



## Somatic Experiencing®

SE (Experiência Somática) foi desenvolvida **por Peter A. Levine Ph.D.**, e é uma abordagem naturalista para a **cura**, resolução e prevenção de trauma. Apoiada em **neurociência de ponta**, este revolucionário método baseia-se na constatação de que os seres humanos têm uma habilidade inata, se for dado o apoio adequado, para ajudar a superar e curar os sintomas dos “pós-stress traumático”, o stress crónico e outros sintomas relacionados ao **trauma** e doenças. A **Experiência Somática®** é um método profundamente **eficaz no tratamento** do trauma. Pois auxilia o indivíduo ao regresso do estado de equilíbrio e totalidade, no rescaldo da violência, medo, raiva, impotência, perda e outras experiências extremas ou **traumas de infância**.

A SE visa retirar a pessoa do estado de dor, do aprisionamento dentro do próprio corpo, para que esta possa interagir com o ambiente externo de forma saudável. Baseia-se numa tradição de educação somática, uma terapia de orientação corporal, estruturada em estudos neurofisiológicos das interconexões entre corpo-cérebro-mente e nas observações realizadas em animais e humanos em estados de stress.

---

O tratamento pode aliviar ou eliminar totalmente os sintomas do stress ou trauma. O trauma transformado restaura a resiliência do sistema nervoso autónomo, reorganiza a fisiologia, restaura a confiança, o sentimento de segurança e de controlo, a capacidade de descansar e relaxar, a conexão consigo próprio e com o outro. Desenvolvemos atualmente a nossa formação totalmente na modalidade presencial, assente numa política de qualidade que garanta, aos nossos formandos, produtos e serviços de elevada excelência. Procuramos uma maior eficácia na identificação e na resposta às necessidades existentes e uma melhoria contínua em todos os padrões de qualidade.

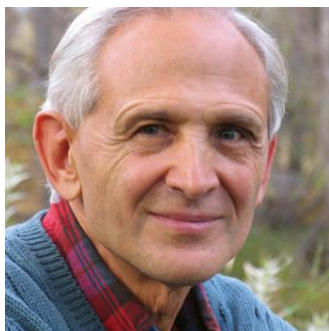
**MISSÃO:** Desenvolver profissionais para a resolução traumática e transformar adultos conscientes. O trauma é algo que faz parte da vida humana, a nossa missão mais profunda é ajudar e potenciar profissionais capazes, e indivíduos mais saudáveis, através do ensino das abordagens que representamos. Desenvolver atividades que acompanham o envolvimento dos alunos e equipa, que possibilitam o acesso a aprendizagem de dois, poderosos métodos psicobiológicos complementares, que atuam sobre o trauma de infância o trauma físico e emocional, o DPST, a sobrecarga física emocional e psicológica e as condições relacionadas ao stress.

**Os nossos Valores:** Como organização, procuramos ser inovadores, inclusivos, transparentes, respeitadores, inspiradores e profissionais.

**Venha fazer parte da mudança que queremos ver!**

---

## O fundador da Somatic Experiencing



Peter A. Levine, médico e terapeuta americano e PhD em Psicologia e Biofísica Médica, é o criador do método Somatic Experiencing®. A partir da observação de que, embora ameaçados de modo rotineiro, os animais selvagens raramente são traumatizados, Levine desenvolveu uma abordagem essencialmente naturalista. O entendimento do trauma como fenômeno gerado pela impossibilidade de retomada da autorregulação – que seria natural a um organismo, após um evento stressante – está na constituição do método. Estudos mais extensos em etologia animal e outros relativos a rituais indígenas para a resolução do trauma, novas visões e pesquisas das neurociências, bem como uma vasta prática clínica, ampliaram conceitos e apuraram o enfoque. Minuciosamente atenta à fisiologia, à coerência dinâmica e aos ritmos dos sistemas do corpo, as técnicas do método SE ajudam na finalização de respostas defensivas e na descarga monitorizada e gradual dos altos níveis de ativação associados aos comportamentos primários de sobrevivência. A afinação com os mecanismos primitivos da vida e a sintonia com a maneira de os animais selvagens retomarem a autorregulação natural após experiências de perigo, traduzem-se numa terapêutica de largo alcance. Não apenas eficaz, a abordagem SE é ao mesmo tempo precisa, delicada e coesa.

De acordo com Levine, a eficiência e a complementaridade dos mecanismos primários de sobrevivência, que podem ser observados no mundo selvagem, garantem aos animais o retorno da autorregulação natural e a consequente imunidade ao trauma. É através desses recursos que nós, seres humanos, podemos restaurar o equilíbrio e retomar a vida em sua potência realizadora de si mesma, após termos sido atingidos por experiências devastadoras.

