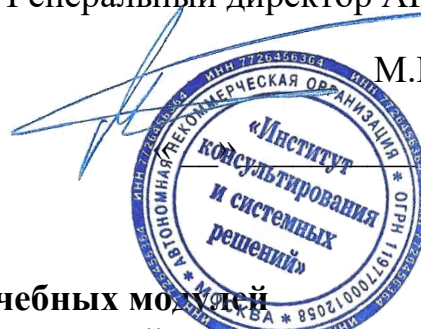


УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АНО «ИКСР»

М.Г.Бурняшев

20 ____ г.



**Рабочие программы учебных модулей
модульной программы профессиональной переподготовки
«Интегративная травматерапия»
для регионов №2**

МОДУЛЬ 1.1 -1.2

**Введение в травматерапию. Основы диагностики. Терапевтическая позиция.
Профилактика ретравматизации. 4 – х фазная модель работы с травмой.
Фаза диагностики. Фаза стабилизации.**

Теория.

Обзор современных методов травматерапии. Определение психической травмы. Механизм возникновения травмы. Физиология травмы. Факторы защиты от травмы. Факторы риска. Основные симптомы посттравматических нарушений. Последствия травмы. Шоковые травмы и травмы развития. ОТР (Острое травматическое расстройство). ПТСР (Посттравматическое расстройство). Условия, влияющие на развитие ПТСР. Связь травмы с другими психическими нарушениями. Психосоматические заболевания как следствия травмы. Тестирование травмы у детей. Позиция, мышление травматерапевта. Ориентация на ресурсы. Развитие позитивного мышления. Классификация и виды травм. Профилактика ретравматизации.

Четырехфазная модель работы с травмой. Контакт и диагностика. Особенности терапевтических отношений. Основные инструменты диагностики. Разнообразие симптомов при хронической травме и сложности диагностики. Стабилизация. Предпосылки работы с травмой. Особенности работы с травмированными людьми. Резилентность. Понятие ресурсов. Виды ресурсов. Формирование ресурсного мышления травматерапевта. Использование ресурсов при работе с травмой. Техники визуализации, направленные на создание и укрепление ресурсов клиента, и принятие самого себя. Развитие внутреннего наблюдателя. Техники дистанцирования от травматического события. Признаки Диссоциации. Способы выведения клиента из состояния диссоциации. Техника визуально – телесной работы с ресурсным местом.

Практика

Демонстрация работы по стабилизации с участниками программы.

Получение практического опыта в упражнениях:

- на развитие позитивного мышления и на стабилизацию состояния,
- возвращающие ощущение безопасности,
- по психогигиене,
- помогающих вернуть контроль над травматическими переживаниями,
- по быстрому возвращению в реальность,
- по созданию ресурсного места для травмированной части.

Вопросы для самоконтроля:

1. Что такое психическая травма?
2. Какие события могут стать травмой?
3. Как возникает травма?
4. Каковы основные симптомы посттравматических нарушений?
5. Какие вы знаете факторы защиты от травмы?
6. Какие вы знаете факторы риска возникновения травмы?
7. Какие классификации травм вам известны?
8. В чем суть терапевтической позиции при работе с травмой?
9. Каковы задачи интервью на фазе диагностики?
10. Что должен знать терапевт, чтобы избежать ретравматизации клиента?
11. Какие задачи терапии на фазе стабилизации?
12. Что такое ресурсы? Для чего они нужны?
13. Какие виды ресурсов вы знаете?
14. Что значит телесно – ориентированное мышление терапевта?
15. Какие техники, направленные на создание и укрепление ресурсов клиента, и принятие самого себя, вы знаете?
16. Какие техники для развития внутреннего наблюдателя вы знаете?
17. Для чего нужны техники дистанцирования от травматического события.
18. Каковы основные аспекты работы с «безопасным местом»?
19. Что такое диссоциация? Каковы ее признаки?
20. Какие способы выведения клиента из состояния диссоциации вы знаете?
21. Какие способы быстрого возвращения в контакт с реальностью вы знаете?

