

CPSB
CENTRO DE PSICOTERAPIA
SOMÁTICA EM BIOSÍNTESE
Psicoterapia Corporal



BIOSYNTHESIS®
ASSOCIATED TO THE
INTERNATIONAL FOUNDATION
FOR BIOSYNTHESIS IFB



BioGrupo
Grupo Psicoterapêutico em Biossíntese

Descubra-se numa experiência transformadora.

Grupo Psicoterapêutico em Biossíntese

CPSB

CENTRO DE PSICOTERAPIA
SOMÁTICA EM BIODISSÍNTHESE
————— Psicoterapia Corporal



BIOSYNTHESIS®

ASSOCIATED TO THE
INTERNATIONAL FOUNDATION
FOR BIOSYNTHESIS IFB



EUROPEAN
ASSOCIATION FOR
BODY-
PSYCHOTHERAPY



BioGrupo é formação e psicoterapia, é onde pode aprender como pode transformar e ampliar os seus recursos internos.
Grupo Psicoterapêutico em Biossíntese

Tem por base uma psicologia pré e perinatal, uma psicoterapia somática e transpessoal - a Biossíntese. Por mais que possa aprender sobre si e sobre o mundo é a sua auto regulação que lhe permite vivenciar o mundo de forma harmoniosa usando as ferramentas que se dispõe a aprender.

A formação oferece ferramentas de Autodesenvolvimento que lhe permite um maior auto conhecimento, com bases científicas e que não se reduzem apenas à mente ou ao corpo, mas ao ser humano integral, inteiro, onde corpo, mente, emoções e espiritualidade são indicadores na dinâmica da vida.

Assim, o curso acentua uma aprendizagem experiencial, activa e aberta ao espaço relacional. Abordam-se temas clínicos que fazem parte da nossa existência, Qual a razão das nossas angústias, necessidades e desejos? é um deles.

Destinatários

O BioGrupo destina-se às pessoas que têm um genuíno interesse de crescimento pessoal que independentemente da sua profissão, desejem contactar com a sua natureza essencial enquanto indivíduos, num aprofundar dos seus processos psicológicos, emocionais e espirituais, em todas as áreas da sua vida.

Direcção Clínica do BioGrupo



Dra. Maria Del Mar

Psicóloga Clínica; Psicoterapeuta Somática em Biossíntese, Portadora do ECP, Certificado Europeu de Psicoterapia, Somatic Coach; Terapeuta familiar; Naturopata; International Sénior Trainer em Biossíntese; Diretora do Centro de Psicoterapia Somática em Biossíntese, da Península Ibérica, co-presidente da EABS (European Association for Biosynthesis) e Presidente da APPC (Associação Portuguesa de Psicoterapia Corporal).



BioGrupo

Grupo Psicoterapêutico em Biossíntese

Objectivos do Biogrupo

- Promover o autoconhecimento, o desenvolvimento das suas qualidades e trabalhar a aceitação das fragilidades.
- Sensibilizar para o sentido da sua vida;
- Promover uma melhor forma de estar na vida;
- Ajudar terapeuticamente para saber gerir/perceber/ultrapassar uma fase difícil da vida;
- Promover o encontro entre pessoas em quem possam confiar para partilharem a sua vida;
- Encontrar um sítio onde se sintam compreendidas; onde sentem que pertencem; Um refúgio para a solidão;
- Usufruir de uma técnica terapêutica que olha para o ser humano como um todo desde o físico, mental, emocional e espiritual;

Este grupo pertence ao Dep. De Formação do CPSB, logo os alunos poderão no futuro ter acesso ao grupo da Pós-Graduação, recebendo os créditos correspondentes. Em caso interesse posterior na frequência da Pós-Graduação em Psicoterapia Somática em Biossíntese, e após finalização dos dois módulos de um ano, o aluno poderá transitar para a mesma, após entrevista pessoal e avaliação do processo e do curriculum, tendo equivalência para horas de terapia individual e de peer-goup (grupos de estudo).

Metodologia de ensino

A formação teórica será fundamentalmente expositiva com recurso a suporte audio-visual. Visa-se também a participação activa do aluno. A formação prática terá um carácter demonstrativo e activo. Num ambiente terapêutico, em exercícios individuais e dinâmicas de grupo, são dadas ferramentas teóricas e vivenciais, numa experiência que se desenrola ao longo de 1 a 2 anos, onde a ênfase é o processo pessoal e a auto experiência.



