



Educação Emocional em Tempos de Pandemia

Apresentação Global
Formação Profissional

PsicoSoma 15 anos
EMOTION TRAINERS FOR EXPERT MINDS

PsicoSoma

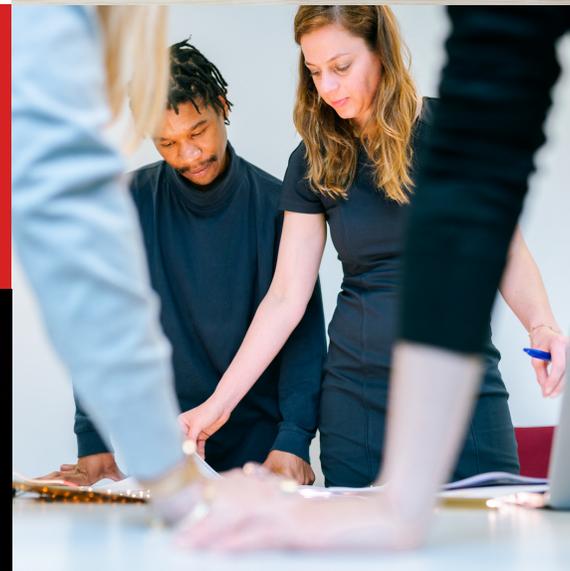


Marca registada em território nacional e internacional.

Entidade certificada pela DGERT.

A PsicoSoma detém as marcas expertMind e ICN Agency.

© 2020 - PsicoSoma



Quem somos?

A PsicoSoma é um conceito de Formação Profissional, certificada pela DGERT, através do qual desenhamos soluções formativas exclusivas.

Promovemos ainda publicação de livros técnicos, e eventos científicos.

Apresentamos uma larga experiência, de 15 anos, em experiências formativas assentes no desenvolvimento pessoal, psicologia, comportamento e ainda comunicação.

Aliando sempre a neurociência cognitiva aos conteúdos, processos e simulações desenhadas.



Formação Pedagógica
Inicial de Formadores



Entidade Certificada
desde 2009



Plataforma de Gestão e
Comunicação



Emissão de Certificados de
Formação



FORMAÇÃO DE ESPECIALIZAÇÃO PSICOSOMA - 2020

PsicoSoma 15 anos
EMOTION TRAINING FOR EXPERT MINDS



Formação

6 Áreas Certificadas : 50 Cursos

Formação de Formadores - homologado pelo IIEFP.
eFormador e Professor E-Learning
Pós-Graduação em NeuroEducação
Master Course em Neuromarketing



Consultoria Empresarial

Formação On Demand. Consultoria.
Projetos de formação on demand, consultoria para
Formação-Ação, Certificação à DGERT, etc...



Editora Técnica

+60 livros editados

Educação, Psicologia, Comunicação, Web
Marketing, Gerontologia...
Professores nacionais e internacionais.



Loja E-Commerce

Envios em 48h. Sem portes.

Livros Técnicos, eventos e ainda inscrições de
formações tudo à distância de um clique.



Eventos Científicos

Webinar, Aulas, Simpósios...

NeuroEduca, AGEIS, Congresso de Neurociência e
Educação Especial, Aulas abertas, etc...



“““

Sobre o curso

Com esta experiência pretende-se dotar todos os participantes de recursos teórico-práticos para a compreensão e gestão das emoções em tempos de crise e de urgência social e sanitária.

"Descubra que Recursos Psicológicos poderão usar na gestão eficaz das emoções.

Um curso que conta com o autor Vitor Fragoso, do livro Educação Emocional para Seniores."

”””



Metodologia da experiência

Curso: Educação Emocional em Tempos de Pandemia

Modalidade de Formação: Formação profissional continua/
Aperfeiçoamento e aprendizagem de competências.

Organização da Formação: Curso de formação E-Learning

Destinatários: Psicólogos, Animadores Socioculturais, Terapeutas
Ocupacionais, Outros Profissionais de Saúde que exerçam prática na
reabilitação e/ou prevenção.

Duração do Curso: 40 horas

10horas Sessões Síncronas - contacto via Zoom

10horas Sessões Assíncronas - vídeos, podcast, leituras, desafios...

20horas de Auto-formação - exercícios, atividades, planos...

