

Catàleg de Formacions i Supervisions per a psicòlegs/gues



☎ 656 98 65 11

✉ contact@nuriacasanovas.com



1. FORMACIONS

A continuació trobareu el programa detallat de les formacions que ofereixo.

Si desitgeu sol·licitar **una formació a mida per impartir-la a través d'una institució**, o per a un grup de psicòlegs /gues que hi estiguen interessats, podeu posar-vos en contacte amb mi a través del correu electrònic (contact@nuriacasanovas.com), especificant la vostra sol·licitud, el nombre aproximat de participants i les condicions de la formació que necessitaríeu (durada aproximada, format, etc.).

La majoria de temàtiques poden ser impartides en modalitat Presencial i en modalitat a Distància o Híbrida. No dubteu en informar-vos al respecte.

També són possibles formacions sobre altres temàtiques que imparteixo de forma més puntual, i que no les trobareu en aquest catàleg, com ara "acompanyament emocional pels infants amb necessitats especials", "gestió de l'estrès entre professionals"...

Aquests cursos de formació són adaptables també per a equips multidisciplinaris.



El treball dels bloquejos i traumes a través de la visualització

En la gran majoria dels processos terapèutics, petits o grans bloquejos i traumes sempre acaben sorgint en un moment o altre. Per al terapeuta, poder actuar-hi de manera concreta i eficaç és un gran repte en teràpia.

Les tècniques de visualització i relaxació són una clau poderosa per accedir als bloquejos i els traumes que trobem darrera els símptomes, ja siguin recents o antics, conscients o inconscients, tot permetent actuar sobre ells fins **transformar-los**.

L'objectiu de la formació

La finalitat d'aquesta formació és que els participants adquireixin diferents tècniques de visualització i relaxació per tractar diferents tipus de bloquejos i traumes, o els símptomes que en deriven, d'una manera eficaç i respectuosa amb el procés de la persona.

Especificitats de la formació:

- El gran ventall de tècniques permet ajustar-se a cada pacient, considerant les seves possibilitats personals, les seves característiques i els objectius terapèutics que s'han de tractar en cada cas.
- Les tècniques tractades durant la formació són compatibles amb qualsevol enfocament terapèutic i es poden utilitzar tant en les sessions presencials amb els pacients com en les sessions a distància.
- Els tipus de visualització i relaxació que s'imparteixen permeten treballar tant les causes com els símptomes dels bloquejos i traumes.
- Les tècniques permeten adaptar-se a les possibles resistències dels pacients.

Contingut:

- **Com identificar correctament els bloquejos i els traumes.**
- **La postura del terapeuta.**
- **Fonaments fisiològics i beneficis de la visualització i la relaxació.**
- **Tècniques per treballar els símptomes (pors, ansietat, tristesa, ràbia...).**
- **Tècniques per treballar els bloquejos relacionats amb l'autoestima i el vincle.**
- **Tècniques per treballar el trauma infantil.**
- **Tècniques de treball amb lesions i traumatismes més recents.**
- **Tècniques per treballar els bloquejos inconscients.**



Els dols en els infants

La pèrdua d'un ésser estimat, una ruptura familiar, una malaltia greu, processos d'adopció o d'abandó... com qualsevol altre situació de ruptura o de canvi significatiu, pot comportar un un procés d'acceptació, anomenat procés de dol.

Si no s'acompanya i no és tractat, el nen pot patir-ho tota la vida sense ser conscient de vegades de l'origen del seu malestar. Els terapeutes s'enfronten molt sovint a nens que pateixen de dol, encara que no sempre sigui el motiu pel qual els venen a veure.

Els dols dels infants i dels adolescents sovint es minimitzen perquè generalment són invisibles per a la gent. Els terapeutes han de ser capaços de detectar una situació de dol no resolta i tenir els mitjans per tractar-la perquè l'infant el pugui elaborar.

Objectiu:

Aquesta formació pretén dotar de totes les competències necessàries per poder ajudar els infants i adolescents davant qualsevol situació de dol i pèrdua important. Aprendre a saber detectar els símptomes, conèixer les tècniques terapèutiques adequades per ajudar-los en cada etapa del seu procés, i donar recursos a les famílies.