Programa / Temas

Início do caminho

O que é o autoconhecimento e porque é importante? O que é a Biossíntese? O que é a Terapia Psico-corporal? Qual a minha situação de vida hoje? O que é importante para mim? Como me sinto agora? Qual é a minha tendência de personalidade? Intenção do grupo. Motivação. Intenção e motivação de cada participante.

De Corpo e Alma. Da Cabeça aos Pés

O que representa o meu corpo para mim? Como cuido do meu corpo? Como se manifesta a minha história de vida no meu corpo? Como me relaciono com o meu corpo? O que gosto mais, o que não gosto? Que partes estão mais vivas/ativas? Onde estão as minhas tensões?

Com os Pés na Terra.

Trabalhar as minhas raízes. Presente e passado. Como estou ligado à vida? Qual é a base da minha estrutura psico-emocional? Tenho o tônus muscular necessário para agir ou me mover na vida? O que me dá segurança? Enraizamento diz-me alguma coisa?

Qu"emoções" sou eu?

A respiração é a chave para aceder às nossas emoções. Tem a ver com valores pessoais e com a própria identidade. Afinal, quem sou eu? Quais são e onde moram as minhas emoções? Sinto-me centrado na minha vida?

Retiro Expansão da Consciência

Do caminho da consciência contraída até à consciência pura e a importância e utilidade da meditação neste processo. Saber distinguir entre a meditação real, a que ajuda à dissolução do Ego e está ligada ao corpo, e a imaginação. Como realizar este caminho de procura do equilíbrio interior? Quanto estamos disponíveis para parar, olhar para dentro e integrar as nossas várias partes, os nossos vários Eu's?

A minha criança interior

Dentro de nós vive a criança que fomos. As suas feridas não curadas resultaram nos padrões emocionais do adulto que somos. Quando estas feridas são curadas também o adulto se cura. Em que momentos da minha vida manifesta-se a minha criança interior? Como entrar em contacto com ela? Como cuidá-la?



BioGrupo

Grupo Psicoterapêutico em Biossintese

“O meu espaço e o dos outros.”

A fronteira entre mim e o mundo. Limites. O meu mundo dentro do mundo. Eu e o outro.

Confiança e Autoestima. Compreender e reconhecer os meus limites e os limite do outro, e ter a capacidade de negociar para uma gestão construtiva do conflito nas várias áreas da minha vida.

Relação comigo, relação com os outros, relação com o mundo.

Como me relaciono? A forma como me aproximo e me afasto dos outros fala profundamente sobre a minha história afetiva e dos meus modelos ou crenças relacionais. Qual será o meu estilo? Desde o simbiótico, dependente, co-dependente, autónomo, independente, desligado, ausente, todos temos o “nosso estilo de vínculo” que pode variar com diferentes pessoas, mas que na base têm a mesma raiz.

Como posso melhorar as minhas relações? Desenvolver o contacto e relações de profundo amor com os outros, em oposição às relações simbióticas ou destrutivas. É o equilíbrio entre estar junto e estar separado.

Erotismo e Sexualidade

A sexualidade é um tema fundamental na nossa vida, que não se reduz ao ato sexual em si. A sexualidade relaciona-se com a auto imagem, a relação com o corpo, a forma como o tratamos, mostramos ou escondemos. E também como nos afastamos ou aproximamos de pessoas e/ ou de situações prazerosas ou destrutivas, a forma como construímos as fantasias e perversões e o medo da entrega.

A sexualidade é importante para mim? Será que a sexualidade está separada do coração? Como me relaciono com o meu corpo e com a minha libido? Como expesso o meu erotismo? Sou sedutor/a ou sou seduzido/a? Estou prisioneira/o de crenças e/ou ideais?

Recursos, Sonhos e Sentido da Vida

O passado negativo ainda me afeta? Como posso transformar a minha experiência em recursos? Interpretando a minha realidade, os meus traumas, os meus sonhos. E transformando as imagens restritivas em imagens criativas.

O que é ser “bem-sucedido” na vida? Que qualidades possuo? Qual o meu sentido da vida? O que sou e o que tenho? Interação entre objetivos internos e externos.

O que trouxe comigo, o que recolhi ao longo do caminho e como posso concretizar os meus projetos?

Tema global da Biossintese com outros cursos e grupos.



Temas para o ano 2:

Genograma, a árvore da minha vida
O meu corpo é a porta da minha alma
Energia Vital
Renascimento, agarrar o novo, largar o velho
Viver no medo ou viver no amor?
Criatividade, o meu potencial infinito
Sexualidade
Comunicação consciente
Como despedir-me de pessoas amadas?
Transcendência

Corpo Docente

Duração, Estrutura do BioGrupo

O BioGrupo tem uma carga horária anual de 352 horas de aulas teóricas e práticas.



