

A arte contínua de tornar-se Gestalt-terapeuta frente aos desafios na utilização das ferramentas tecnológicas: criação do Curso Mentoria - Presença Digital a partir de relato de experiência

Introdução: Na arte contínua de tornar-se Gestalt-terapeuta frente às mudanças contemporâneas e suas novas formas de relação, temos a presença marcada e ativa das mídias. E com isso os desafios vivenciado por psicólogos e muitos outros profissionais referente ao preconceito, medo da exposição e do julgamento, dentre diversas outras questões envolvidas no uso dessa ferramenta. Através do relato de experiência foi identificado a necessidade de acolher essa demanda, no sentido de instrumentalizar profissionais de diversas categorias em busca de sua identidade profissional diante dos meandros digitais que sentem a necessidade de divulgar o seu trabalho com segurança e autenticidade nas redes sociais. Esse artigo se propõe a apresentar a criação e desenvolvimento de um Curso Mentoria - Presença Digital: expressando sua autoimagem profissional, de minha autoria e com parceria do IGT. Projeto amadurecido no grupo de pesquisa através das discussões e aperfeiçoamento dos conceitos teóricos da Gestalt-terapia. O curso também conta com as contribuições teóricas da Psicologia da Autoimagem, no qual sou formada também.

Característica principal do curso é fazer junto comigo, docente responsável e coordenadora do curso, o acompanhamento será prático/vivencial durante as aulas semanais além do suporte contínuo durante o período de duração do curso. Aulas ao vivo e disponíveis na plataforma para acessar quantas vezes precisar, organizado de modo cíclico, norteado por três eixos principais: COMO EU ME VEJO, COMO O OUTRO ME VÊ E ENTRE EU E O MUNDO. Trazendo temas como: psicologia da autoimagem, autoestima, gestalt-terapia, ajustamento criativo, consciência de si, medo/vergonha da exposição, medo do julgamento, quem eu sou, profissional que eu quero ser, valorização profissional, inseguranças, limitações, instagram, canva, capcut, psicologia da moda, psicologia do vestir, desafios do empreendedor, gestão da virtualidade, gestão de produção de conteúdo, heterossuporte, autocuidado na virtualidade, dentre outros.

Objetivo: Proporcionar um espaço de construção/fortalecimento de autoimagem e desenvolvimento de subsídios para lidar com as mudanças de um mundo virtualizado.

Metodologia: Curso Mentoria criado e desenvolvido a partir da experiência e do caminho trilhado por um Gestalt-terapeuta, a sua inserção na tecnologia e as reverberações ocasionadas pela sua aproximação dessa possibilidade tecnológica.

Conclusão: A tecnologia é uma alternativa para o serviço oferecido pelos psicólogos e por diversas outras categorias profissionais, sem dúvidas, a demanda de utilização dessa ferramenta se fez muito presente, nos últimos anos. Esse lugar novo de estar e ser profissional requer um processo de ajustamentos e de exigências na vida de diversas categorias trazendo conforto para alguns e resistência para outros.