



MEUS BASTIDORES PSI

Programação completa

Um dia sobre comunicação, valor e limites
na prática clínica da psicóloga.

29 DE AGOSTO DE 2026 | 9H ÀS 16H

COMO Coworking - Rua Miranda Valverde, 64 - Botafogo, Rio de Janeiro

3ª EDIÇÃO | PRESENCIAL

Por que esse encontro existe?

A prática clínica não é feita apenas de técnicas e intervenções. Ela também exige que a psicóloga saiba apresentar o próprio trabalho, conversar sobre honorários, sustentar combinados, dizer não e atravessar situações desconfortáveis sem abandonar o cuidado.

O Meus Bastidores Psi foi criado para olhar justamente para esses momentos que fazem parte da clínica real, mas que raramente recebem espaço suficiente na formação. Ao longo do dia, as participantes serão convidadas a reconhecer onde sua voz profissional trava, experimentar novas formas de se comunicar e ampliar o repertório para lidar com conversas que costumam despertar culpa, insegurança ou medo de perder o vínculo.

O TEMA DESTA EDIÇÃO

Quando a psicóloga precisa se posicionar

Um encontro sobre comunicação, valor e limites na prática clínica.

O que queremos que cada psicóloga leve daqui

- Mais clareza para explicar seu trabalho

Traduzir sua experiência, seu olhar clínico e sua forma de cuidar em uma comunicação mais autêntica e compreensível.

- Mais segurança para falar de dinheiro

Comunicar honorários, reajustes, faltas e condições de pagamento sem se justificar excessivamente ou flexibilizar por medo.

- Mais firmeza para sustentar limites

Responder a pedidos fora do combinado e comunicar negativas preservando o enquadre e o vínculo terapêutico.

- Mais presença nas conversas difíceis

Perceber como corpo, respiração e postura participam do posicionamento profissional.

Programação do dia

Cada momento foi pensado como parte de uma mesma construção: reconhecer as travas, compreender o que elas ativam e desenvolver formas mais claras, possíveis e éticas de se posicionar.

09h00 - 09h15

Chegada, credenciamento e café de boas-vindas

Um primeiro momento para conhecer o espaço, receber o material do encontro e começar as trocas com outras psicólogas.

Por que isso importa: A sensação de pertencimento e segurança favorece a participação, a reflexão e a abertura para falar sobre os próprios bastidores.

Você leva para a prática: Conexão com outras profissionais e um início de dia mais acolhedor.

09h15 - 09h30

Check-in: Onde minha voz trava?

Uma atividade individual e compartilhada para identificar em quais situações a comunicação profissional se torna mais difícil: apresentar-se, falar do próprio trabalho, comunicar valores, dizer não ou frustrar alguém.

Por que isso importa: Antes de aprender novas formas de se comunicar, é importante reconhecer os medos, pensamentos e reações que já aparecem nessas situações.

Você leva para a prática: Mais consciência sobre os próprios pontos de trava e uma pergunta-guia para acompanhar o restante do evento.

09h30 - 10h30

Bloco 1 - Como comunicar seu trabalho e seu diferencial

Workshop com Carol sobre a dificuldade de falar de si, a diferença entre se vender e comunicar valor, o que compõe um diferencial profissional e como transformar isso em linguagem.

Por que isso importa: Quando a psicóloga não consegue explicar o que faz e como trabalha, seu valor pode permanecer invisível mesmo quando existe muito estudo, experiência e cuidado por trás da prática.

Você leva para a prática: Recursos para apresentações, bios, conteúdos, conversas com potenciais pacientes e indicações profissionais.



10h30 - 10h40

Pausa rápida

Um intervalo breve para café, banheiro e respiro.

Por que isso importa: Pausas ajudam a integrar o conteúdo e manter a presença ao longo do encontro.

Você leva para a prática: Tempo para assimilar as primeiras reflexões e trocar impressões.

10h40 - 11h40

Dinâmica - O que acontece comigo quando preciso falar de dinheiro?

Uma atividade com situações reais da clínica para nomear culpa, medo, vergonha, insegurança, vontade de justificar o valor e dificuldade de sustentar combinados financeiros.

Por que isso importa: Falar de dinheiro não é apenas informar um preço. Essa conversa toca em valor profissional, medo de perder o paciente, comparação e receio de parecer pouco acolhedora.

Você leva para a prática: Mais clareza sobre o que atravessa sua comunicação financeira e quais padrões precisam ser revistos.

11h40 - 12h40

Brunch coletivo e interação

Um momento de pausa, comida, quiz e conversa entre as participantes.

Por que isso importa: As trocas informais também ampliam repertório, diminuem a sensação de isolamento e aproximam profissionais que vivem desafios semelhantes.

Você leva para a prática: Novas conexões, ideias e referências para a construção da própria prática.

12h40 - 13h40

Bloco 2 - Como conversar sobre valores com mais segurança

Workshop com Gil sobre preço, valor e negociação; comunicação de honorários; pedidos de desconto; reajustes; faltas; pagamentos atrasados e critérios para flexibilizar.

Por que isso importa: Combinados financeiros claros protegem a relação terapêutica e tornam a clínica mais sustentável. Evitar essas conversas costuma gerar ambiguidade, ressentimento e desgaste.

Você leva para a prática: Frases, critérios e estratégias para conduzir negociações com mais naturalidade, clareza e segurança.

13h40 - 14h20

Bloco 3 - Como dizer não e preservar o vínculo

Um bloco conduzido pela equipe Minha Terapia Edu sobre pedidos fora do combinado, mensagens excessivas, remarcações, urgências e outras situações em que a psicóloga precisa frustrar expectativas.

Por que isso importa: O limite não é o contrário do cuidado. Muitas vezes, ele protege o enquadre, preserva o vínculo e cria condições para que algo importante seja trabalhado na terapia.

Você leva para a prática: Uma estrutura prática para comunicar limites com firmeza, cuidado e responsabilidade clínica.

14h20 - 14h40

Pausa para café

Um intervalo para descanso e preparação para a prática corporal.

Por que isso importa: Alternar reflexão e pausa ajuda a manter a atenção e favorece a integração do conteúdo.

Você leva para a prática: Um momento de respiro antes do encerramento do dia.

14h40 - 15h40

Bloco 4 - Corpo, presença e expressão

Prática conduzida pela RJ + Fit Pilates para perceber como respiração, postura, tensão e mobilidade participam da comunicação e do posicionamento profissional.

Por que isso importa: Conversas difíceis não acontecem apenas no pensamento. O corpo pode encolher, endurecer, acelerar ou perder apoio antes mesmo de a fala começar.

Você leva para a prática: Recursos corporais de regulação para permanecer mais presente ao comunicar algo importante.

15h40 - 16h00

Encerramento e integração

Um último momento para reunir o que foi vivido e reconhecer o que cada participante deseja levar para sua comunicação, seus limites e sua prática profissional.

Por que isso importa: Transformar reflexão em intenção concreta aumenta a chance de o aprendizado continuar depois do evento.

Você leva para a prática: Um compromisso pessoal e aplicável para os próximos passos na clínica.

Para levar para a clínica

A proposta não é sair com uma fala perfeita.

É sair com mais clareza para reconhecer o que acontece com você, mais repertório para conduzir conversas difíceis e mais liberdade para ocupar o seu lugar profissional sem precisar abandonar a ética, a sensibilidade ou a sua própria forma de ser.

LOCAL COMO Coworking Rua Miranda Valverde, 64 - Botafogo, Rio de Janeiro	DATA E HORÁRIO 29 de agosto de 2026 Das 9h às 16h
---	--