

Reduzir o Stress Interno: O desafio da Terapia Sintónica

Carlos Fugas
Psicólogo Clínico

Terapia Sintónica – Resposta Inovadora
Assembleia da República -2 de Abril 2014

Reduzir o Stress Interno : O desafio da Terapia Sintónica

I

O fim das terapias do grito na CT Lugar da Manhã e a necessidade de as substituir (a partir de 2005)

Motivo I

- Clientes expostos a excesso de conflito na infância e abuso não beneficiam.

Motivo II

- Insucesso repetido com casos de duplo diagnóstico.

Motivo III

- Muitos abandonos precoces por dificuldades de adaptação

Carlos Fugas
Psicólogo Clínico

TERAPIA SINTÓNICA:
Terapia Sintónica – Resposta Inovadora
Assembleia da República -2 de Abril 2014

Reduzir o Stress Interno : O desafio da Terapia Sintónica

(Cont.)

Motivo IV

- Má aceitação no meio profissional

Motivo V

- Evolução da pesquisa científica

Carlos Fugas
Psicólogo Clínico

TERAPIA SINTÓNICA:
Terapia Sintónica – Resposta Inovadora
Assembleia da República -2 de Abril 2014

Reduzir o Stress Interno : O desafio da Terapia Sintónica

II

Nascimento da Terapia Sintónica

2009

Técnica para dirigir os grupos de encontro não-invasivos.

2011

Início dos grupos especiais na casa de entrada e CT

2012

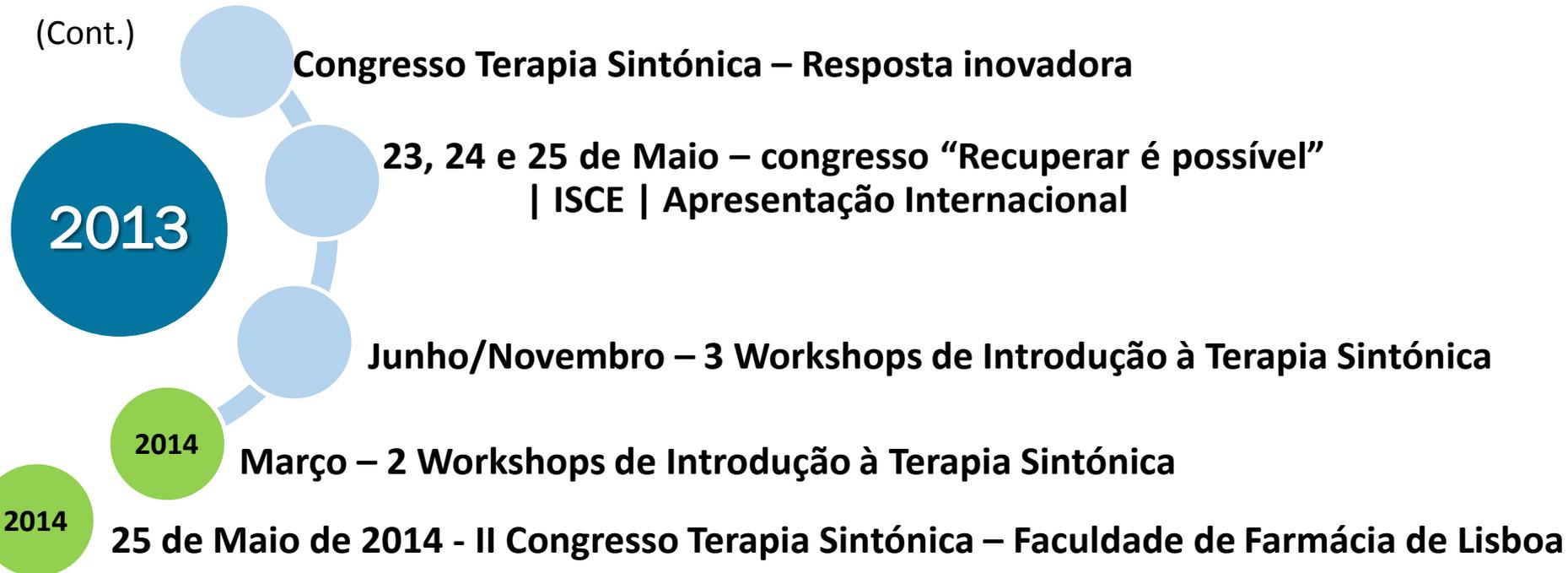
Extensão da terapia sintónica a terapias individuais, familiares e de grupo

Carlos Fugas
Psicólogo Clínico

TERAPIA SINTÓNICA:
Terapia Sintónica – Resposta Inovadora
Assembleia da República -2 de Abril 2014

Reduzir o Stress Interno : O desafio da Terapia Sintónica

(Cont.)



