

AIT
ADVANCED INTEGRATIVE THERAPY



Cor&Ação
HELGA HEIDY DE JESUS



Movida pela paixão pela humanidade e pelo desejo de promover o bem-estar integral das pessoas, formei-me em Educação Social, um caminho que me permitiu compreender as complexidades das relações humanas e a importância da escuta, do acolhimento e do desenvolvimento pessoal.

A minha jornada meditativa começou em 2001, quando descobri o poder transformador do silêncio e da consciência plena. Após dez anos de prática dedicada, tornei-me terapeuta Peter Hess, especializando-me no uso dos sons e das vibrações como instrumento de equilíbrio e transformação interior.

Há mais de 15 anos, integro o equipo de serviço de Corazoncalli, liderado por Kelvara Theocal (do México), aprofundando minha prática xamânica e guiando grupos e indivíduos em processos de autoconhecimento, expansão da consciência e reconexão espiritual. Este trabalho fortaleceu minha habilidade de conduzir rituais e práticas de sanção energética, alinhando corpo, mente e espírito.

O tema da família sempre me tocou profundamente, reconhecendo a força que nossas origens exercem sobre nossa vida presente. Por isso, aprofundei-me em Constelação Familiar e Psicogenealogia, integrando técnicas que ajudam no nosso autoconhecimento, tal como a compreender e a transformar padrões pessoais e emocionais.

Complementando minha formação terapêutica, especializei-me em Advanced Integrative Therapy (AIT), incorporando técnicas avançadas, com foco no tratamento de traumas e na libertação somáticas destes. Sou também mestre de Reiki, habilitada a conduzir iniciações e transmitir esta poderosa energia de reconexão e equilíbrio.

Hoje, unindo meditação, som, rituais xamânicos, constelações familiares, psicogenealogia, AIT e Reiki, ofereço um atendimento holístico, sensível e personalizado. Meu objetivo é guiar cada pessoa a libertar bloqueios, despertar potenciais e reconectar-se com sua essência mais profunda, criando um espaço seguro, transformador e sagrado para o crescimento pessoal e espiritual.



Intro

A Advanced Integrative Therapy (AIT) é uma abordagem terapêutica inovadora, desenvolvida pela Dra. Asha Clinton nos Estados Unidos, que integra uma terapia somática suave para promover transformações profundas de pequenos e grandes traumas vivenciados e para a transmutação pessoal. AIT reconhece que traumas passados impactam corpo, mente e espírito, e que a verdadeira recuperação requer trabalho consciente e energético.

Esta metodologia oferece um caminho seguro e estruturado para identificar e liberar padrões traumáticos, conectar experiências da infância a eventos recentes, restaurar a harmonia interna e fortalecer a espiritualidade pessoal. Por meio de técnicas específicas, como toque em centros energéticos e teste muscular, permite que o cliente acesse memórias inconscientes, libere bloqueios e resgate a capacidade natural de autocura, promovendo bem-estar, autoconhecimento e integração emocional.

AIT não é apenas uma terapia; é um convite para reconectar-se consigo mesmo, transformar sofrimento em aprendizado e restaurar a integridade do ser, conduzindo a uma vida mais consciente, equilibrada e plena.



O que é AIT?

Advanced Integrative Therapy (AIT) foi desenvolvida nos EUA pela Dra. Asha Clinton, uma psicoterapeuta energética. AIT é uma abordagem terapêutica estruturada, baseada numa sequência de protocolos que visam identificar, neutralizar e libertar traumas, tanto eventos específicos quanto crenças ou emoções enraizadas, usando um sistema que envolve:

- Nomear o problema com precisão.
- Aceder a memória ou emoção do corpo.
- Aplicar protocolos de tomada de consciência e de liberação energética.
- Integrar cognitivamente o material tratado.

O foco principal é a sanção de traumas de forma rápida, suave e profunda, trabalhando tanto a mente quanto o corpo. A abordagem funciona quando realizada em diversas sessões, permitindo que cada etapa seja integrada com suavidade.



AIT

ADVANCED INTEGRATIVE THERAPY

Terapeuta AIT

A facilitadora de AIT é uma profissional qualificada da área da saúde mental, que integra este método à sua especialização e às suas modalidades terapêuticas.



Cor&Ação

HELGA HEIDY DE JESUS

AIT como tratamento de trauma

A AIT baseia-se na premissa de que o trauma é frequentemente a causa de todo sofrimento e a origem de crenças negativas, desejos, compulsões, obsessões, vícios e outros sintomas. O impacto inconsciente ou consciente do trauma é armazenado no corpo e para , é necessário incluir o corpo no tratamento.

Definição de trauma segundo a AIT:

“Qualquer ocorrência que, ao pensarmos sobre ela, ou quando é desencadeada por algum evento presente, evoca emoções difíceis, sensações físicas, crenças negativas ou padrões de comportamento como vícios ou dissociação. Tal ocorrência pode bloquear o desenvolvimento de qualidades positivas e relações consigo mesmo ou com os outros, impedir a conexão espiritual e fragmentar a totalidade humana.”

(AIT Basics Manual, Asha Clinton)



Cor&Ação

HELGA HEIDY DE JESUS

Como a AIT funciona

Na AIT, a carga energética negativa e traumática do problema é liberada enquanto o cliente coloca suas mãos sobre centros de memória energética relevantes, que correspondem aos chakras ou determinadas glândulas do corpo. Ao liberar a carga energética profundamente armazenada de eventos passados e impactos relacionais, a sanção pode ocorrer. Os padrões comportamentais, emocionais e relacionais negativos podem então cessar.

A AIT difere de outras terapias de conversa ao abordar e engajar a base energética do nosso ser, utilizando a inteligência de auto-cura e auto-organização que existe dentro de nós. Questões psicológicas são identificadas e tratadas não apenas através da fala e da compreensão, mas também acessando material inconsciente por meio do teste muscular.

Essa técnica de cinesiologia serve como um valioso auxílio para acessar a sabedoria do corpo, guiando o foco e o ritmo do tratamento.



Benefícios do processo terapêutico AIT

Os terapeutas AIT são treinados para conduzir o tratamento em ritmo e profundidade ajustados, garantindo que o trabalho não re-traumatize o cliente.

Ao longo do processo terapêutico, os clientes desenvolvem:

- Conscientização plena e aceitação de sentimentos, pensamentos e sensações corporais.
- Maior capacidade de autocuidado e autoconhecimento.
- Meditação e instalação de valores e objetivos positivos que substituem crenças e padrões negativos anteriores.





Cor&Ação

HELGA HEIDY DE JESUS



CONTACTO

+351 916 537 536

helgaheidi@gmail.com

www.helgaheidi.com

Redes: @terapias_cor_acao

Branding: Ritual Productora