МОДУЛЬ 2.1-2.2

Возможности работы с телом в травматерапии. Необходимость и осторожность в работе с телом. Формирование «телесного мышления».

Профилактика ретравматизации.

Теория

Введение в телесно - ориентированную травматерапию. Физические признаки психической травмы. Телесный резонанс. Способы выведения из травматического переживания. Показания и противопоказания для телесной работы. Профилактика ретравматизации.

Ресурсы тела. Заземление. Центрированность. Границы. Формирование границ. Виды границ. Физические и психологические границы. Шоковая травма. Принципы работы с шоковой травмой. Факторы в терапевтической сессии. Возможности работы с телом при работе с шоковой травмой. Воронка травмы. Воронка исцеления. Исцеляющий диалог между двумя состояниями. Техника титрования. Расщепленность и сверхсцепленность. Модель SIBAM и ее роль в терапевтической структуре. Проработка травматического сцепления и восстановление гибких взаимосвязей системы целостного опыта. Способы выведения из травматического переживания с помощью телесного осознания. Признаки энергетической разрядки. Профилактика ретравматизации. Работа с непереносимыми переживаниями. Проживание чувств в теле. Работа по расширению телесного контейнера для проживания чувств. Механизм возникновения травмы. Работа с незавершенными телесными реакциями. Незавершенная реакция борьбы. Проявление реакции борьбы в теле. Техники работы с агрессией. Незавершенная реакция бегств и варианты работы. Агрессия как реакция на неудовлетворенные потребности. Использование образов в работе с телом. Телесная работа с незавершенными реакциями с использованием образа животного.

Практика

Демонстрация телесной работы с участниками программы.

Получение практического опыта в упражнениях:

- на развитие внутреннего наблюдателя,
- на стабилизацию (на заземление, на работу с опорами, центрирование),
- на исследование своих границ,
- на исследование связей между элементами SIBAM,
- на соединение с ресурсными ощущениями в теле.
- на титрование,
- на пробуждение энергии в теле,
- на завершение реакций борьбы и реакций бегства.

Вопросы для самоконтроля:

1. Каковы физические признаки психической травмы?
2. Что такое телесный резонанс?
3. Какие вы знаете способы выведения из травматического переживания?
4. Что такое «ресурсы тела»?
5. Что такое «заземление»?
6. Что такое «центрированность»?
7. Какие виды границ вы знаете?
8. Как происходит формирование физических границ?
9. Что такое шоковая травма?
10. Каковы принципы работы с шоковой травмой?
11. Что такое воронка травмы?

12. Что такое воронка исцеления?
13. В чем суть техники титрования?
14. Какие нарушения целостности восприятия по модели SIVAM могут быть следствием травматического опыта?
15. Каковы признаки энергетической разрядки?
16. Какие техники для работы с непереносимыми переживаниями вы знаете?
17. Что такое незавершенные телесные реакции?
18. Каковы телесные проявления незавершенной реакции борьбы?
19. Каковы основные аспекты работы с агрессией?
20. Как проявляется телесно незавершенная реакция бегства?
21. Каковы телесные проявления незавершенной реакции на неудовлетворенные потребности?
22. Кому показана и кому противопоказана телесная работа?
23. Каким образом работа с телом служит профилактикой ретравматизации?
- 24.

МОДУЛЬ 3.1-3.2

Фаза стабилизации. Работа с эго - состояниями на фазе стабилизации. Ролевые кластеры.

Теория

Навыки здоровой личности. Расщепление личности после травматического опыта. Признаки здоровых частей. Признаки травмированных частей. Признаки выживающих частей. Рамки терапевтической работы. Работа с внутренними частями. Работа с ресурсными внутренними частями. Работа с ранеными внутренними частями и чувствами, к ним относящимся. Работа с внутренними частями (с убеждениями, установками), которые блокируют движение в жизни. Карта внутренней жизни клиента. Работа с внутренними частями с детьми. Различия ПТСР и Психоза. Техника «Структурированное рисование с билатеральным стимулированием». Техника «Экран» на примере приятного воспоминания.