**Esta experiência irá ser
certificada via SIGO
num total de 40h**



Objetivos

✓ Gerais:

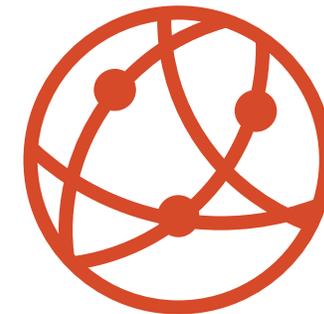
- Pretende-se dotar todos os inscritos de recursos teórico-práticos para a compreensão e gestão das emoções em tempos de crise e de urgência social e sanitária.

✓ Específicos:

- Identificar sentimentos e emoções inerentes a uma situação de crise social e urgência sanitária.
- Sensibilizar os profissionais para a necessidade de desenvolverem uma escuta ativa e contenção emocional adequadas a uma situação de crise.
- Conter, reconhecer e enfrentar emoções próprias e alheias, identificando as várias etapas, sentimentos e desafios que vão surgindo num momento excepcional como este.
- Refletir sobre modos de intervenção em tempos de Pandemia



Tópicos Explorados



-  Educação Emocional
-  Crise e Criatividade
-  Como Lidar com o Novo
-  Trabalhar o Medo, a ansiedade e o pânico
-  Recursos Psicológicos
-  Pós-Crise: Planificar a Esperança

A plataforma colaborativa de apoio à formação



As sessões síncronas ocorrem via



Conteúdo programático total

Módulo 1 - Educação Emocional

- Emoção e Razão: conhecer, interpretar, enfrentar
- Corpo Emocional
- Experiência Emocional: relação entre tempo, espaço e vínculo
- Inteligência Emocional

Módulo 2- Crise e Criatividade

2.1 - Como Lidar com o Novo

- Compreensão da experiência psíquica em situação de crise
- Vínculos: entre o normal e o patológico

2.2 - Trabalhar o Medo, a ansiedade e o pânico

- Entre o Medo e Pânico
- Para que o medo não vire pânico
- Formas de encarar a realidade em situações de crise
- Quando o medo se excede
- Sair do pânico
- Emoções Oscilantes

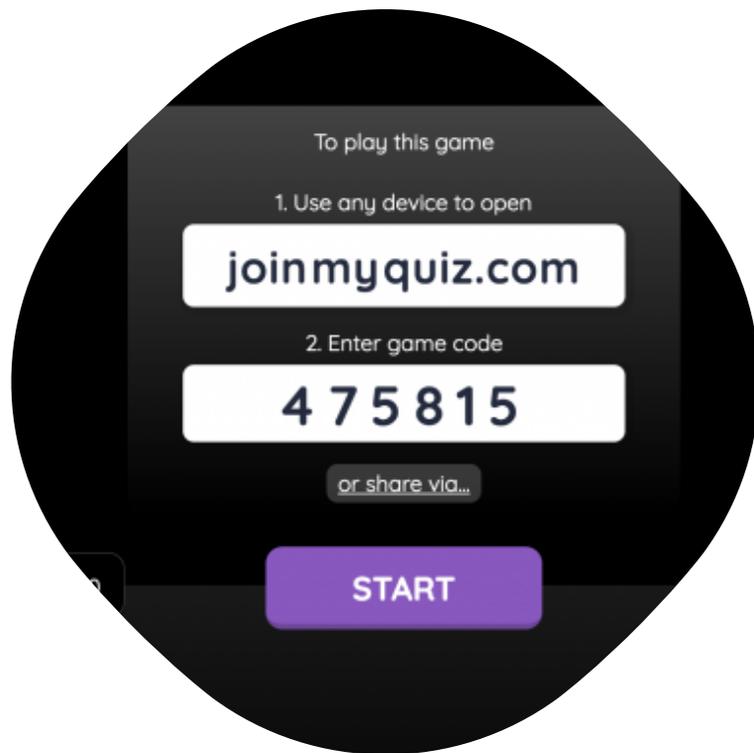
2.3 - Recursos Psicológicos

- Ultrapassar obstáculos
- Ir além do que nos condiciona
- Sentido(s) para a adversidade
- A importância de manter o foco
- Aprender com a experiência

2.4 - Pós-Crise: Planificar a Esperança

- Luto e Trauma
- Planificar a esperança
- Crise e Oportunidade: construir o futuro