---

## A quem se destina esta terapia

A Experiência Somática é considerada pelos seus praticantes como útil para o tratamento de duas grandes categorias de trauma: trauma de choque e trauma de desenvolvimento. Trauma de choque é vagamente definido como um evento único episódio traumático, como um acidente de carro, terremoto, incidente campo de batalha. O Trauma Desenvolvimento refere-se a vários tipos de danos psicológicos que ocorrem durante o desenvolvimento da criança, quando a criança tem pouca atenção dos cuidadores, ou comportamentos disfuncionais durante o crescimento. É especialmente eficaz no tratamento da perturbação do stress pós-traumático decorrente de situações diversas, tais como: agressão (física, sexual, verbal, emocional), acidentes (de carro, de trabalho, quedas), afogamentos, raptos, assaltos, procedimentos cirúrgicos invasores, acidentes de intoxicação, imobilização prolongada, doenças graves, vivência ou testemunho de violência.

## A SE no Mundo

A Somatic Experiencing é ensinada por todo mundo nos cinco continentes. Peter A. Levine, criou a Foudation for Human Enrichment, uma fundação sem fins lucrativos que possui equipas de terapeutas que colaboram em situações de emergência em inúmeras catástrofes naturais, como no Tsunami na Índia e Tailândia, no furacão Katrina, terramoto da China, acidente nuclear no Japão, e outras. O seu livro da apresentação da terapia o “Despertar do Tigre” é já um best-seller que foi traduzido em 22 línguas. A contribuição original de Levine para o campo da psicoterapia corporal foi reconhecida em 2010, quando recebeu o prémio “Lifetime Achievement” da Associação Americana de Psicoterapia Corporal (USABP) (Site Trauma Healling Institute).

O modelo tem aplicações muito abrangentes que podem complementar o trabalho dos terapeutas corporais, médicos, psiquiatras, psicólogos, assistentes sociais, enfermeiros, entre outros, oferecendo ferramentas únicas e poderosas capazes de propiciar a resolução de traumas e intensificar a integração humana. A Somatic Experiencing, tem demonstrado que a chave para tratar o trauma está na fisiologia humana, que deveria funcionar à semelhança dos animais.

---

## A quem se destina este curso

Psicólogos, médicos e psicoterapeutas. Para outros profissionais, das áreas da educação, saúde, humanidades e ciências, será permitida a candidatura desde que sejam selecionados na entrevista com a coordenação pedagógica.

Os interessados deverão preencher a ficha de Candidatura. A Somatic reserva-se ao direito de admissão nos seus Cursos. Se for selecionado, será chamado para uma entrevista final com a Diretora do Departamento de Formação.

### PROGRAMA

Conteúdos Programáticos:

#### Inicial I & II

- Compreender a base fisiológica do trauma
- Aprender a contenção, o recurso, e o fortalecimento.
- Estudar e aprender as técnicas de rastreio, titulação e continuidade através do ‘felt-sense’.
- Praticar o estabelecimento de respostas de orientação para a defesa, finalização e descarga
- Explorar a dinâmica de acoplamento, os elementos da experiência interna (SIBAM), e aprender a integrar a vivência de polaridades para reinstalar a autorregulação criativa
- Aprender a identificar, normalizar e estabilizar reações traumáticas.
- Aprender e adquirir competências para evitar cair nas armadilhas da re-traumatização e das “memórias falsas”
- Aprender a separar o medo da imobilidade; aprender a restabelecer e manter limites saudáveis
- Investigar as qualidades transformadoras do trauma

- 
- Integrar o trabalho de renegociação do trauma dentro do contexto terapêutico

### **Intermédio I & II**

- Examinar e avaliar as diferentes categorias e causas de choques traumáticos e abordagens para tratar cada caso.
- Trauma de Alto Impacto: Cirurgia, extração de amígdalas com éter, choque elétrico, alucinações, afogamento, sufocamento, sofrimento fetal (hipoxia, hipercardia), nascimento traumático, stress intra-uterino, procedimentos ginecológicos invasores.
- Ataques inevitáveis e inescapáveis: Ataques de animais, rapto, guerra, bombardeamento, abuso físico, abuso sexual, incesto.
- Lesões físicas: cirurgias, anestésias, queimaduras, envenenamentos, hospitalizações, ferimentos diversos (inclusive levar tiros, ser esfaqueado).
- Falhas na defesa física: quedas, acidentes de alto impacto, ferimentos na cabeça.
- Trauma emocional: negligência e abandono grave, perda grave, abuso contínuo.
- Desastres naturais: tornados, terremotos, incêndios, mudança social da comunidade ou terra natal, inundações
- Horror: testemunhar um acidente (especialmente com hemorragia), testemunhar abuso, rapto, morte ou tortura, matar ou ferir alguém.
- Tortura e Abuso Sistemático: tortura de guerra, rapto de guerra, campos de concentração e abuso sistemático

