

ЧУ ДПО «Институт консультирования и системных решений»



УТВЕРЖДАЮ

ЧУ ДПО «ИКСР»

М.Г.Бурняшев

21» июля 2017 г.

**МОДУЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

Интегративная травматерапия

Москва 2017

Программа повышения квалификации "Интегративная травматерапия" предназначена для психологов, студентов старших курсов психологических факультетов, педагогов-психологов, специалистов образовательных учреждений, социальных работников и др. специалистов, имеющих базовое профильное образование.

Авторы-составители:

Андреева Н.Ю.

**Рецензенты:** к.пс.н., Бурняшев М.Г.

© Частное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт консультирования и системных решений»

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт - 5

2. Аннотация - 6

3. Цель обучения - 8

4. Планируемые результаты обучения - 8

5. Учебно-тематический план - 9

6. Календарный учебный график – 11

7. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ -16

МОДУЛЬ 1. Введение в травматерапию. Основы диагностики.

Терапевтическая позиция. - 16

МОДУЛЬ 2. Возможности работы с телом в травматерапии. -18

МОДУЛЬ 3. Работа с эго-состояниями на фазе стабилизации.

Ролевые кластеры. -21

МОДУЛЬ 4. Предпосылки для конфронтации с травмой.

Техники конфронтации с травмой. Острые формы травматизации. -22

МОДУЛЬ 5. Фаза интеграции. Использование сценических техник на разных фазах работы с травмой. Особенности работы с травмами насилия. -24

МОДУЛЬ 6. Отработка полученных навыков. Практическая работа под супервизией с последующим процесс-анализом.

Предварительная аттестация. -27

МОДУЛЬ 7. Травмы развития и особенности работы с ними.

Ранние структуры характера. -28

МОДУЛЬ 8. Поздние структуры характера. Интеграция теоретического и практического материала предыдущих модулей. -28

МОДУЛЬ 9. Личная терапия в методе «Травматерапия» для получения клиентского опыта у рекомендованных специалистов по травматерапии. -30

МОДУЛЬ 10. Демонстрация самостоятельных работ слушателями программы, очная супервизия. Итоговая аттестация. - 31

8. Формы аттестации - 31

9. Оценочные материалы - 32

10. Организационно-педагогические условия - 33

11. Литература - 35

# **1. Паспорт**

Форма обучения: очная

Аудиторная нагрузка: 390 часов

Итоговый контроль: итоговая работа

## **2. Аннотация**

Данная программа дополнительного профессионального образования представляет собой программу повышения квалификации, ориентированную на развитие профессиональных компетенций психологов, психотерапевтов, педагогов, студентов старших курсов психологических и педагогических ВУЗов.

В задачи программы входят: знакомство с теоретическими основами травматерапии, практическое освоение навыков травматерапевта и формирование ресурсно-ориентированной терапевтической позиции. Каждый модуль программы представляет собой сочетание теории и практики. Обучение строится на освоении теоретического материала, демонстрациях работы ведущим, на собственном опыте участников, на проживании предлагаемого материала в упражнениях.

Программа построена таким образом, что теоретический и практический материал каждого нового модуля дополняет материал, полученный на предыдущих модулях. Таким образом, студенты сначала получают представление о модели работы с травмой. Затем это представление постепенно обогащается, наполняется, окрашивается и превращается в живой алгоритм работы с травмой. Вместе с этим студенты получают инструменты для профилактики собственного профессионального выгорания.

Специфика программы заключается в ее телесной ориентированности. Хотя для знакомства с телесно – ориентированной работой с травмой выделен отдельный модуль, телесная практика имеет место на каждом модуле программы. Телесные упражнения каждого модуля направлены на формирование и развитие основных телесных ресурсов – способности быть заземленным, центрированным, осознавать свои границы, а также логично дополняют представленную 4-х фазную модель работы с травмой.

Полученный опыт расширит арсенал возможностей работы с телом и будет полезен как для самих помощников, так и может быть использован в качестве телесных техник в любом помогающем формате.

Каждый модуль включает: теоретический 3-х дневный блок, в котором студенты получают теоретическую информацию и знакомятся с техниками работы и 2-х дневный практический блок для отработки упражнений и терапевтических техник и получения собственного клиентского опыта.

Обязательным условием участия в программе является опыт личной терапии у сертифицированных специалистов по работе с психической травмой, самостоятельная работа в интервизорских группах, участие в выездных интенсивах. Индивидуальные задания предлагаются студентам с целью успешного усвоения им материала программы и учитывают особенности опыта и уровня подготовки каждого студента

Полученные знания и навыки будут полезны для всех, кто работает с людьми в роли помощников. Предлагаемый в данной программе подход и техники работы с разными видами психической травмы расширят возможности работы специалиста любого психотерапевтического направления и обеспечивают надёжную базу для дальнейшей практической работы.