Como decorrem as sessões



Ice Breaker
Conteúdos Teóricos-Práticos
Reflexões e Desafios



Desafios de reflexão e
exploração de conceitos
e casos de sucesso / insucesso

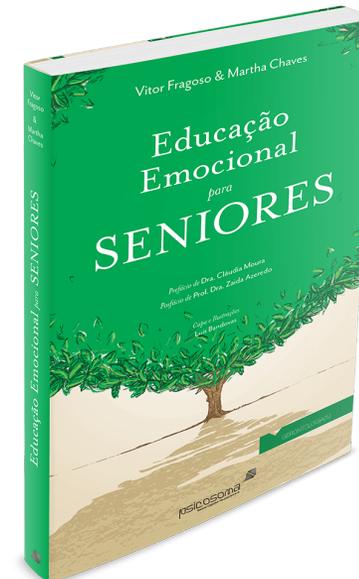
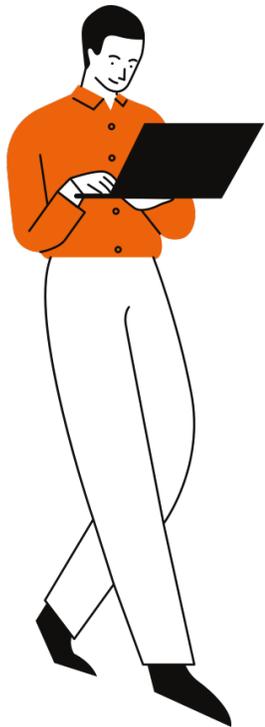


Simulações / Exercícios
Com apoio do facilitador

Facilitador

Vitor Fragoso

Licenciado em Psicologia pelo ISMAI (Instituto Superior da Maia); Pós-graduado em Terapia Familiar pelo ISMAI/Sociedade Portuguesa de Terapia Familiar; Formado em Educação Parental em curso orientado pelo Dr. Hugo Cruz, responsável pelo Projecto Pais XXI; Formado em Coaching, Empowerment e Liderança de Equipas de Trabalho (FPCEUP); Psicólogo especialista em Psicologia Clínica e da Saúde; Psicologia Educacional e Psicoterapia pela Ordem dos Psicólogos Portugueses;



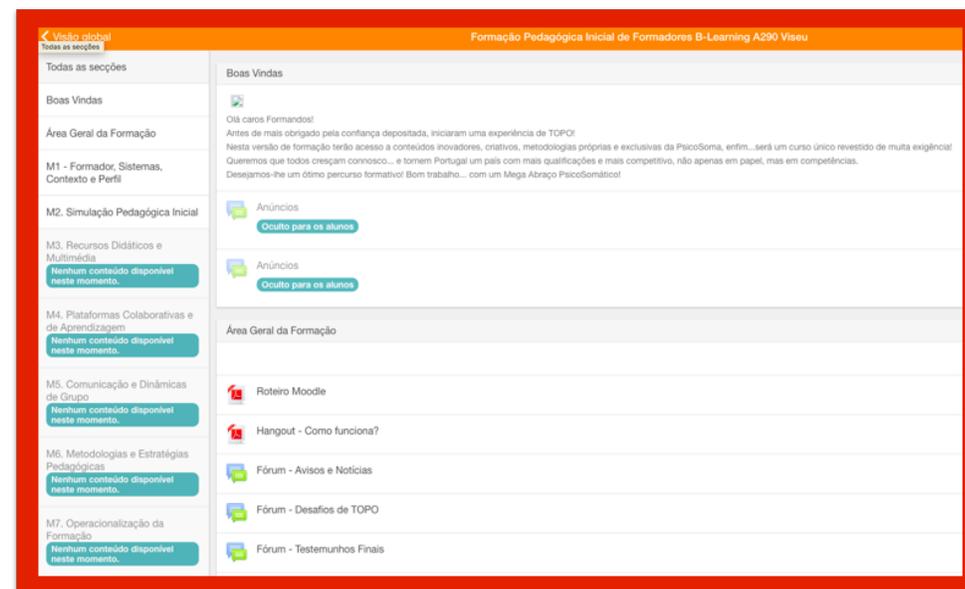
Plataforma Moodle

O que pode encontrar

-  Documentos;
-  Vídeos;
-  Podcasts;
-  Fóruns de discussão;
-  Espaço para submissão de tarefas e realização de testes.