Especificitats:

- L'enfocament global permet als psicòlegs comprendre i treballar les dificultats que troba l'infant en cadascuna de les dimensions que el constitueixen.
- La formació també inclou les eines per treballar el dol amb tota la família si cal.

Contingut:

- **Les diferents etapes del dol.**
- **Característiques del dol a les diferents edats.**
- **Com detectar en quina fase de dol es troba el nen.**
- **Tècniques de base per a tractar tot tipus de dol.**
- **Tècniques específiques per tractar el dol basades en el Joc Terapèutic.**
- **Tècniques específiques per tractar el dol basades en la Visualització.**
- **Tècniques específiques per tractar el dol basades en el dibuix i l'escriptura.**
- **Com afrontar específicament les principals situacions de dol: separació, malaltia, mort, maltractament, adopció.**



La interpretació dels dibuixos lliures

El dibuix, utilitzat en context terapèutic, ens permet donar-nos una quantitat considerable d'informació d'un pacient que en general prové del seu subconscient.

Més enllà dels dibuixos més utilitzats en teràpia, poder entendre la informació que una persona ens revela a través de qualsevol tipus de dibuix lliure ens obre una nova porta per anar més enllà en la **comprensió del procés pel que està passant**, els seus recursos, les necessitats i dificultats, i la seva evolució personal.

L'objectiu de la formació

L'objectiu d'aquesta formació és poder entendre tot tipus de dibuixos i aprendre a utilitzar el dibuix lliure com a eina terapèutica per identificar les dificultats i potencialitats de la persona, i saber comprendre millor per a quin procés que està passant per tal d'afinar els objectius terapèutics que han de ser tractats a teràpia en cada moment.

Especificitats de la formació:

- Permet l'anàlisi de tot tipus de dibuixos: concrets (paisatges, mitjans de transport, objectes...) o abstractes (figures geomètriques, formes, colors...).
- L'enfocament positiu permet centrar-nos no només en els conflictes i les dificultats de la persona sinó sobretot en els seus recursos i en les necessitats que el dibuix ens trasmet als terapeutes per ajudar-la a sentir-se millor.
- Formació adequada també per treballar amb adolescents i adults.
- Possibilitat pels participants que ho desitgin, de portar dibuixos de casos pràctics per a treballar-hi directament.

Contingut:

- **Les diferents fases de l'anàlisi.**
- **Com entendre el procés del nen a través del dibuix.**
- **Anàlisi del material utilitzat.**
- **Interpretació dels elements estructurals del dibuix (mida, posició dels elements...).**
- **El significat dels colors.**
- **El significat dels principals símbols dibuixats.**
- **Anàlisi d'arquetips.**
- **Significació de les formes geomètriques.**



La interpretació dels dibuixos específics

Alguns dibuixos són molt habituals, com ara el dibuix de la figura humana, el dibuix de la casa, l'arbre o la família. Aquestes representacions permeten als infants de desenvolupar determinades estructures psíquiques específiques, i a nivell terapèutic permetent tant als més petits com als adolescents i els adults, de transmetre informació al professional sobre les seves característiques de personalitat i el seu estat psicològic.

Entendre què s'amaga darrere de cadascun dels trets que apareixen en els dibuixos específics és una eina poderosa que permet accedir al món ocult i inconscient del pacient per tal d'ajudar-lo en el seu procés terapèutic.

Objectiu

L'objectiu d'aquesta formació és dotar als participants dels coneixements teòrics i pràctics necessaris que els permetin utilitzar la interpretació de dibuixos específics com a eina terapèutica.

Especificitats de la formació:

- Un plantejament positiu que no només detecti els conflictes i les dificultats del nen, sinó també tots els aspectes i recursos positius que projecta en el dibuix i que seran palanques en la seva teràpia.
- Identificació de les causes dels símptomes de la persona a través del dibuix.
- Ús de la representació gràfica com a tècnica de curació més enllà de l'anàlisi del propi dibuix.
- Formació adequada també per treballar amb adolescents i adults.
- Possibilitat de portar dibuixos propis (específics) per treballar-hi directament.