Практика

Демонстрации работы с внутренними частями с участниками программы.

Получение участниками практического опыта в упражнениях:

- по психогигиене, по стабилизации состояния,
- направленные на создание и укрепление ресурсов и принятие самого себя,
- на осознание целостности опыта по модели SIVAM,
- «Встреча со своими травмированными частями»,
- «Встреча со своими ресурсными частями»,
- на работу с блокирующими убеждениями,
- «Структурированное рисование с билатеральным стимулированием».

Вопросы для самоконтроля:

1. Что значит «расщепление личности» после травматического опыта?

2. По каким признакам можно диагностировать здоровые части личности?
3. По каким признакам можно диагностировать травмированные части личности?
4. По каким признакам можно диагностировать выживающие части личности?
5. Каковы основные аспекты терапевтической работы с внутренними?
6. С какой целью проводится исследование ресурсных внутренних частей?
7. Каковы основные аспекты работы с травмированными внутренними частями и относящимся к ним чувствами?
8. Каковы основные аспекты работы с внутренними «саботажниками»?
9. Каким образом в терапевтической работе можно использовать «карту внутренней жизни клиента»?
10. Каким образом можно использовать принципы работы с внутренними частями в работе с детьми?
11. По каким признакам можно отличить проявления ПТСР и психоза.
- 12.

МОДУЛЬ 4.1-4.2

Фаза конфронтации с травмой. Предпосылки для конфронтации с травмой. Техники конфронтации с травмой. Острые формы травматизации. Помощь людям в состоянии острой травмы.

Теория

Фаза конфронтации. Монотравма. Как работать с монотравмой. Техники работы с монотравмой. Работа с детьми.

Комплексная травматизация. Предпосылки для конфронтации с травмой при комплексной травматизации. Признаки диссоциации. Принципы работы с комплексной травматизацией. Техника внутреннего наблюдателя. Опросник.

Ночные кошмары. Техники работы с ночными кошмарами.

Техники нахождения контакта с тем, с кем физически его невозможно установить.

Несчастные случаи, катастрофы. Правила для человека, прибывшего помогать на место происшествия. Как быстрее привести в чувство и успокоить.

Работа с самоорганизацией тела по модели SIVAM. Техники, улучшающие способность воспринимать телесные ощущения.

Защитные механизмы, которые работают в семье. Телесная работа с детьми.

Техника структурированного рисования.

Практика

Демонстрация работы с комплексной травмой.

Получение участниками практического опыта в упражнениях:

- по психогигиене, по стабилизации состояния, по созданию безопасного пространства,
- на выведение из состояния диссоциации,
- на исследование правильного поведения с клиентами в предполагаемых травмирующих ситуациях.
- на исследование того, что важно для детей, переживших травму,
- на работу с монотравмой,

- на исследования телесного восприятия в разных ситуациях,
- на использование техники структурированного рисования,
- на использование техники наблюдателя при конфронтации с травмой,
- использование техник написания письма.

Вопросы для самоконтроля:

1. Какая предварительная работа должна быть проведена перед конфронтацией с травматической ситуацией?
2. Что общего между разными техниками конфронтации в случае монотравмы?
3. В чем принципиальное различие техники конфронтации с детьми и со взрослыми?
4. Каковы предпосылки для конфронтации с травматическим переживанием при комплексной травматизации?
5. В каких случаях предпочтительнее использовать технику внутреннего наблюдателя, а в каких технику экрана?
6. Каким образом может быть полезен в работе с травмой опросник?
7. Какие техники работы с ночными кошмарами вы знаете?
8. Какие вы знаете техники нахождения контакта с тем, с кем физически невозможно установить контакт.
9. Что такое ОТР (Острое Травматическое Расстройство)?
10. Какие существуют правила для человека, прибывшего помогать на место происшествия (несчастные случаи, катастрофы)? Как быстрее привести в чувство и успокоить?
11. Какие вмешательства противопоказаны при ОТР?
12. Как можно использовать техники СИВАМ для помощи людям с ОТР?
13. Какие вы знаете техники, улучшающие способность воспринимать телесные ощущения.
14. Какие защитные механизмы работают в семье.
15. В чем особенность телесной работы с детьми при ОТР?

