

ESPECIALIZAÇÃO AVANÇADA
**ESTADOS MODIFICADOS
DE CONSCIÊNCIA**

COORDENAÇÃO CIENTÍFICA

217 HORAS (66 HORAS SÍNCRONAS E
151 HORAS ASSÍNCRONAS)

MAIS VALIAS: Compreender a importância da ética e das considerações legais na prática clínica, especialmente no que se refere à utilização de técnicas de expansão da consciência.



**JOÃO
PERESTRELO**

ONLINE | PÓS-LABORAL

1910€



TEORIA DA CONSCIÊNCIA

- Neurociências
- Senciência e consciência
- Teorias da consciência: um modelo unificado
- Teoria do cérebro entrópico
- Consciência artificial;

ESTADOS MODIFICADOS DE CONSCIÊNCIA E TEORIAS DO INSCOCIENTE

- Funções dos estados expandidos de consciência
- A utilização de estados expandidos de consciência: aspetos transculturais;
- Contributos de Freud e da Teoria Psicanalítica
- Contributos da Teoria Cognitiva
- Contributo da Teoria de Stanislav Grof
- As neurociências modernas e o inconsciente;

TEORIA JUNGUIANA E ESTADOS EXPANDIDOS DE CONSCIÊNCIA I

- Inconsciente coletivo
- Arquétipos junguianos
- Interpretação junguiana de símbolos;

TEORIA JUNGUIANA E ESTADOS EXPANDIDOS DE CONSCIÊNCIA II

- Interpretação junguiana de símbolos
- Análise de exemplos práticos;

HIPNOSE CLÍNICA I

- A Hipnose ao longo da história
- Bases neurobiológicas da hipnose
- A (Neuro)fenomenologia da hipnose
- Transe e sugestão
- Teorias da hipnose
- A Psicanálise e a hipnose;

HIPNOSE CLÍNICA II

- Processo e técnicas de hipnose em contexto clínico
- Utilizações terapêuticas e médicas da hipnose
- Hipnose Ericksoniana
- Auto-hipnose
- Considerações legais e éticas;

HIPNOSE CLÍNICA III

- Prática de guiões;

MEDITAÇÃO I

- Breve histórico e origens da meditação
- Tipos de meditação
- Meditação e afetação da consciência
- Meditação e estados alterados de consciência
- Evidências neurocientíficas da meditação
- Mudanças neuroanatômicas: alterações da estrutura cerebral devidas à meditação
- Mudanças neurofisiológicas: meditação e atividade cerebral
- Efeitos da meditação no sistema nervoso autónomo: influência na atividade do sistema nervoso parassimpático e simpático;

MEDITAÇÃO II

- Técnicas de meditação e os seus efeitos
- Alterações do estado de consciência com as diferentes técnicas
- Estudos de caso
- Meditação e saúde mental
- Ligação entre meditação e bem-estar mental;

MEDITAÇÃO III

- Impacto da meditação na redução do stress, ansiedade, depressão e outros problemas de saúde mental
- Desafios comuns na prática da meditação
- Desmistificação de equívocos e mitos sobre a meditação;

RESPIRAÇÃO HOLOTRÓPICA I

- Fundamentos fisiológicos da respiração
- Relação com o sistema nervoso autónomo (SNA) e o equilíbrio entre os sistemas simpático e parassimpático
- A Respiração holotrópica (RH): raízes históricas
- Fundamentos da RH
- Elementos base da respiração e mecanismos fisiológicos
- Práticas de respiração para a expansão da consciência
- Orientações sobre como integrar práticas de respiração

RESPIRAÇÃO HOLOTRÓPICA II

- Indicações e contra-indicações
- Potencial terapêutico
- Ética e segurança na prática da respiração;

SUBSTÂNCIAS PSICADÉLICAS I

- Introdução às substâncias psicadélicas: definição e classificação
- Breve história e uso em diferentes culturas
- Neurociência dos psicadélicos
- Mecanismos de ação no cérebro
- Efeitos das substâncias psicadélicas na consciência e percepção
- Principais substâncias psicadélicas: LSD, Psilocibina, MDMA, Ayahuasca, DMT, entre outros
- Perfil farmacológico e efeitos específicos;

