

CURSO

# DIFERENTES FERRAMENTAS DE INTERVENÇÃO NO TRAUMA PSICOLÓGICO

**73 HORAS** (24 HORAS SÍNCRONAS,  
49 HORAS ASSÍNCRONAS)

**MAIS VALIAS:** Dotar os formandos de conhecimentos teórico-práticos no âmbito da aplicação de um conjunto de intervenções psicossociais e psicológicas associadas à exposição a acontecimentos que se podem revelar traumáticos.

ONLINE | PÓS-LABORAL

**480€**



**PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS**

- Crises e reações de stress comuns
- Reações e situações complexas
- Primeiros Socorros Psicológicos: PSP
- Descrição dos PSP: modelo, objetivo e ações-chave (Brymer et al., 2006)
- Um modelo simples: International federation of the Red Cross and Red Crescent Societies: IFRC
- Evidência empírica
- a) PSP: passo a passo, Modelo Brymer et al. (2006)
- . Modelo Brymer et al. (2006)
- . Contacto e envolvimento
- . Segurança e conforto
- . Estabilização (se necessário)
- . Recolha de informação: necessidades e preocupações atuais
- . Assistência prática
- . Ligação com o suporte social
- . Informação sobre coping
- . Articulação com outros serviços
- b) PSP: passo a passo
- . Modelo IFRC
- . Olhar
- . Escutar
- . Ligar
- c) Aplicação PSP
- . Exercícios e análise de casos;

**COMPETÊNCIAS PARA A RECUPERAÇÃO PSICOLÓGICA (CRP)**

- Entre os primeiros socorros psicológicos e a terapia
- Descrição das CRP (objetivo e competências)
- Considerações para o uso das CRP (ex., preparação, relação de ajuda, expectativas, importância de uma perspetiva desenvolvimental, sensibilidade cultural, aspetos práticos)
- Evidência empírica
- a) CRP: passo a passo
- . Competências essenciais
- . Recolha de informação e priorização
- . Resolução de problemas
- . Atividades positivas
- . Gestão das reações
- . Pensamentos úteis
- . Ligações sociais saudáveis
- b) Aplicação CRP
- . Exercícios e análise de casos;

**TERAPIA DE PROCESSAMENTO COGNITIVO (TPC)**

- Descrição da TPC (teoria, objetivo e componentes)
- Evidência empírica
- a) TPC: passo a passo
- . Visão geral do tratamento
- . Identificar pontos de bloqueio (stuck points)
- . Processar o index de evento
- . Aprender a desafiar padrões problemáticos de pensamento e crenças
- . Temas traumáticos: segurança, confiança e poder/controle, estima e intimidade

- b) Aplicação TPC
- . Exercícios e análise de casos;

**TERAPIA DE EXPOSIÇÃO PROLONGADA (TEP)**

- Descrição da TEP (teoria, objetivo e componentes)
- Evidência empírica
- a) TEP: passo a passo
- . Visão geral do tratamento
- . Retreinamento da respiração
- . Discussão das reações comuns ao trauma
- . SUDS (Subjective Units of Distress Scale)
- . Hierarquia in vivo
- . Exposição in vivo
- . Exposição imaginal (incluindo hot spots)
- . Processamento
- . Prevenção de recaída
- b) Aplicação TEP
- . Exercícios e análise de casos;

**TERAPIA DE EXPOSIÇÃO ESCRITA (TEE)**

- Descrição da TEE (teoria, objetivo e componentes)
- Evidência empírica
- a) TEE: passo a passo
- . Introdução ao tratamento
- . Instruções gerais para as sessões de escrita
- . Instruções de escrita e conclusão específicas para cada sessão
- b) Aplicação TEE
- . Exercícios e análise de casos;

**TERAPIA DE EXPOSIÇÃO NARRATIVA (TEN)**

- Descrição da TEN (teoria, objetivo e componentes)
- Evidência empírica
- a) TEN: passo a passo
- . Diagnóstico e educação
- . Linha da vida
- . Início da narração a partir do nascimento e continuação até ao primeiro acontecimento traumático
- . Releitura da narrativa obtida nas sessões anteriores e continuação da narração de eventos traumáticos e de vida subsequentes
- . Releitura e assinatura do documento de testemunho completo
- b) Aplicação TEN
- . Exercícios e análise de casos;

**ANA OLIVEIRA**

Psicóloga, especialista na área da Psicologia da Justiça e da Psicologia Clínica e da Saúde, pela Ordem dos Psicólogos Portugueses. Ao longo dos anos tem vindo a especializar-se na área da Psicotraumatologia. Concluiu o doutoramento em Psicologia pela Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, com o foco de investigação na área do apoio de pares no contexto de emergência pré-hospitalar. Tem apresentado diversos trabalhos em eventos científicos e publicado em revistas e jornais nacionais e internacionais. É professora auxiliar convidada do Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes (ISMAT), lecionando a Unidade Curricular de Intervenções em crise e em emergência, no Mestrado de Psicologia do Trabalho e Saúde Ocupacional.

(MAIS INFO NO SITE)

**MARINA MOREIRA**

Psicóloga Especialista em Psicologia Clínica e da Saúde, Terapeuta EMDR e com especialização em Psicoterapias Cognitivo-Comportamentais. Ocupa cargo de Gestora de Projetos de Formação numa incubadora de inovação social. Ao longo dos últimos anos, colaborou com a Cruz Vermelha Portuguesa onde teve a oportunidade de acompanhar populações vulneráveis. Foi psicóloga de um Centro Comunitário e Diretora Técnica de um Centro de Alojamento de Emergência Social. Colaborou com uma Equipa de Saúde Mental e Apoio Psicossocial, integrou a Operação Embondeiro por Moçambique, levada a cabo na sequência do Ciclone Idai, em 2019, assim como a Task-Force para a Saúde Mental e Apoio Psicossocial da CVP no âmbito da COVID-19. Interessa-se por investigação em temáticas como intervenção em crise, trauma psicológico, resiliência e acolhimento familiar.

**RANDDY FERREIRA**

Psicólogo, Cruz Vermelha Portuguesa. Ao longo do tempo, especializou-se em ajudar pessoas que vivenciaram acontecimentos que se revelaram traumáticos, acumulando mais de 15 anos de experiência. O seu interesse por esta área levou-o à procura das melhores práticas (ex., Israel, EUA, Dinamarca), bem como a aprender com colegas de diferentes culturas. Participou em missões/operações humanitárias, nacionais e internacionais (ex., incêndios florestais – Portugal 2017 e ciclone – Moçambique 2019). Atualmente, colabora com várias organizações que trabalham com vítimas e/ou sobreviventes de trauma (ex., Associação Portuguesa de Apoio à Vítima – APAV e Serviço Jesuíta aos Refugiados – JRS Portugal), bem como é formador e supervisor em psicotraumatologia.

(MAIS INFO NO SITE)