МОДУЛЬ 5.1--5.2

Фаза интеграции. Сценические формы работы с травмой на разных фазах. Использование метода системных расстановок и психодрамы.

Теория

Сценические методы терапии как способ терапевтического дистанцирования. Основные техники психодрамы. Обмен ролями. Дублирование. Зеркало. Техники системных расстановок. Заместительское восприятие. Разделение контекстов. Использование техник системных расстановок и психодрамы на разных этапах терапии в индивидуальном сеттинге. Сценические методы работы на фазе установления контакта и диагностики. Особенности терапевтических отношений. Позиция терапевта. Использование телесного резонанса, невербальных сигналов клиента. Контрпереносные чувства терапевта на фазе диагностики. Диагностика

методом системных расстановок, диагностика с использованием психодраматической техники обмена ролей. Выявление диссоциативных частей. Особенности работы с травмами эмоционального, психологического, физического и сексуального насилия.

Сценические методы работы на фазе стабилизации. Задачи. Контрпереносные чувства терапевта на фазе стабилизации. Ресурсные расстановки. Ориентация на ресурсы. Создание ресурсного места для нуждающейся части в психодраматической технике «Обмен ролями».

Физикализация как способ погружения и исследования травматического материала. Шкала времени. Диагностика травматического события.

Сценические методы работы на фазе конфронтации с травмой. Предпосылки для расстановки конкретной травматической ситуации. Монотравма. Комплексная травма. Техника титрования в системных расстановках. Особенности работы с ресурсным местом. Признаки расщепления.

Интеграция расстановок, психодрамы и работы с телом в индивидуальном сеттинге. Работа с якорями, с воображением.

Фаза интеграции. Сложности перехода в здоровую реальность. Целостность как ресурс. Экспозиция ресурсных частей, частей-блокаторов и раненной части.

Организация внутреннего пространства для улучшения жизненной ситуации, для реализации конкретной задачи. Субличности - Взрослый, Родитель, Ребенок.

Интеграция других внутренних составляющих. Ритуалы перехода исцеленного от травмы человека в новую реальность.

Практика

Демонстрация использования расстановочных и психодраматических техник на разных этапах работы с травмой в индивидуальном сеттинге.

Получение участниками практического опыта в упражнениях:

- на исследование части, реагирующей на определенный триггер и поиск помощи ей,
- на освоение техник дистанцирования от травматического переживания,
- на выявление диссоциативных частей и определение их роли во внутреннем пространстве,
- На разделение контекстов,
- на соединение с ресурсами,
- создание ресурсного места для нуждающейся части в психодраматической технике «Обмен ролями»
- на терапевтическое разделение взрослой части и раненной части (младшей) и на работу с раненной частью,
- на осознание внутренних конфликтующих частей, контакт с ними и разрешение конфликта,
- на освоение вариантов техники титрования,
- на интеграцию внутренних составляющих,
- на интеграцию прошлого, настоящего и будущего.

Вопросы для самоконтроля:

1. Какие контрпереносные чувства испытывает терапевт на фазе установления контакта и диагностики с травмированным клиентом.
2. Какие сценические техники, и в каких случаях полезны на фазе установления контакта и диагностики?
3. Каким образом психодраматическая техника «обмен ролями» способствует выявлению диссоциативных частей?
4. Какова цель сценических техник на фазе стабилизации?
5. Каковы задачи техники «разделение контекстов»?
6. Какие контрпереносные чувства испытывает терапевт на фазе стабилизации с травмированным клиентом.
7. Как техники системных расстановок помогают в обнаружении внутренних частей и налаживанию с ними контакта?
8. Как сценические техники помогают в обнаружении и присвоении ресурсов?
9. Какие телесные техники совмещаются со сценическими техниками?
10. Каковы признаки расщепления при работе с «безопасным местом»?
11. Каковы предпосылки для расстановки конкретной травматической ситуации?
12. В каких случаях показаны сценические техники, а в каких визуализации?
13. Каковы особенности работы с травмами эмоционального насилия?
14. Каковы особенности работы с травмами психологического насилия?
15. Каковы особенности работы с травмами физического насилия?
16. Каковы особенности работы с травмами сексуального насилия?
17. В чем специфика фазы интеграции?
18. Работа с какими внутренними составляющими возможна на фазе интеграции?