Contingut:

- **Bases per a aplicar el dibuix com a eina terapèutica.**
- **Indicadors a tenir presents en el procés de Interpretació del dibuix (esborrar, tatxar, proporcions, elements que ens cridin l'atenció, ubicació, etc.).**
- **La interpretació del dibuix de la persona.**
- **La interpretació del dibuix de la casa.**
- **La interpretació del dibuix de l'arbre.**
- **El dibuix de la família i les seves diferents aplicacions.**
- **La tècnica de la persona sota la pluja.**



El joc terapèutic dirigit

El joc és en si mateix una activitat terapèutica que permet al nen expressar les seves emocions i les seves necessitats i desenvolupar els seus recursos personals, les seves habilitats socials, i la seva capacitat a gestionar millor les seves emocions.

El joc dirigit ofereix al terapeuta la possibilitat de propiciar dinàmiques terapèutiques específiques que li permeti tractar una determinada problemàtica amb el pacient, tot poden intervenir d'una manera més directa i més conscient. El plaer que té l'infant durant les propostes basades en el joc resulta un accelerador que permet assolir més ràpidament una millora terapèutica.

Objectiu:

Aquesta formació pretén proporcionar als participants tots els coneixements necessaris per a poder intervenir a teràpia mitjançant el Joc terapèutic Dirigit, i saber manejar quines dinàmiques i instruccions són les més adaptades a les diferents edats i a les diferents problemàtiques a tractar amb cada infant o adolescent (problemes de comunicació, d'autoestima, de control de les emocions, de necessitat de canalitzar la ràbia continguda, etc.).

Especificitats:

- La formació permet tant adquirir dinàmiques globals que beneficien a qualsevol pacient (la línia de vida dinàmica, esports terapèutics, el joc de rol...), com també d'altres més específiques per a tractar situacions d'infants amb hiperactivitat, amb pors, amb falta d'autoestima, conflictes familiars, etc.
- Les tècniques poden ser aplicables tant a teràpia individual, com en grups terapèutics, o inclús en intervenció familiar (presència de pares i mares o germans a les sessions).

Contingut

- **Bases per a utilitzar el joc com a eina terapèutica tant per detectar necessitats com per a tractar dificultats.**
- **Estructura d'una sessió de joc terapèutic.**
- **Dinàmiques més adequades a cada etapa d'un procés terapèutic.**
- **Classificació de tipus de jocs segons els seus beneficis terapèutics.**
- **Quins jocs per a quines problemàtiques?**
- **Jocs més adequats als diferents moments de la teràpia.**
- **Especificitats dels jocs de rol.**



El joc simbòlic

Els nens juguen espontàniament des de petits. Més enllà del simple aspecte lúdic, fa temps que sabem que el joc és un mitjà que els permet desenvolupar les pròpies capacitats físiques, mentals, emocionals i relacionals.

Actualment també està ben demostrat que el joc també té una funció terapèutica. En aquest sentit, el joc lliure s'utilitza sovint en teràpia com una manera de desviar l'atenció d'un nen per facilitar que parli, però, més enllà d'aquest ús, és també una autèntica eina terapèutica en si mateixa des del moment en què podem descodificar la seva expressió simbòlica.

Saber treballar amb objectes i expressions simbòliques adequades a través del joc lliure permet un treball profund que permet a l'infant modificar esquemes psicològics personals, permet evolucionar a nivell de comportament, i facilita els canvis en les dinàmiques familiars i relacionals de la seva vida.

Objectiu:

Aquesta formació pretén dotar als participants de tots els coneixements necessaris per comprendre totes les possibles aplicacions del joc simbòlic a teràpia, tot sabent les funcions dels diferents tipus de materials, miniatures, joguets i joguines que podem proposar a cada infant per a propiciar un tipus de treball terapèutic o un altre.