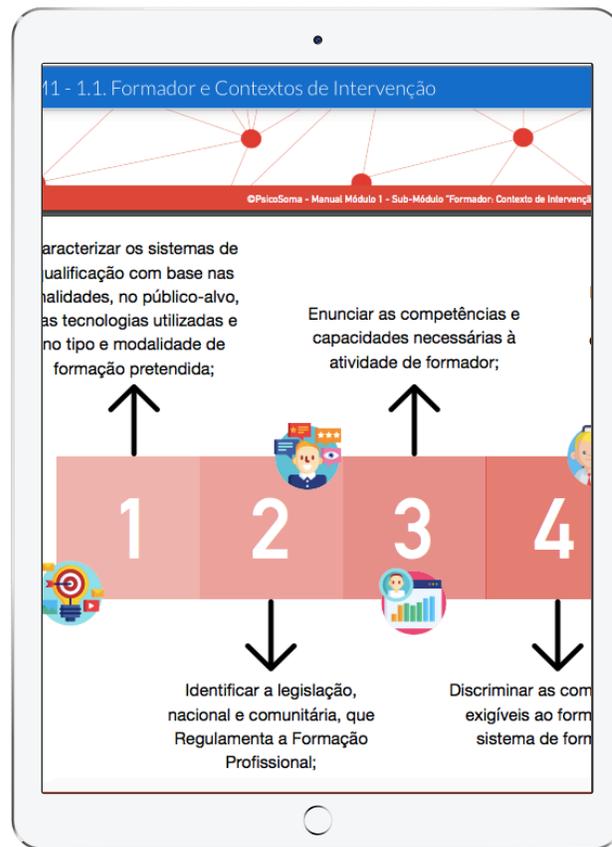
Artigos : Livros : Relatórios : Vídeos : Podcast



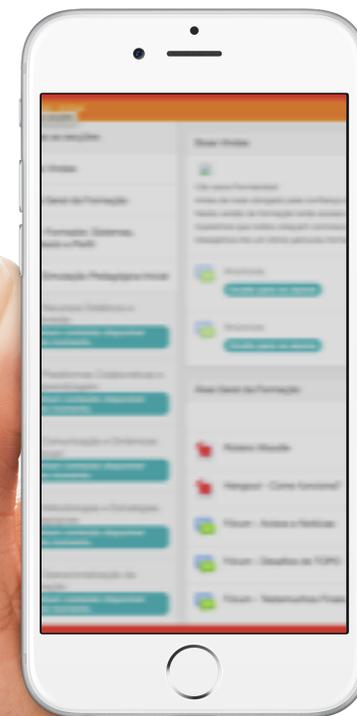
Acesso em vários dispositivos

Realização de Tarefas

Sessões Zoom



Visualização de Conteúdos



Infos e Inscrições





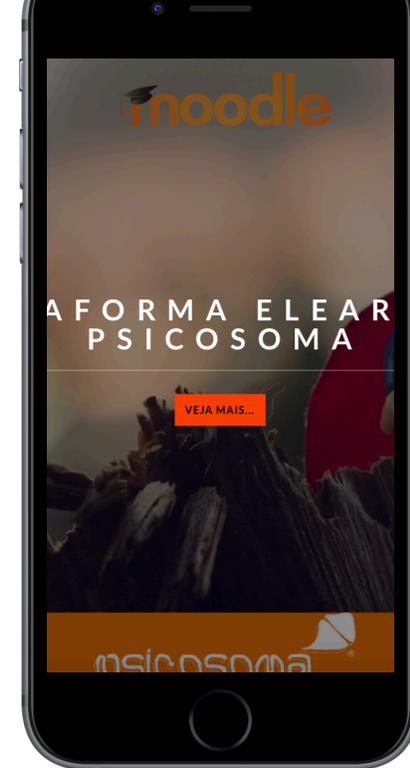
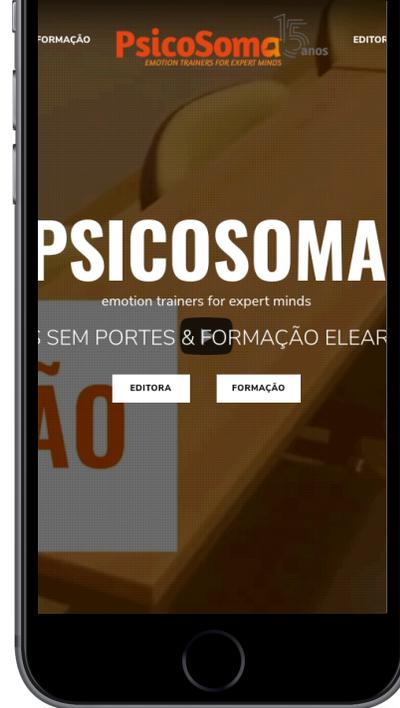
Apenas 79€

Mais infos

PsicoSoma

Rua Miguel Bombarda, nº36
3510-089 Viseu - Portugal

+351 232 431 060
info@psicosoma.pt
www.psicosoma.pt



PsicoSoma¹⁵ anos
EMOTION TRAINERS FOR EXPERT MINDS



Educação Emocional em Tempos de Pandemia