МОДУЛЬ 6

Отработка навыков, полученных на предыдущих модулях. Работа с субличными, имеющими отношение к профессиональной идентичности травматерапевта. Практическая работа под супервизией ведущего с процесс-анализом.

Задачи модуля для студентов:

– увидеть *свои сильные стороны*, чтобы сознательно на них опираться в работе и в жизни,

- увидеть, на какие *аспекты* стоит обратить внимание *для успешного профессионального развития:*

- получение знаний,

- наработка опыта,

- включение в поддерживающую и развивающую профессиональную среду (участие в интервизорских и супервизорских группах),

- увидеть *свои уязвимые стороны*, чтобы понимать, какие внутренние части требуют заботы в первую очередь и научиться о них заботиться.

МОДУЛИ 7 - 8

Травмы развития и особенности работы с ними. Ресурсы, необходимые на разных этапах развития. Интеграция теоретического и практического материала предыдущих модулей.

Теория

Этапы возрастного психомоторного развития. Структуры характера и их соотнесенность с возрастом. Здоровый психомоторный паттерн для каждой структуры. Ориентация на тело. Распределение энергии в теле в зависимости от психомоторного этапа развития. Исследование паттернов каждой структуры. Нереализованные потребности и не эффективные психо-телесные решения каждой структуры. Последствия во взрослом возрасте. Ресурсы и проблемы.

Принципы работы с каждой структурой. Способы терапевтической поддержки клиентов с конкретной структурой. Получение нового опыта. Что может быть ресурсом для каждой структуры. Развитие способности к саморегуляции в каждой структуре. Освоение здоровых посланий.

Базисные структуры характера. Структуры характера, формирующие основу личности. Работа с незавершенными реакциями на неудовлетворенные потребности.

Шоковые травмы, возникающие во время формирования конкретных структур и их взаимовлияние.

Интеграция телесной работы, работы с воображением, расстановочных и психодраматических техник на разных этапах работы с травмами развития.

Практика

Демонстрации работы с разными структурами с участниками программы.

Получение участниками практического опыта в упражнениях:

- по психогигиене,
- на исследование особенностей и телесных паттернов каждой структуры,
- на освоение ресурсов в каждой структуре характера,
- на исследование паттернов и особенностей своей структуры,
- на получение опыта работы со здоровыми посланиями для каждой структуры характера,
- на использование полученных знаний для работы с травмированными частями.
- на интеграцию полученных в программе знаний и навыков.

Вопросы для самоконтроля:

1. Чем отличается работа с шоковой травмой от работы с травмами развития?
2. Как структуры характера соотнесены с возрастом?
3. Как распределяется энергия в теле в зависимости от психомоторного этапа развития.
4. Каковы диагностические критерии существуют для структуры существования?
5. Какие ресурсы необходимы для структуры существования?
6. Каковы особенности работы со структурой существования.
7. Каковы диагностические критерии существуют для структуры потребностей?

8. Какие ресурсы необходимы для структуры потребностей?
9. Каковы особенности работы со структурой потребностей?
10. Каковы диагностические критерии существуют для структуры автономии?
11. Какие ресурсы необходимы для структуры автономии?
12. Каковы особенности работы со структурой автономии?
13. Каковы диагностические критерии существуют для структуры воли?
14. Какие ресурсы необходимы для структуры воли?
15. Каковы особенности работы со структурой воли?
16. Каковы диагностические критерии существуют для структуры любви и сексуальности?
17. Какие ресурсы необходимы для структуры любви и сексуальности?
18. Каковы особенности работы со структурой любви и сексуальности?
19. Каковы диагностические критерии существуют для структуры формирования мнений?
20. Какие ресурсы необходимы для структуры формирования мнений?
21. Каковы особенности работы со структурой формирования мнений?
22. Каковы диагностические критерии существуют для структуры солидарности/представления своих интересов?
23. Какие ресурсы необходимы для структуры / представления своих интересов?
24. Каковы особенности работы со структурой / представления своих интересов?
25. Как телесная работа, работа с воображением, расстановочные и психодраматические техники вплетаются в работу со структурами характера?