Carlos Fugas
Psicólogo Clínico

TERAPIA SINTÓNICA:
Terapia Sintónica – Resposta Inovadora
Assembleia da República -2 de Abril 2014

Reduzir o Stress Interno : O desafio da Terapia Sintónica

III

Noções básicas da Terapia Sintónica

A corda do **Amor incondicional (AI)** e da **Confiança Ilimitada (CI)**



O **Universo Mental Infantil (UMI)**



A **contração do Mundo Interno**



Carlos Fugas
Psicólogo Clínico

TERAPIA SINTÓNICA:
Terapia Sintónica – Resposta Inovadora
Assembleia da República -2 de Abril 2014

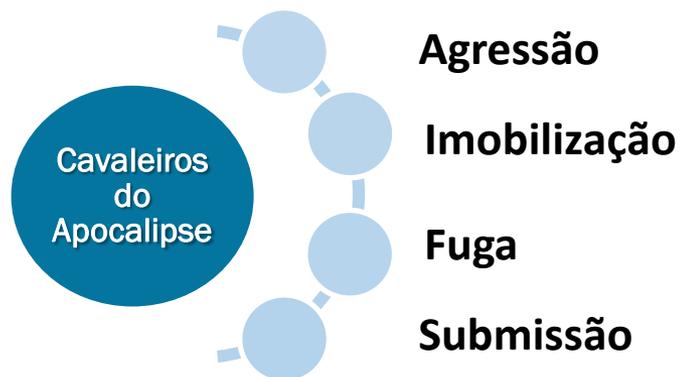
Reduzir o Stress Interno : O desafio da Terapia Sintónica

(Cont.)

Ego como salvador da Mente



Os Mecanismos de Sobrevivência, chamados de Cavaleiros do Apocalipse



Carlos Fugas
Psicólogo Clínico

TERAPIA SINTÓNICA:
Terapia Sintónica – Resposta Inovadora
Assembleia da República -2 de Abril 2014

Reduzir o Stress Interno : O desafio da Terapia Sintónica

(Cont.)

Objectivos gerais da **Terapia Sintónica**:

(1) **Baixar o Stress Interno** e (2) criar um **clima interior ameno na mente**



Os **objectos internos** e o **cerco do Ego**



O ciclo **Construção – Destruição- Reconstrução**



Carlos Fugas
Psicólogo Clínico

TERAPIA SINTÓNICA:
Terapia Sintónica – Resposta Inovadora
Assembleia da República -2 de Abril 2014

Reduzir o Stress Interno : O desafio da Terapia Sintónica

(Cont.)

O Símbolo Individual como processo reconstrutivo da narrativa interrompida no MI do cliente



O ligar na mente - a descoberta da **sincronização mental e corporal**



A Intuição e a Criatividade – aliadas da intervenção psicoterapêutica



Carlos Fugas
Psicólogo Clínico

TERAPIA SINTÓNICA:
Terapia Sintónica – Resposta Inovadora
Assembleia da República -2 de Abril 2014

Reduzir o Stress Interno : O desafio da Terapia Sintónica

IV

Aplicações e Modalidades da Terapia Sintónica

Aplicações	Perturbações de Ansiedade Dependências de substâncias	Stress no desempenho profissional	Individual
	Ataques de Pânico	Doenças Físicas	Individual em Grupo
	Stress Pós-traumático	Desporto	De Grupo
	Psicoses	1ª Infância	De casal e familiares
	Não exclui Psicopatologias	Melhoria no desempenho escolar	
		Modalidades Terapêuticas	

Carlos Fugas
Psicólogo Clínico

TERAPIA SINTÓNICA:
Terapia Sintónica – Resposta Inovadora
Assembleia da República -2 de Abril 2014



Resultados

- Em Contexto de Internamento:**
- diminuição do número de desistências (melhor adesão terapêutica)
 - diminuição do tempo de internamento dos utentes psicóticos (média 2 anos internamento)
 - diminuição do uso de medicação psicotrópica (quase inexistente)
 - manutenção dos resultados após altas
 - aumento da capacidade integradora das estruturas de internamento
 - criação de um ambiente ameno durante todo o internamento
 - reconstrução dos vínculos com os familiares
 - envolvimento participativa do utente no seu projeto terapêutico
 - melhoramento da qualidade vida dos utentes
- Em Contexto de Ambulatório:**
- possibilidade de trabalhar com o utente durante surtos psicóticos
 - resultados mais rápidos em casos de ataques de pânico e outras perturbações da ansiedade
 - assiduidade dos utentes às sessões