SUBSTÂNCIAS PSICADÉLICAS II

- Psicadélicos na terapia: revisão de estudos e pesquisas clínicas
- Discussão sobre eficácia, segurança e potenciais aplicações terapêuticas
- Preparação e integração
- Aspetos transculturais do uso de psicadélicos: uso tradicional e cerimonial de psicadélicos em diferentes culturas
- Efeitos adversos e contra-indicações
- Ética e legislação;

MÚSICA, DANÇA E ARTE I

- Fundamentos teóricos e contexto histórico-cultural
- Música, dança e terapia somática: abordagens teóricas, modelos de intervenção e impacto na saúde mental
- Géneros musicais e ritmos indutores de estados alterados de consciência;

MÚSICA, DANÇA E ARTE II

- Tipos de dança indutora de estados alterados de consciência
- Revisão de estudos científicos sobre o tema
- Práticas;

SONO E SONHOS I

- Raízes da análise e interpretação de sonhos: a dimensão de inconsciente pessoal de Freud e a dimensão de inconsciente coletivo de Jung
- As imagens vivas: perspectiva fenomenológica dos sonhos de James Hillman e Marion Woodman
- Metodologias de aproximação aos sonhos: “associação” de Freud, “amplificação” de Jung, e a “animação” de Hillman
- As bases da metodologia Dream Tending: entrar no mundo onírico com uma atitude onírica, a consciência corporal, a presença no aqui-e-agora, o “não saber”;

SONO E SONHOS II

- As bases da metodologia Dream Tending: entrar no mundo onírico com uma atitude onírica, a consciência corporal, a presença no aqui-e-agora, o “não saber”;

REALIDADE VIRTUAL

- Mecanismos pelos quais a RV pode alterar a percepção e a consciência
- Experiências imersivas que mimetizam estados alterados de consciência
- Aplicações terapêuticas da RV;

JOÃO PERESTRELO

Mestrado em Medicina pelo Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar (2006-2012), Especialidade em Psiquiatria pelo Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia/Espinho (2014-2019), Diretor de Psicodrama pela Sociedade Portuguesa de Psicodrama (2015-atualidade), Formação em EMDR nível 2 (2019-2020), Formação em Brainspotting nível 3 pelo Instituto Brainspotting Reino Unido (2020-2023), Formação em Sistemas Familiares Internos, pela Sociedade Portuguesa de Psicoterapias Construtivistas (2021)

(MAIS INFO NO SITE)

DOCENTES**BRUNO TEIXEIRA**

Certificado em Terapia Electroconvulsiva (TEC) e Outras Terapias Físicas, pelo Hospital Universitario de Bellvitge (2017), Instrutor Qualificado do Programa de Redução de Stress Baseado em Mindfulness (MBSR), pelo Center for Mindfulness da Universidade de Massachusetts (2015- 2019), Instrutor Certificado do Programa de Prevenção da Recaída Baseado em Mindfulness (MBRP), pelo Centro Português de Mindfulness (2022), Certificado em Terapia Brainspotting: Nível 1, Instituto Aleces, Brainspotting Espanha (2021); Nível 2, Brainspotting United Kingdom Institute (2023), Certificado em EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing): Nível 1 e 2, Centro de Psicologia do Trauma e do Luto (2020 e 2022)

(MAIS INFO NO SITE)

MARIA GARCEZ

Mestrado Integrado em Psicologia Clínica e da Saúde – FPCE UP (2002-2008), Formação em Arte-Terapia Institucional pela Sociedade Portuguesa de Arte-Terapia (2006-2008), Frequência de Especialização em Medicina Tradicional Chinesa, Instituto Português de Naturologia (2009-2011), Formação em Terapia Transpessoal Avançada, Escola de Desenvolvimento Transpessoal (2010-2012), Formação em Coach em Educação Transpessoal, Escola de Desenvolvimento Transpessoal (2012-2013), Formação em Consultor em Mindfulness, Escola de Desenvolvimento Transpessoal.

(MAIS INFO NO SITE)



VANESSA OLIVEIRA

Licenciatura em Psicologia Aplicada pelo Instituto Superior de Psicologia Aplicada (1995-2000), Pós-Graduação em Consulta Psicológica e Psicoterapia pelo Instituto de Psicologia Avançada e Formação (2002-2004), Formação em Terapia Transpessoal na Escuela Española de Desarrollo Transpersonal (2008-2010), Formação em Respiração Holoscópica na Escuela Española de Desarrollo Transpersonal (2011), Formação de Especialista em Mindfulness na Escuela Española de Desarrollo Transpersonal (2013)

(MAIS INFO NO SITE)