



PSICOLOGIA DA AUTOIMAGEM

Ecole Supérieure de Relooking




CURSO DE
EXTENSÃO



A Ecole Supérieure de Relooking está localizada em Paris, berço mundial das artes, da cultura, cidade que abraça estilos diversos. A Ecole carrega a autenticidade e a paixão pelas pessoas na essência. Especialista na formação de Consultoria de Imagem e Morfopsicologia, reúne expertise, técnicas e metodologias diferenciadas, aliadas às premissas de coaching, multiplicando em cada aluno o que carrega como maior crença:

olhar as pessoas pela sua essência e traduzir pela imagem um reflexo genuíno do que são.



A relação com a autoimagem hoje pode ser grande fonte de insatisfação. O mesmo ocorre com o corpo quando para atingir padrões estéticos e estereótipos abrimos mão de nossa identidade. Fazemos parte da cultura da imagem, porém os índices de obesidade, transtornos alimentares e dismórfico se tornam cada vez mais recorrentes.

Quanto menos conectados com nossos desejos, mais estaremos à merce do que é oferecido socialmente, em um processo de adoecimento e dependência.



CURSO DE
EXTENSÃO



OBJETIVO



Utilizar conhecimentos da psicologia para os atendimentos de profissionais de imagem, estética e saúde, levando o cliente a escolhas reais no desenvolvimento de seu projeto de imagem, através do despertar da autenticidade.

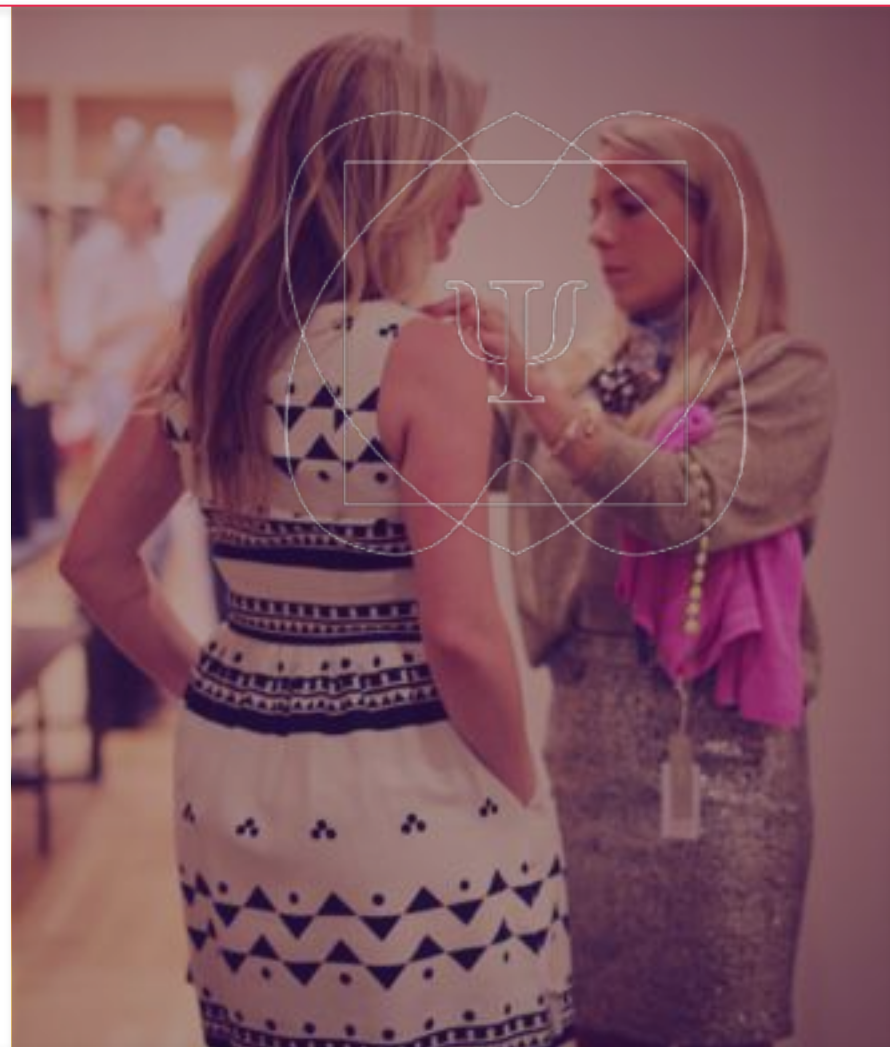
Utilizar ferramentas de investigação na relação do cliente com seu corpo, imagem e aparência. Desenvolver soluções criativas para questões relacionadas ao corpo e à imagem.



CURSO DE
EXTENSÃO

PÚBLICO

Consultores de Imagem, Psicólogos,
Coach's, Visagistas, Profissionais da saúde
e estética e interessados em um processo
de atendimento que busque o
autoconhecimento.



METODOLOGIA

- Aulas online
- Vídeo conferências para dúvidas e debates
- Materiais complementares e exercícios



MÓDULO 1

O que é Psicologia da Autoimagem?

Exercício de visualização criativa .

Videoconferência 1: Diagnóstico de Autoimagem.

Técnica Vivencial de Autoimagem + Avaliação de satisfação com a imagem.

MÓDULO 3

O Estágio do espelho

- A questão do feminino.

Videoconferência 3: Relação com a imagem.

Exercícios vivenciais do espelho + Exercício da linha do tempo.