Dra. Maria del Mar Cervantes
Professora Sénior Internacional

Psicóloga Clínica; Psicoterapeuta Somática em Biossíntese, Portadora do ECP, Certificado Europeu de Psicoterapia, Somatic Coach; Terapeuta familiar; Naturopata; International Sénior Trainer em Biossíntese; Diretora do Centro de Psicoterapia Somática em Biossíntese, da Península Ibérica, co-presidente da EABS (European Association for Biosynthesis) e Presidente da APPC (Associação Portuguesa de Psicoterapia Corporal).



Dra. Milagros Carmona
Professora Local

Terapeuta Psico-Corporal formada em Massagem Biodinâmica, Psicoterapia Somática em Biossíntese, Constelações Sistémicas Familiares, Constelações Sistémicas Organizacionais, Bowen Therapy e Hartmara/Biorgonomia. Experiência profissional, anterior à psicoterapia, durante 20 anos em multinacionais da publicidade e marketing. Foi docente de massagem biodinâmica nas Asas e Raízes, e de toque terapêutico e relaxamento nas Escolas Superiores de Enfermagem São João no Porto e São Vicente Paulo em Lisboa. Formadora na Escola do Centro de Psicoterapia Somática em Biossíntese. Training Manager na PE-OSP Psicologia Empresas. Facilitadora de grupos terapêuticos. Desde 2003 trabalha em atendimento individual em Lisboa.



BioGrupo

Grupo Psicoterapêutico em Biossintese



Dra. Patrícia Querido

Professora Local

Psicóloga e Psicoterapeuta Somática em Biossintese, Professora/Formadora na Escola do Centro de Psicoterapia Somática em Biossintese, Training Manager da PE-OSP Psicologia Empresas. Formação em Teorias e Técnicas em Psicoterapias Corporais, Formação em Massoterapia (Massagem Terapêutica). Professora/Formadora dos Cursos de Educação e Formação e Ensino Recorrente do Ministério da Educação. Diretora Pedagógica da Espaço Ser, Psicologia, Formação e Apoio Escolar, Lda. Oradora em várias palestras e workshops na área da Psicologia, Psicoterapia, Educação e Comportamental. Facilitadora de Grupos Terapêuticos. Experiência em atendimento em consultório privado desde 2003.



Dra. Ana Damião

Professora Assistente

Psicoterapeuta Somática em Biossintese e Assistente do Grupo de Formação Livre no Centro de Psicoterapia Somática em Biossintese. Licenciada em Gestão e Administração de Empresas em 1996, exerceu na área até 2008, altura em enveredou pela psicoterapia, através do curso de Pós-Graduação em Psicoterapia Somática em Biossintese. Início de atendimento no Centro de Psicoterapia Somática em 2011 e em consultório privado desde 2013. Experiência de 2 anos como assistente do grupo de formação livre do CPSB.

Calendarização

22 e 23 de Fevereiro;

22 e 23 de Março;

5 e 6 de Abril;

16, 17, 18 de Maio (Retiro);

14 e 15 de Junho;

12 e 13 de Julho;

27 e 28 de Setembro;

18 e 19 de Outubro;

14, 15 e 16 de Novembro (Retiro);

6, 7 e 8 de Dezembro (Workshop Institucional).

Horário: Sábados das 10h às 19h, Domingos das 10h às 17h, com 1h30 de Almoço.

Local: CPSB - Av. 5 de Outubro, n.122, 5º Esq - Lisboa

Inscrição Anual: 50€

Investimento Mensal: 130€

Candidate-se e Descubra-se numa experiência transformadora



Formulário de Inscrição

Avenida 5 de Outubro,
n.º122, 5º Esq.
PT - 1050-061 Lisboa

Tel: 217935326 | Fax: 212498769 | Telm 96 393 97 50

geral@cfpsb.com

www.schoolbiosynthesis.com

facebook.com/biosintese.escolapsicoterapiasomatica



BIOSYNTHESIS®
ASSOCIATED TO THE
INTERNATIONAL FOUNDATION
FOR BIOSYNTHESIS IFB



EUROPEAN
ASSOCIATION FOR
BODY-
PSYCHOTHERAPY



Av. 5 de Outubro, nº.122, 5º Esq.

Lisboa - 1050-061 Portugal

Tel.: 217935326 Fax: 212498769

Telm.: 96 393 97 50

geral@cfpsb.com

www.schoolbiosynthesis.com