



“Mindfulness, Aceitação, Compaixão e Compromisso no âmbito da Violência Doméstica”

A Violência Doméstica apresenta diversas causas e inúmeros desafios, sendo certo que o Stress que causa afeta todas as pessoas envolvidas, direta ou indiretamente. Por outro lado, é reconhecido pela comunidade científica atual o papel benéfico que o mindfulness e outras abordagens terapêuticas de 3ª geração têm na gestão do stress, ansiedade, depressão e promoção de relações interpessoais compassivas. Este workshop pretende ser uma introdução à aplicação que as terapias de 3ª geração podem ter, quer na intervenção com vítimas, quer na intervenção com agressores/as, aprofundando os conhecimentos e competências de técnicos/as que intervenham nesta área, prevenindo em simultâneo os seus processos de burnout.

Objetivos Gerais:

- Enquadrar a Violência Doméstica, sob a perspetiva das Terapias de Terceira Geração;
- Aplicar os princípios das terapias de terceira geração na intervenção com vítimas e agressores de Violência Doméstica (VD).

Conteúdos:

- A violência doméstica à luz das terapias de 3ª geração;
- As principais ferramentas das terapias de 3ª geração no trabalho no âmbito da violência doméstica: exercícios e práticas de Mindfulness, Aceitação, Compromisso e Compaixão.

Metodologia:

Exposição, Debate, Práticas e Exercícios Terapêuticos.

Destinatários: Profissionais das CPCJ

Dinamizador(a): Sónia Araújo,

Sobre: Licenciada em Ciências da Educação | Inovação Educacional Psicóloga Clínica Cognitivo-comportamental, Membro Efetivo da OPP, Especialista em Psicologia Clínica e da Saúde, Psicologia da Educação, Psicologia Comunitária e Sexologia. Terapeuta Sexual pela SPSC Facilitadora de Parentalidade Mindful e Educação Positiva Formadora acreditada pelo IEFP e pelo CCPFCP. Autora de Materiais Pedagógicos no âmbito da Educação Sexual e Direitos Sexuais e Reprodutivos.

Local: Plataforma ZOOM – EAPN

Datas: 1ª sessão: 14 de setembro; 2ª sessão: 16 de setembro; 3ª sessão: 17 de setembro

Duração: 9 horas

Horário: 10h00 às 13h00

Organização: Núcleo Distritais de Castelo Branco, CPCJ de Castelo Branco