Especificitats:

- Ajuda a entendre el significat del joc simbòlic.
- Permet aprendre a treballar a major o menor distància emocional en funció de les necessitats del pacient.
- El joc s'utilitza tant com a mètode de detecció de desajustos emocionals en el nen/a, com també com a mitjà d'intervenció.

Contingut

- **Funcionament general del joc lliure.**
- **Les diferents maneres de configurar-lo.**
- **Beneficis terapèutics dels diferents materials (sorra, aigua, fang, cordes, globus...).**
- **Interès terapèutic de l'ús de cada tipus de joguina, joc o miniatures.**
- **Possibles aplicacions del joc simbòlic (intensificador, model...).**
- **Interpretació de les representacions simbòliques presents en el joc.**
- **El treball sistèmic a través d'objectes.**



Tècniques de Relaxació en Psicologia Infantil

Les tècniques de relaxació pot esdevenir un element essencial del treball terapèutic amb els nens i adolescents.

Més enllà de ser una eina per ajudar a retrobar la calma, la relaxació és una metodologia que actua tant a nivell corporal, mental, emocional, i que facilita l'accés a l'inconscient. És per això que permet que els infants puguin tractar bloquejos profunds (problemes del vincle, falta d'autoestima, etc.), dificultats relacionals i fins i tot problemes de comportament.

Objectiu

Aquesta formació permet als participants de descobrir l'interès terapèutic d'aplicar diverses Tècniques de Respiració, de Relaxació dinàmica i de Visualització en la intervenció amb infants i Adolescents.

D'una forma dinàmica i pràctica, es tractaran diferents tècniques de Relaxació durant la formació per a comprendre quins objectius terapèutics pot assolir cada una, i per aprendre a adaptar-les a les característiques de cada pacient: personalitat, edat, problemàtica a tractar, i context (consulta privada, hospitalari, social, psico educatiu, etc.).

Especificitats

- Els tipus de tècniques de relaxació que s'imparteixen permeten treballar les dificultats de la persona a nivell físic, emocional i energètic per accedir a tots els nivells possibles de bloqueig de la persona.
- El ventall de relaxacions impartides permet treballar amb qualsevol tipus d'infant i qualsevol tipus de problemàtica (hiperactivitat, altes capacitats, problemes del vincle, de comportament, etc.).
- La formació permet als terapeutes desenvolupar la seva creativitat per aprendre a configurar diferents relaxacions que despertaran l'interès del nen.

Contingut

- **Fonaments fisiològics i beneficis de la relaxació.**
- **Quan i com utilitzar-la a teràpia.**
- **Diferències d'aplicació segons l'edat.**
- **Tècniques de respiració.**
- **Tècniques de relaxació estàtiques.**
- **Tècniques de relaxació dinàmiques.**
- **Tècniques de visualització i interpretació dels símbols visualitzats.**
- **Tècniques específiques per a les problemàtiques psicològiques més recurrents.**



La intervenció amb els pares i mares en Psicologia Infantil

Quan intervenim amb infants i adolescents, el tema de com acompanyar als pares i mares a consulta és de vegades una qüestió complexa. Saber què fer perquè els progenitors s'impliquin més en la teràpia, que respectin les premisses, saber tractar el tema de confidencialitat, i tenir present com fer-los el feedback del treball realitzat per cada pacient, és un tema interessant i sovint molt necessari, sobretot quan tractem amb progenitors exigents, pares separats, o progenitors que no s'impliquen gaire en la teràpia.

Com donar més espai als pares en el procés terapèutic tot respectant la confidencialitat del menor? Com els podem ajudar a implicar-se en la teràpia i a convertir-se ells mateixos en motors del procés d'evolució del seu fill/a? Com podem ajudar-los a tenir en compte els nostres consells i fer-los entendre que una intervenció de vegades comporta temps?

Objectiu

L'objectiu d'aquesta formació és donar als psicòlegs infantils diferents eines de treball concretes per a poder acompanyar els pares i mares durant el procés terapèutic.