Так как обучение в программе касается таких тем, которые могут поднять личный материал, то обязательным условием участия в программе является опыт личной психотерапии и собеседование с руководителем программы.

### **3. Цель обучения**

Целью данной программы повышения квалификации является подготовка специалистов по работе с психической травмой. Научить слушателей самостоятельно консультировать индивидуальных клиентов с использованием метода травматерапии.

Научить участников программы ресурсно-ориентированной и телесно-ориентированной терапевтической позиции.

Проводить диагностику и терапию психической травмы. Распознавать шоковые травмы, травмы развития и разрабатывать стратегию и тактику проведения консультаций для поэтапного достижения клиентами желаемых изменений в их жизни и межличностных отношениях.

Получить компетенции в работе с психосоматическими симптомами,

Получить навыки личной терапии и супервизии в методе.

### **4. Планируемые результаты обучения**

По результатам освоения данной программы будут сформированы следующие компетенции:

#### **Общие компетенции:**

- способность творчески подходить к разработке индивидуального плана терапии для каждого клиента,
- способность развивать собственное телесно-чувственное осознание,
- владение инструментами самопомощи для профилактики собственного профессионального выгорания.

#### **Профессиональные компетенции:**

- понимание целей и задач терапии психической травмы,
- знание теории в области психотравматологии;
- владение ресурсно-ориентированной позицией травматерапевта;



- навыки диагностики травматических состояний и проблематики клиента;
- способность выводить клиента из травматического состояния;
- способность планомерно строить терапевтическую стратегию в работе с клиентом, опираясь на знание 4-х фазной работы с травмой и на знание типологии характеров;
- умение органично вплетать техники травматерапии в общую канву психокоррекционной и психологической работы;

## 5. Учебно-тематический план

Наименование разделов, дисциплин и тем	Всего часов	В том числе			Форма контроля
		Лекции	Семинары	Практические занятия	
<b>МОДУЛЬ 1</b> Введение в травматерапию. Основы диагностики. Терапевтическая позиция.	40	16	8	16	Зачет
<b>МОДУЛЬ 2</b> Возможности работы с телом в травматерапии.	40	8	16	16	Зачет
<b>МОДУЛЬ 3</b> Работа с эго-состояниями на фазе стабилизации. Ролевые кластеры.	40	10	14	16	Зачет
<b>МОДУЛЬ 4</b> Предпосылки для конфронтации с травмой. Техники	40	14	10	16	Зачет

конфронтации с травмой. Острые формы травматизации.					
<b>МОДУЛЬ 5</b> Фаза интеграции. Использование сценических техник на разных фазах работы с травмой. Особенности работы с травмами насилия.	40	8	16	16	Зачет
<b>МОДУЛЬ 6</b> Отработка полученных навыков. Практическая работа под супервизией с последующим процесс-анализом. Предварительная аттестация.	40			40	Зачет
<b>МОДУЛЬ 7</b> Травмы развития и особенности работы с ними. Ранние структуры характера.	40	16	8	16	Зачет
<b>МОДУЛЬ 8</b> Поздние структуры характера. Интеграция теоретического и практического материала предыдущих модулей.	40	14	10	16	Зачет

<b>МОДУЛЬ 9</b> Личная терапия в методе «Травматерапия» для получения клиентского опыта у рекомендованных специалистов по травматерапии.	30		30		
<b>МОДУЛЬ 10</b> Демонстрация самостоятельных работ слушателями программы, очная супервизия. Итоговая аттестация	40			40	Экзамен
<b>ИТОГО</b>	390	78	120	192	

## **6. Календарный учебный график**

**Регламент образовательного процесса:** продолжительность учебной недели – 6 дней. Максимальный объем учебной нагрузки составляет не более 36 академически часов в неделю, не включая самостоятельную работу.

Продолжительность академического часа – 45 мин.

Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором ЧУ ДПО «ИКСР», для каждой учебной группы в рамках режима работы образовательной организации с 9.00 до 22.00. Рабочее расписание формируется по мере набора групп.