MÓDULO 2

O desenvolvimento da autoimagem

- Imagem Corporal, Autoimagem e Autoestima.

- Eu Real x Eu Ideal.

Videoconferência 2: Diagnóstico de Autoestima.

Escala de autoestima + O desenho de si mesmo.

MÓDULO 4

Corpo e Bem Estar

- Psicossomática.
- Pesos e Medidas.

Videoconferência 4: Relação com o corpo. Exercício de Circunferência e Contorno + Exercício de bem estar

Vídeo conferências todas as terças-feiras.

Até a próxima video conferência, a aluna deve realizar as atividades propostas e assistir a vídeo aula do próximo módulo.



MÓDULO 5

Estágio Estético

- A relação com as roupas, objetos e marcas.
- O sujeito estético.
- A questão do desaparego.

Videoconferência 5: Relação Estética.

Discussão de caso + Exercício do desaparego

MÓDULO 7

A questão da felicidade

- Psicologia Positiva.

Videoconferência 7: Construir felicidade através da autoimagem.

Visualização Criativa: Satisfação Plena + Diário de gratidões + Analisando Crenças.

MÓDULO 6

Sentir-se bem na própria pele

- Liberdade de ser quem tu és, autenticidade e empatia.

Videoconferência 6: Construir autenticidade.

Discussão de Caso: A percepção de si através da autoimagem + Escala de Auto-compaixão

MÓDULO 8

Projeto Original de Imagem

- Metas e Objetivos.

Videoconferência 8: Realizar escolhas, traçar metas e objetivos.

Visualização Criativa: Eu Ideal + Prova Final

Vídeo conferências todas as terças-feiras.

Até a próxima video conferência, a aluna deve realizar as atividades propostas e assistir a vídeo aula do próximo módulo.



COMO FUNCIONAM AS AULAS E ATIVIDADES?

A primeira vídeo aula estará disponível na segunda-feira, 03/04.

A primeira vídeo conferência acontece na terça-feira, dia 04/04.

Após cada vídeo conferência, será liberado o vídeo da próxima aula. A aluna tem a semana seguinte para realizar as atividades propostas e assistir a próxima aula.

Vídeo conferências todas as terças-feiras, às 19h.



CURSO DE
EXTENSÃO



CURSO DE
EXTENSÃO

February

March

April

May

June

July

August

September

October

November

December

PROGRAMAÇÃO

02/10 (seg) – Vídeo aula: módulo 1

03/10 (ter) – Vídeoconferência: módulo 1

Na semana seguinte a aluna deve realizar as atividades propostas e assistir a vídeo aula 2.

10/10 (ter) – Vídeoconferência: módulo 2

Na semana seguinte a aluna deve realizar as atividades propostas e assistir a vídeo aula 3.

17/10 (ter) – Vídeoconferência: módulo 3

Na semana seguinte a aluna deve realizar as atividades propostas e assistir a vídeo aula 4.

24/10 (ter) – Vídeoconferência: módulo 4

Na semana seguinte a aluna deve realizar as atividades propostas e assistir a vídeo aula 5.

31/10 (ter) – Vídeoconferência: módulo 5

Na semana seguinte a aluna deve realizar as atividades propostas e assistir a vídeo aula 6.

07/11 (ter) – Vídeoconferência: módulo 6

Na semana seguinte a aluna deve realizar as atividades propostas e assistir a vídeo aula 7.

14/11 (ter) – Vídeoconferência: módulo 7

Na semana seguinte a aluna deve realizar as atividades propostas e assistir a vídeo aula 8.

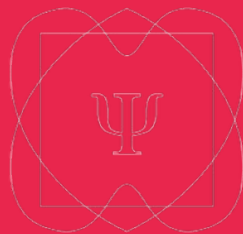
21/11 (ter) – Vídeoconferência: módulo 8

Última aula e finalização do curso.

Os certificados serão enviados no formato digital após o término de todas as atividades.

FACILITADORA

ELIZA GUERRA DE OLIVEIRA



Psicóloga Clínica, Consultora de Imagem e Sócia proprietária da Clínica de Psicologia Harmonia. Formada em psicologia pela Universidade Presbiteriana Mackenzie e em Consultoria de imagem pela Ecole Supérieure de Relooking (Paris).

Atua como psicóloga clínica desde 2011. Atende adolescentes, adultos e casais. Realiza atendimentos de pacientes com transtornos alimentares, compulsões alimentares, transtornos dismórficos e acompanhamento de pacientes candidatos a cirurgia bariátrica. Cursos de formação: Treinamento em Psicoterapia Vivencial, Tereza Erthal (2016-2017) e Health&Wellness Coaching – Carevolution.



CURSO DE
EXTENSÃO

INFORMAÇÕES GERAIS

- **Carga Horária: 34h**

2h de vídeos + 8h de video conferências +3h semanais de atividades.

- **Período das Aulas: 03 de outubro até 21 de novembro.**

- **Certificação internacional.**

Mediante 75% de participação.

- **Vídeo conferências todas as terças-feiras, às 19h.**

INVESTIMENTO

Solicite a **ficha de inscrição** pelo email contato@ecolebrasil.com

5x R\$460

Entrada via transferência bancária
+ parcelamento em boletos.

Ou 5% de desconto à vista.



CURSO DE
EXTENSÃO

Merci



contato@ecolebrasil.com

www.ecolebrasil.com