### **Avançado I & II**

- Aprofundar o conhecimento da relação entre o trauma e as várias síndromes clínicas, tais como, fibromialgia, perturbação de pânico, fadiga crónica, e.
- Aprofundar a integração da teoria e prática do SE na área de especialidade do terapeuta
- Praticar técnicas de trabalho corporais específicas do SE nas diferentes categorias de traumas
- Aprofundar o conhecimento da psicofisiologia do trauma

---

## Coordenadora



Marlene Barroso é fundadora da SOMATIC-Escola de Psicoterapias Corporais - coordenadora e Terapeuta de Somatic Experiencing® e Bodydynamic® em Portugal é Licenciada em Psicologia, em Gestão de Recurso Humanos, e Pós graduada em Gestão e Organização da formação. Trabalha há 17 anos no IEFP e SEP em Somatic Experiencing, assistente da formação de terapeutas. Tem formação em Bodydynamic Foundation e em Estruturas Corporais e Trauma de Desenvolvimento com Dr. Peter Levine. Aluna finalista do mestrado de psicologia clínica e da saúde e atende em clínica privada.

## Equipa Pedagógica

A equipa pedagógica será constituída por formadores internacionais credenciados da SETI (Somatic Experiencing Trauma Institute).

## Preços e Propinas

**Pagamento por duas vezes 30 dias antes do módulo - 850,00€**

**Pagamento mensal- débito direto 135x6 meses(cada módulo)**

**Pagamento ano escolar adiantado - 1580,00 € até dia 30 de janeiro de cada ano**

**Inscrição - 125,00€ Grátis para quem frequentou o introdutório**

Caso necessite de outra forma de pagamento, por favor entre em contacto

## Local

Sede da escola Somatic Rua Sousa Lopes nº6 – Edifício Tridente- Loja 3 Lisboa

## Calendário

Iniciante		Sessões pessoais	Supervisões
Iniciante I	10 a 15 de março de 2020	5	4
Iniciante I	29 de setembro a 4 de outubro de 2020		
Intermediário			
Intermediário I	2 a 7 de março de 2021	5	6
Intermediário II	5 a 10 de outubro de 2021		
Avançado			
Avançado I	Por definir em março de 2022	5	8
Avançado II	Por definir outubro de 2022		
Total de créditos para certificação	6 módulos de 6 dias 216 horas de aula	15 horas sessões pessoais	18 horas supervisão

### Desistências e cancelamentos

No caso em que o aluno desista ou não compareça à formação, a SE Portugal não devolverá o valor pago.

No caso em que o aluno cancele a sua inscrição até um mês antes do início da formação, a Somatic devolverá o valor pago, e reterá 20% referente a custos administrativos.

No caso em que a Somatic cancele alguma formação, o aluno será reembolsado em 100% do valor pago.

---

## Certificação SEP

A certificação de Praticante de Somatic Experiencing® (SEP) fornecida pela Associação Europeia de Somatic Experiencing, mediante o cumprimento de todos os créditos exigidos. Esta formação também é certificada pela DGERT.

## Supervisões

Todas as supervisões e as sessões pessoais de SE são conduzidas por profissionais certificados como Praticantes de Experiência Somática (SEP - Somatic Experiencing® Practitioners) e aprovados pela SETI (Somatic Experiencing Trauma Institute) como SEPs capacitados para prover sessões e/ou supervisões para os alunos de SE. O custo das sessões individuais e das supervisões é adicional e pago diretamente ao profissional escolhido. O valor é baseado no custo da hora de trabalho do profissional que varia entre os 60€ e 80€

Três horas de supervisão em grupo é equivalente a uma hora de supervisão individual, em relação aos requisitos necessários para a certificação do estudante de SE. É da responsabilidade de cada estudante registrar as suas sessões e supervisões, recolher as assinaturas de cada profissional aprovado pela SE Portugal e enviar estes registos para a Associação Europeia da Somatic Experiencing, para posteriormente receber a certificação de Praticante de Experiência Somática (SEP).

"A SETI reserva-se ao direito de alterar o custo das formações, de acordo com os valores orçamentários. Em Portugal, a SEP (Somatic), representante oficial do SE, e responsável pela organização, divulgação e administração educacional e financeira do SE, é a entidade que se reserva tal direito. A SETI, assim como a SEP, não faz qualquer distinção ou discriminação de raça, cor, idade, origem nacional, religiosa ou orientação sexual."

## Para qualquer eventual dúvida, por favor contate:

**Portugal** - [info@somatic.pt](mailto:info@somatic.pt) (351) 916685494

**EUA** - [info@traumahealing.com](mailto:info@traumahealing.com) (303) 652-4035