### Календарный учебный график

Учебные недели	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Дисциплины	Аудиторные часы														
<b>МОДУЛЬ 1.</b> Введение в травматерапию. Основы диагностики. Терапевтическая позиция.	24	16													
Личная терапия в методе «Травматерапия».				1	1		1	1							
<b>МОДУЛЬ 2.</b> Возможности работы с телом в травматерапии.											24	16			
Личная терапия в методе «Травматерапия».													1	1	1

### Календарный учебный график (продолжение)

Учебные недели	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Дисциплины	Аудиторные часы														
<b>МОДУЛЬ 3.</b> Работа с эго-состояниями на фазе стабилизации. Ролевые кластеры.						24	16								
Личная терапия в									1	1		1	1	1	

методе «Травматерапия».															
----------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

### Календарный учебный график (продолжение)

Учебные недели	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45
Дисциплины	Аудиторные часы														
<b>МОДУЛЬ 4.</b> Предпосылки для конфронтации с травмой. Техники конфронтации с травмой. Острые формы травматизации.	24	16													
Личная терапия в методе «Травматерапия».				1	1		1	1							
<b>МОДУЛЬ 5.</b> Фаза интеграции. Использование сценических техник на разных фазах работы с травмой. Особенности работы с травмами насилия.											24	24			
Личная терапия в методе «Травматерапия».														1	1

### Календарный учебный график (продолжение)

Учебные недели	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
----------------	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Дисциплины	Аудиторные часы														
<b>МОДУЛЬ 6.</b> Отработка полученных навыков. Практическая работа под супервизией с последующим процесс-анализом. Предварительная аттестация.							24	24							
Личная терапия в методе «Травматерапия».											1	1		1	1

### Календарный учебный график (продолжение)

Учебные недели	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75
Дисциплины	Аудиторные часы														
<b>МОДУЛЬ 7</b> Травмы развития и особенности работы с ними. Ранние структуры характера.	24	24													
Личная терапия в методе «Травматерапия».				1	1		1	1							
<b>МОДУЛЬ 8</b> Поздние структуры характера. Интеграция теоретического и практического материала											24	24			

предыдущих модулей.															
Личная терапия в методе «Травматерапия».													1	1	1

**Календарный учебный график (окончание)**

Учебные недели	76	77	78	79	80	81	82
Дисциплины							
<b>МОДУЛЬ 10.</b> Демонстрация самостоятельных работ слушателями программы, очная супервизия. <b>Итоговая аттестация.</b>						24	16

**ПРИМЕЧАНИЕ: Последовательность учебных модулей.** Сначала следуют первые 5 базовых модулей. Пятый модуль включает в себя также и тематические аспекты. Последовательность проведения четко определена. Переход к следующему модулю осуществляется только после полного прохождения обучения на предыдущем модуле. На шестом супервизионном модуле, где слушатели демонстрируют базовые умения в практической работе с клиентами, интегрируются знания и навыки предыдущих пяти модулей. Прохождение тематических 7 и 8 модулей возможно только после полного обучения на 6 предыдущих модулях. Личную терапию в методе слушатели проходят в течение всего курса обучения (модуль 9). Завершается курс модулем 10, когда слушатели демонстрируют полученные навыки в практической работе с клиентами под супервизией преподавателя.

## **7. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ**

### **МОДУЛЬ 1.**

**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. Данные нейрофизиологических исследований о процессах, происходящих в мозге при психической травме. 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.



Техники, 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**

### **Возможности работы с телом в травматерапии. 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 бегства.

Подготовительные упражнения на координацию.

Агрессия как реакция на неудовлетворенные потребности. Использование образов в работе с телом. Телесная работа с неудовлетворенными потребностями 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 SIBAM 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?

## **МОДУЛЬ 3**

### **Фаза стабилизации. Работа с эго - состояниями на фазе стабилизации.**

#### **Ролевые кластеры.**

#### **Теория**

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, которые осуществляют блокады. Работа с убеждениями, установками, которые блокируют движение в жизни. Карта внутренней жизни клиента. Работа с внутренними частями с детьми.

Различия ПТСР и Психоза. Техника рисования с похлопыванием.

#### **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 SIBAM,
- «Встреча со своими травмированными частями»,
- «Встреча со своими ресурсными частями»,
- на работу с блокирующими убеждениями.

#### ***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.

#### **МОДУЛЬ 4**

**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. Техника экрана. 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 SIBAM. 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.
- на использование техники экрана 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 SIVAM 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**

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

#### **Теория**

Использование техник системных расстановок и психодрамы в 4 – х фазной модели работы с травмой в индивидуальном сессинге. Основные техники



психодрамы. Обмен ролями. Дублирование. Зеркало. Техники системных расстановок. Заместительское восприятие. Разделение контекстов. Сценические методы терапии как способ терапевтического дистанцирования.

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 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.

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. Спонтанная экспозиция травматической ситуации.