МОДУЛЬ 9

Интеграция теоретического и практического материала 7-8 модулей.

Теория

Как работать со структурами характера. Повторение этапов психомоторного развития. Основные темы. Ресурсы и дефициты каждой структуры. Реакция на стресс в каждой структуре. Терапия. Знание возрастных этапов развития в помощь для работы с разными эго- состояниями.

Практика

- Демонстрация работы с запросом клиента с использованием знаний о структурах характера.
- Подготовка в малых группах доклада по одной структуре.
- Доклады. Уточнения. Вопросы. Дополнения.
- Упражнение на определение:
 - ведущей структуры партнера (тема, телесное считывание, защиты),
 - компенсаторных структур,
 - что важно для человека, как он сам определяет свою структуру характера
- направления работы.
- Упражнение на использование знаний о структурах характера. Работа с актуальным запросом. Наблюдение, какая структура проявляется в содержании

темы, и находит ли она подтверждение в теле. Проверка гипотезы, предложив соответствующее послание (взрослому. Детской части)

Вопросы для самоконтроля:

Назовите ресурсы каждой структуры характера.

Назовите проблемные зоны каждой структуры характера.

Каким образом наблюдение за телом помогает определить структуру характера?

Какие темы актуальны для разных структур характера?

Каковы кардинальные различия в терапии разных структур характера?

Как знание структур характера может помочь в определении направления терапии?

МОДУЛЬ 10

Личная терапия в методе «Травматерапия» для получения клиентского опыта у рекомендованных специалистов по травматерапии.

Для углубления профессиональных компетенций слушателей в программу включена личная терапия в методе «Травматерапия» у сертифицированных специалистов, минимум 30 часов. Все 30 часов должны быть пройдены у одного специалиста.

Прохождения личной терапии в период обучения дает возможность проработать личный материал, поднимающийся в процессе обучения, тем самым поддерживая студентов в успешном завершении программы. Кроме того, опыт личной терапии дает возможность увидеть, прочувствовать работу травматерапевта из позиции клиента. Студентам предоставляется список опытных сертифицированных травматерапевтов с возможностью работать как очно, так и он-лайн.

Модуль 11.

Самостоятельная отработка упражнений и техник в интервизорских группах.

Между модулями студенты самостоятельно собираются в малых группах для отработки упражнений, полученных на модуле. Такая форма работы хорошо поддерживает участников программы между модулями и способствует сплочению группы. Перед 8 модулем студенты присылают отчет по участию интервизорских группах.

МОДУЛЬ 12

Практикум. Поддержка профессиональной идентичности специалиста, интерактивная супервизия.

Формы работы: 7 он-лайн встреч по 8 ак. ч.

Практикум ИТ – это обучение на практике и поддержка профессиональной идентичности терапевта с помощью интерактивной супервизии. Участники по очереди работают друг с другом, по желанию обращаясь за помощью к группе и ведущему. Большое внимание уделяется поддержке терапевта в процессе и после

работы. Процесс-анализ каждой терапевтической сессии дает *терапевту* поддержку от группы и ведущего, осознание своих слепых пятен и того, как он может поддерживать себя в процессе работы и после; *клиенту* помогает доработать поднятый на сессии материал; у *наблюдателей* есть возможность учиться на чужом опыте.

Модуль 13

Итоговая аттестация.

1. Итоговый экзамен по теоретической части программы
2. Защита аттестационной работы включает демонстрацию самостоятельных практических работ участниками программы и супервизию их работ тренерами.