de Inscrições:** 14 formandos

### **Certificação**

A todos os formandos será atribuído um certificado de formação profissional e de aquisição de competências a intervir na área de Primeiros Socorros Emocionais.

### **Programa** (provisório)

#### **1º Encontro** (Dr.<sup>a</sup> Paula Diederichs) (com tradução consecutiva)

Introdução

- Apresentação dos formandos e da formadora
- Apresentação geral do programa

A Gravidez

- Modificações externas durante a gravidez
- Modificações internas durante a gravidez
- Contactar e comunicar com grávidas
- Intervenções de terapia corporal em grávidas (massagem, terapia psico-corporal e terapia bonding)
- Trabalho de auto-conhecimento sobre esta temática e sobre o nascimento

#### **2º Encontro** (Enf.<sup>a</sup> Lurdes Rodeia)

Fisiologia da gravidez, parto e puerpério

Importância da preparação do casal para o nascimento

Como actua a Natureza?

A evolução...

- Parto Natural
- Parto na Água
- Parto em Casa

O apoio à mulher depois do parto.

- “O desafio da mulher começa aqui...”

#### **3º Encontro** (Dr.<sup>a</sup> Claudia Pinheiro)

Bases da Terapia Psico-corporal

- Exercícios de consciência corporal e auto-conhecimento
- Modelo energético de Wilhelm Reich
- Ectoderme, mesoderme e endoderme
- As 3 camadas da personalidade

**ForAll**, Desenvolvimento Pessoal e Bem-Estar, Lda

- Massagem das Saídas e Distribuição de energia
- Estímulo Mínimo (Eva Reich)
- A procriação no mamífero

#### **4º Encontro** (Dr.ª Claudia Pinheiro)

##### Relação terapêutica

- Transferência e contra-transferência em Terapia Psico-Corporal
- Atitude base do terapeuta na Terapia Psico-Corporal familiar
- Intervenções de Terapia Psico-Corporal
- Exercícios de auto-conhecimento

##### Diferentes aspectos do papel maternal e paternal

- Aspectos e dificuldades do papel de mãe
- Aspectos e dificuldades do ponto de vista do pai
- Transição da díade homem-mulher, para uma família com um relacionamento

##### a três

- Supervisão das experiências práticas dos formandos

#### **5º Encontro** (Dr.ª Claudia Pires de Lima)

##### Teorias de Vinculação

- Introdução às teorias de vinculação (bonding)
- Relação mãe/pai - filho, e relação entre os pais
- Enquadramento sócio-cultural da família

##### Trabalho com Bebés

- Diagnóstico geral no trabalho com bebés
- Estratégias da terapia corporal em distúrbios de vinculação
- Potencial de intervenção sistémica em distúrbios de vinculação
- Toque e segurar ao colo (holding), e respiração anti-stress
- Exercícios de auto-conhecimento
- Massagem de centramento
- Massagem do bebé

#### **6º Encontro** (Dr.ª Claudia Pires de Lima)

##### Trabalho na Primeira Infância

- Princípios básicos e distúrbios no trabalho com crianças pequenas
- Conflitos de ambivalência
- Intervenções de terapia corporal em diversas patologias

#### **7º Encontro** (Dr.ª Paula Diederichs) (com tradução consecutiva)

##### Primeiros socorros emocionais: Estratégias de intervenção de crise...

**ForAll**, Desenvolvimento Pessoal e Bem-Estar, Lda

- Primeira Infância (0-3 anos de idade)
- Redução do stress da grávida
- Perturbações relacionais na díade Pais – Criança

#### Encerramento

- Apresentação das contribuições pessoais dos formandos
- Avaliação da formação

#### Organização:



ForAll – Desenvolvimento Pessoal e Bem-Estar, Lda.

#### Parceiros/Patrocinadores: (a actualizar)

Ao comprovar ser sócio/cliente/participante de um dos nossos parceiros poderá usufruir de um desconto de 10% na sua inscrição (não acumulável com outras campanhas).

#### Instituto de Terapia Psico-Corporal na Intervenção em Crise



<http://www.schreibabyambulanz.info>



maternar

<http://www.maternar.pt/>

Filhos de A a Z



<http://filhosdeaz.webs.com/>



kalandraka

<http://www.kalandraka.pt/>



<http://www.naturkinda.com/>

#### II Jornadas de Saúde Materno-Infantis

Actualizado em 16/12/2009

\* À ForAll reserva-se o direito de cancelar a formação até 8 dias antes da sua realização desde que informe os formandos, agendando nova data (cancelamento do módulo) ou restituindo o valor em causa (cancelamento do curso).

**ForAll**, Desenvolvimento Pessoal e Bem-Estar, Lda