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,
- 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 субличностями, 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 жизни и в работе,
- увидеть, на какие *аспекты* стоит обратить внимание *для успешного профессионального развития*:
- получение знаний,

- наработка опыта,
- включение в поддерживающую и развивающую профессиональную среду (например, участие в профессиональной супервизорской группе)...
- 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**

**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.

## **МОДУЛЬ 10**

### **Итоговая аттестация.**

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

Особое внимание обращается:

- на понимание студентами особенностей ресурсно-ориентированной терапевтической позиции, важности создания безопасного, доверительного контакта с клиентом,
- реализацию принципов травматерапии,
- возможность использовать полученные знания и опыт,
- способность стабилизировать себя, справляться с личным материалом.

### **8. Формы аттестации**

Оценка качества освоения программы проводится в отношении соответствия результатов освоения программы заявленным целям и планируемым результатам обучения.

Аттестация слушателей состоит из:

1. Промежуточная аттестация слушателей по каждой учебной дисциплине в виде зачета.
2. Итоговая аттестация слушателей в форме защиты итоговой аттестационной работы – демонстрация слушателями практической итоговой работы в методе (индивидуальная травматерапевтическая сессия с клиентом) в группе в формате очной супервизии.

Итоговая аттестация осуществляется аттестационной комиссией. К защите аттестационной работы допускаются слушатели, полностью выполнившие учебный план, не имеющие академической задолженности и представившие все необходимые для защиты документы.

## **9. Оценочные материалы**

### **Требования к промежуточной аттестации:**

1. По каждому пройденному учебному модулю слушатель не должен иметь академической задолженности.
2. Провести одну самостоятельную работу с клиентом в формате травматерапевтической сессии под супервизией преподавателя.
3. Принять участие в работе интервизорской группы (минимум 20 часов)
4. Пройти минимум 20 часов личной терапии.

### **ТРЕБОВАНИЯ К ИТОГОВОЙ РАБОТЕ**

1. Слушатель должен уметь создать безопасный доверительный контакт с клиентом.
2. Слушатель должен осознавать свои эмоциональные реакции на вербальную и невербальную информацию от клиента и уметь в случае необходимости стабилизировать себя.
3. Слушатель должен уметь стабилизировать клиента в случае его попадания в травматическое состояние.
4. Слушатель должен уметь отличать острое травматическое состояние клиента от хронического и уметь проводить кризисные интервенции.
5. Слушатель должен продемонстрировать умение видеть ресурсы клиента, уважать его границы и возможности для изменения.



6. Слушатель должен продемонстрировать умение собирать вербальную и невербальную информацию, дающую понимание о характерологических особенностях клиента.
7. Слушатель должен иметь собственное мнение о личности и состоянии клиента, о возможном значении событий жизни клиента для сложившейся жизненной ситуации.
8. Слушатель должен уметь различать своё мироощущение и мировоззрение от мироощущения и мировоззрения клиента.
9. Слушатель должен продемонстрировать умение укладываться во временные рамки (1 час), отведенные для работы с клиентом.
10. Слушатель должен уметь прокомментировать шаги, которые он предпринимает в процессе работы с клиентом и, при необходимости объяснить сделанные шаги клиенту и преподавателю-супервизору.

## **10. Организационно-педагогические условия.**

При обучении применяются различные виды занятий, основное внимание уделяется практическим навыкам ведения консультации с использованием принципов травматерапии, демонстрациям, выполнению упражнений, разбору клиентских случаев, очной супервизии с последующим процесс-анализом и др.

Слушатели проходят личные консультации в методе с сертифицированными специалистами.

Самостоятельная работа в интервизорских группах, где участники программы отрабатывают упражнения, полученные на модуле, расширяя понимание предложенных терапевтических техник, является обязательной составляющей освоения учебной программы.

Слушатели принимают участие в выездных психологических интенсивах, организуемых ИКСР с целью получения клиентского и профессионального опыта, углубления пройденного материала.

Лицам, успешно освоившим программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдаются документы о квалификации – удостоверение о повышении квалификации.

**Техническое обеспечение программы:**

- аудитория от 40 кв.м., оборудованная мультимедийным проектором и флипчартом;
- видеокамера для съемок занятий для их последующего просмотра и анализа слушателями;
- необходимые канцтовары: маркеры для белой доски или флипчарта. А-4, цветные ручки и карандаши,
- материалы для творческих заданий: цветная бумага, картон, ткани, природные материалы и т.д.

Основные методические материалы раздаются слушателям во время каждого модуля в печатном виде.