Es tractaran tant les bases a tenir presents en tot tipus d'intervenció (confidencialitat del menor, autorització i protocols, suggeriments per a aplicar recursos a casa) com també altres coneixements específics més avançats per a intervenir en situacions complexes, com ara progenitors exigents o difícils, o situacions de separació, de pares o mares absents, o de possible maltractament.

Especificitats de la formació:

- La formació es basa en un enfocament positiu per ajudar els pares a avançar sense sentir-se jutjats.
- La formació ofereix documents pràctics per treballar amb els pares (protocols, anamnesi, etc.).
- Les eines proposades tenen en compte diferents situacions i els diferents tipus de perfils habituals, i també es podrà treballar a partir de casos pràctics aportats pels participants que ho desitgin.

Contingut:

- Bases per l'inici d'un procés terapèutic i la primera visita.
- Protocols a utilitzar i diferents formes d'anamnesi.
- Com respectar la confidencialitat de l'infant tot implicant els pares en el procés.
- Com garantir que els avenços realitzats en la teràpia també siguin visibles a casa?
- Com implementar les propostes de canvis de dinàmiques familiars.
- Tècniques específiques per a pacients amb perfils específics.



La teràpia familiar

La teràpia familiar permet actuar a un nivell diferent del que es realitza en el treball individual; és una intervenció que requereix una actuació més estratègica, donat que ha de respondre a les necessitats de cada un dels membres de la família i del sistema familiar.

La intervenció conjunta amb tots o varis dels integrant de la família nuclear, permet transcendir les problemàtiques personals de cadascú (fills o pares), accelerar el procés de maduresa del sistema familiar, i desbloquejar els principals problemes de fons que el mantenen en estat de desequilibri.

L'objectiu de la formació

L'objectiu d'aquesta formació és proporcionar als participants tots els fonaments necessaris per a intervenir amb famílies. Per una banda, els fonaments per a comprendre millor la necessitat de cada membre de la família i de les característiques del rol que desenvolupa.

Per l'altre, les tècniques i estratègies terapèutiques per acompanyar el sistema que constitueix una família a accelerar el procés de millora, per tal de propiciar la coherència i la comunicació en la unitat familiar.

Especificitats de la formació:

- La formació ofereix eines pràctiques per aprendre a detectar l'arrel principal del problema familiar, més enllà del que poden expressar els seus diferents membres.
- Es parteix d'un enfocament positiu que posa èmfasi en els recursos i potencialitats de cada família més enllà del propi conflicte.
- Les eines i propostes presentades permeten a la família experimentar el canvi (comunicació, ajuda mútua, etc.) durant la sessió.
- Es tracta d'una formació que tant permet d'enriquir la nostra pràctica professional si intervenim solament amb famílies, com si ho realitzem solament en ocasions puntuals o específiques.

Contingut:

- **Teràpia familiar: quan proposar-la i per què?**
- **El cicle de vida familiar.**
- **Els diferents estils de comunicació familiar.**
- **Els mecanismes de dolor i plaer en la unitat familiar.**
- **La funció dels rols de cada membre de la família: punts forts i febles de cadascun.**
- **Els diferents protocols a seguir en el procés terapèutic segons les particularitats de cada família.**
- **El contracte terapèutic i els rituals de canvi.**
- **Tècniques per descobrir l'arrel principal del problema familiar.**
- **Tècniques per canalitzar la càrrega emocional acumulada.**
- **Exercicis pràctics per desenvolupar el potencial de cada membre dins del sistema.**
- **Desenvolupar la intel·ligència emocional de la família per la prevenció de futures crisis.**



2. SUPERVISIÓ DE PSICÒLEGS/GUES

Sigui quina sigui el nostre nivell de formació i d'experiència professional, donar suport als nens és sempre una feina sovint complexa que ens enfronta amb la necessitat de reflexionar des de noves perspectives i d'adquirir noves estratègies. La singularitat de cada pacient infant o adolescent, la seva situació, la dels seus progenitors i de l'entorn, ens exigiran actuar constantment amb una mirada intel·ligent i fresca, tant per determinar els objectius terapèutics claus a tractar, com per a adquirir cada vegada més eines que ens permetin ajudar al nostre pacient a sortir del malestar.

