

## Pôr o Medo a Fugir – As tuas aventuras contra o Medo



Bloco de Actividades (CD-ROM)

### Ficha

<b>Versão:</b>	Portuguesa
<b>Autor:</b>	Margarida Rangel Henriques, Miguel Gonçalves e Joaquim Freitas
<b>População:</b>	Crianças
<b>Aplicação:</b>	
<b>Duração:</b>	
<b>Classificação:</b>	A

### Descrição

- **O bloco de atividades é um recurso do manual "Terapia Narrativa da Ansiedade: Manual Terapêutico para Crianças e Adolescentes com problemas de ansiedade" e do livro "Pôr o Medo a Fugir: As Aventuras da Joana contra o Medo".** Trata-se de um importante apoio para as crianças e para o terapeuta na realização de tarefas durante as sessões de psicoterapia, sendo, ao mesmo tempo uma ferramenta que documenta o processo terapêutico e as vitórias da criança. A intervenção proposta baseia-se no modelo narrativo de re-autoria de White e Epston (1990) para crianças e adolescentes com problemas de ansiedade. A utilização deste Bloco de Atividades deve ser acompanhada por um psicólogo com experiência neste modelo.

Digital em CD. Contém ficheiros PDF que podem ser impressos sem limitação.

- **Terapia Narrativa da Ansiedade:** Este manual terapêutico é uma aplicação do modelo narrativo de reautoria de White e Epston (1990) para crianças e adolescentes com problemas de ansiedade. Além de uma parte introdutória sobre Narrativas e Psicoterapia de reautoria, o manual disponibiliza um roteiro de treze sessões distribuídas por cinco módulos temáticos que, pese embora este tipo de organização, não limitam a atuação do terapeuta. Pelo contrário, há toda a liberdade para o terapeuta adaptar as sessões às necessidades da criança ou recorrer a outros meios que validem uma narrativa alternativa ao problema. Como complemento, um caso clínico ilustra a aplicação prática deste modelo em terapia, através da história de um rapaz de nove anos cujos pais procuraram ajuda para lidar com um conjunto de medos que estavam a interferir no funcionamento saudável da vida da criança e da sua família. Inclui o Bloco de atividades "Pôr o Medo a fugir: as tuas aventuras contra o medo", em CD.
- **PÔR O MEDO A FUGIR: AS AVENTURAS DA JOANA CONTRA O MEDO.** O medo dominava a vida da Joana. Começou por ser pequenino, por obrigá-la a fazer coisas pouco importantes e depois tornou-se cada vez mais poderoso. Pôs o seu corpo como se estivesse doente: o coração a bater depressa, as mãos a suarem e as pernas a tremerem. A Joana começou a ter medo de tudo, até de ter medo. Medo do escuro, medo de se separar da mãe, medo de comer alguma coisa fora do prazo, medo de andar de elevador, medo de estar fechada, medo de ter de ir para o hospital, medo de se engasgar. Enfim... o Medo fazia com que ela sentisse a sua presença o tempo todo. Para onde a Joana olhasse, o Medo estava lá. Tudo era perigoso...

### Normas

---

### Correcção

---

### Material - Preço (IVA incluído)

- CD – Bloco de Atividades Pôr o medo a fugir – 12,05€
- Terapia Narrativa da Ansiedade – livro + CD Bloco de Atividades Pôr o medo a fugir – 18,40€
- Livro - Pôr o medo a fugir: As aventuras da Joana contra o medo – 14,55€