**Максимальное количество слушателей в группе 30 чел.**

*Кадровое обеспечение* – сертифицированные преподаватели (обучающие терапевты) в области травматерапии, имеющие высшее психологическое образование, со стажем консультационной психологической работы не менее 5 лет, со стажем педагогической работы не менее 3 лет, имеющие супервизорскую поддержку, прошедшие личную терапию в количестве не менее 200 часов и имеющие дополнительное образование по телесно-ориентированным методам психотерапии.

## 11. Литература

1. Исцеление от «рая»: реабилитация и самопомощь при социальной зависимости / Под науч. ред. Е. Н. Волкова. — СПб.: Речь, 2008
2. Бермант-Полякова О. В. Посттравма. Диагностика и терапия. - СПб: Речь, 2006. - 248 с.
3. Бермант-Полякова О.В. Злость, стыд и вина в терапии посттравмы // Психотерапия. 2012. №1(109). С. 50-52.
4. Бермант-Полякова О.В. Осмысление травматического переживания // Психотерапия. 2012. №2 (110). С.55-56.
5. С.А. Игумнов, В.А. Жебентьев. Стресс и стресс – зависимые заболевания. 

<u>/Издательство «Речь» / 2010 год.</u>
---
6. Р.В. Кадыров. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР). Состояние проблемы, психодиагностика и психологическая помощь: учебное пособие». Издательство: "Речь". 2013
7. Калшед Д. Внутренний мир травмы. Архетипические защиты личностного духа. Деловая книга, Академический проект, 2001. Пер. с англ.
8. Кровяков В.М. Психотравматология Издательство: Наука. 2005г
9. Левин П. Исцеление от травмы. Авторская программа, которая вернет здоровье вашему организму. Издательская группа «Весь», 2011. Пер. с англ.
10. Леонард Л. Ш. Эмоциональная женская травма. Издательство: Москва. Независимая фирма «Класс», 2013. Пер. с англ.
11. Лоуэн А. Удовольствие: Творческий подход к жизни: Пер. с англ. М.: Психотерапия, 2011.
12. Лоуэн А. Депрессия и тело: Пер. с англ. М.: Психотерапия, 2010.
13. Лоуэн А. Терапия, которая работает с телом. Издательство: «Речь» 2000. Пер. с англ.
14. Лоуэн А. Секс, любовь и сердце. Издательство: «Институт общегуманитарных исследований» 2012 г.

15. Марчер Л. Телесная психотерапия. Бодинамика. Редактор – составитель Березкина – Орлова В.Б.. АСТ МОСКВА, 2010г. Пер. с англ.
16. Миллер Л.В. Модель экстренной психологической помощи // Научно-практические и прикладные аспекты деятельности Центра экстренной психологической помощи ИЭП МГППУ: Сб. статей / Отв. ред. И.А. Баева. М., 2011.
17. Патнем Ф. В. Диагностика и лечение расстройства множественной личности. 2004.
18. Полякова О. Н. Стресс. Причины, последствия, преодоление. Издательство: "Речь". 2008
19. Руперт Ф. «Травма, связь и семейные расстановки. Понять и исцелить душевные раны», ИКСР, Москва, 2010г.
20. Руперт Ф. «Симбиоз и автономность. Расстановка при травме. Симбиотическая травма и любовь по ту сторону семейных переплетений» ИКСР, Москва, 2014г.
21. Селигман М. «Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни». Издательство: «София» 2006 г.
22. Селигман М. «В поисках счастья. Как получать удовольствие от жизни каждый день». Издательство: «Манн, Иванов и Фербер» 2011 г.
23. Селигман М. «Ребенок-оптимист. Измените взгляд на мир и свою жизнь». Издательство: «Манн», «Иванов и Фербер» 2014 г.
24. Селигман М. «Как научиться оптимизму. Измените взгляд на мир и свою жизнь». 2013 Издательство: Альпина Пабlishер Фредерик Э., Левин П. «Пробуждение тигра - исцеление травмы», АСТ, 2007. Пер. с англ.
25. Селигман М. «Путь к процветанию. Новое понимание счастья и благополучия» Издательство: «Манн, Иванов и Фербер» 2013 г.
26. Харит О., Эллерт Р. С. Нейенхэус, Стил К. «Призраки прошлого: структурная диссоциация и терапия последствий хронической психической травмы». 2013 г.

27. Холлис Дж. Под тенью Сатурна. Мужские психические травмы и их исцеление. Издательство: Когито-Центр. 2016
28. Шапиро Ф. «Терапия эмоциональных травм с помощью движений глаз. Основные принципы, протоколы, процедуры», М.: Независимая фирма "Класс", 1998.