Si això representa tota la riquesa de la nostra feina, també ens pot de vegades portar a sentiments d'inseguretat o de impotència o estancament. La supervisió permet donar resposta a aquesta necessitat de comptar amb un motor de renovació professional.

Objectiu:

La supervisió és un espai que permet al terapeuta de desenvolupar-se com a professional i com a persona. Mitjançant ella, comparteixo tot el meu bagatge i capacitat d'anàlisi, adaptant-me a les necessitats i expectatives de cada psicòleg participant.

Cada supervisió té una tintura única, ja que la finalitat és d'aportar més consciència en la comprensió dels mecanismes psicològics que poden explicar l'estat de cada pacient, i de proporcionar un gran ventall de tècniques provinents de diferents enfocaments psicològics, perquè el terapeuta pugui tractar els punts clau per ajudar a cada pacient (sigui infant, adolescent, adult o família) a desbloquejar-se.

El meu enfocament:

- La meva pràctica integrativa permet de tractar tècniques terapèutiques provinents de diferents enfocaments (gestalt, sistèmic, cognitiu conductual, analític...) tot respectant l'enfocament del psicòleg supervisat.
- Les supervisions que proposo tant permetent reflexionar sobre casos específics, com sobre situacions o qüestions generals que podem trobar en Psicologia infantil: Com intervenir amb infants amb problemes de son, amb hiperactivitat, com tractar les pors a teràpia, la intervenció en cas de dols o traumes, etc.
- Les supervisions es poden enfocar, sobre demanda del psicòleg supervisat, sobre la revisió de metodologies d'intervenció, com ara la interpretació dels dibuixos, el joc terapèutic, les tècniques de relaxació i visualització, etc.



Modalitats:

› Supervisió individual

La supervisió individual pot ser sol·licitada de forma mensual (una vegada al mes), tot i que pot ser puntual si es necessita tractar només un cas o un tema específic.

Es tracta de supervisions en format online via l'aplicació Zoom, exceptuant aquelles sessions en presencial per els professionals que ho prefereixin, que tindran lloc a Girona (c/ Tosa d'Alp núm. 5 – 17003 Montilivi, Girona).

Es pot demanar hora directament a través de la meua pàgina web: www.nuriacasanovas.com en l'apartat “**Demanar hora**”.

› Supervisió del grup

Les supervisions de grup permeten disposar d'un moment en el qual cada professional participant pot disposar del seu espai per a supervisar els propis casos o qüestions, i a la vegada enriquir-se a través de les pràctiques dels altres participants, així com de les aportacions sobre recursos que puguin fer.

Es tracta d'una trobada un cop al mes en grup reduït (màxim 4 persones). Es tracta de trobades online via l'aplicació Zoom, exceptuant aquelles trobades en presencial que poden ser organitzades a Girona.

Per a conèixer les possibilitats d'incorporar-se a un grup, horaris i les places disponibles, podeu enviar-me un correu electrònic a: contact@nuriacasanovas.com, indicant el vostre número de telèfon, per tal de poder-nos posar en contacte i definir les diferents opcions possibles.

› Supervisió d'equips en institucions

Si sou un equip de psicòlegs o un equip multidisciplinari que desitja ser supervisats, aquesta és una opció per a disposar d'un espai per enriquir la vostra pràctica professional, i tenir més claus per a comprendre i intervenir. Si desitgeu més informació no dubteu en contactar amb mi per una de les dues vies:

- Directament per correu electrònic a: contact@nuriacasanovas.com, indicant la vostra necessitat, número de professionals que integren l'equip, i preferències de contacte (per telèfon, reunió online o e-mail).
- Sol·licitant directament una reunió amb mi a través de la meua agenda on-line que trobareu a través de la meua web, per tal de poder comentar-me directament les vostres necessitats i reflexionar conjuntament a la possibilitat de col·laboració (www.nuriacasanovas.com > **Demanar Hora**).



NÚRIA CASANOVAS

Psicòloga - Formadora - Supervisora
Especialista en infància & família