

# Програма Першого Рівня Курсу «Сенсомоторна Терапія»

## *Сенсомоторна психотерапія для лікування травми*

Рівень 1  
4 модулі

### Загальна Інформація:

#### Модуль 1

#### Вимоги до кандидатів на навчання на Рівні 1 СП:

##### *Обов'язково :*

- Мати базову вищу освіту у сфері психічного здоров'я

##### *Бажано відповідати усім або однієї з нижчезазначених вимог:*

- Проходити або завершити навчання в одному з визнаних психотерапевтичних підходів
- Практикувати в одному з визнаних психотерапевтичних підходів
- Проходити/пройти власну психотерапію та регулярні супервізії

**Навчання відбувається на платформі Інституту SPILO.** Всі матеріали, доступ до запису тренінгу, навчальних відео, презентацій і посилання на zoom – все на платформі. Учасники отримають всі необхідні інструкції по реєстрації на платформі і супровід організаторів.

**Сертифікати учасника:** Учасники отримають іменні сертифікати СП практика англійською від Інституту Сенсомоторної Психотерапії (SPI) після проходження всіх трьох рівнів навчання. **Проміжні сертифікати не надаються.**

**Мова:** англійська з послідовним перекладом на українську.

#### **Вартість навчання:**

Вартість навчання на **першому модулі першого рівня** структурується наступним чином:

Для ранніх пташок в перші три дні реєстрації на першій модуль Р1 вартість становитиме 350 євро. Потім 375 євро

Всі подальші модулі першого рівня коштуватимуть 375 євро за три дні

Оплата приймається на рахунок ФОП в гривні по курсу на день оплати. Для уточнення курсу звертайтеся особисто.

## Опис тренінгу

Сенсомоторна психотерапія (СП) - це тілесно-орієнтована розмовна терапія, яка поєднує когнітивний та емоційний підходи, вербальний діалог та фізичні втручання для безпосереднього впливу на імпліцитні спогади та нейробіологічні наслідки травми. Використовуючи тілесний досвід як основну точку входу в терапію травми, а не події "історії", ми звертаємо увагу на те, як тіло обробляє інформацію та її взаємозв'язок з емоціями і когнітивним осмисленням.

Тренінг 1-го рівня представляє прості, тілесно-орієнтовані втручання для відстеження, називання та безпечного дослідження пов'язаної з травмою соматичної активації, створення нових компетенцій та відновлення соматичного відчуття власного "Я".

Слухачі дізнаються про ефективні та доступні втручання для виявлення та роботи з обмежувачими соматичними патернами, порушеною когнітивною та емоційною обробкою, а також фрагментованим почуттям власної гідності, з яким стикаються багато травмованих осіб.

Наприкінці тренінгу студенти зможуть застосовувати основні техніки СП з клієнтами, які перебувають у стані дистресу або травми, а також адаптувати навички СП до більш складних клінічних ситуацій.

### Теми Рівня 1

#### **Основи СП**

Опишемо чотири концепції, з яких складаються основи СП: 6 керівних принципів, непатологічна перспектива, тіло як ресурс та експериментальне ставлення.

#### **Теорія та карти**

Пояснимо теоретичні та терапевтичні карти, які лежать в основі методу СП, включаючи процедурне навчання через терапію "знизу-вгору", організацію досвіду, п'ять етапів процесу та поетапний підхід до лікування.

#### **Травма, ресурсні стани та тіло**

Визначимо приклади життєстійкості та ресурсних станів у континуумі досвіду СП.

#### **Стадія контейнера**

Перелічимо та опишемо сім завдань, пов'язаних з контейнерною стадією процесу.

#### **Відстеження**

Опишімо і продемонструємо техніку відстеження в СП.

#### **Контакт**

Опишімо та продемонструємо техніку встановлення контакту в СП.

### **Фреймінг**

Опишімо та продемонструємо техніку фреймінгу в СП.

### **Майндфулнес**

Визначимо та порівняємо майндфулнес директиви та майндфулнес запитання

### **Кроки до Майндфулнес**

Опишімо та продемонструємо техніку СП "Кроки до усвідомленості".

### **Експериментуємо разом**

Перерахуємо та попрактикуємо два типи експериментів: вербальні та фізичні.

### **Етапи доступу та опрацювання**

Визначимо та порівняємо завдання, пов'язані з етапами доступу та опрацювання процесу.

### **Модулювання наслідків травми**

Опишемо вплив травми на мозок і тіло та пояснімо модель модуляції.

### **Фаза 1: Розробка ресурсів**

Визначимо різноманітні соматичні ресурси та протокол ресурсів PEACE від SPI.

### **Етапи трансформації та інтеграції**

Визначимо навички, пов'язані з етапами трансформації та інтеграції процесу.

### **Загальні виклики на Фазі 1**

Визначимо загальні виклики, що виникають на Фазі 1 лікування, та розглянемо стратегії їх подолання.

### **Фаза 2: Подолання наслідків травми**

Опишімо різні типи травми та розрізнімо імпліцитну та експліцитну пам'ять.

### **Орієнтація та інстинктивний захист**

Продемонструємо висхідні втручання для вирішення проблем орієнтації та інстинктивних захистів.

### **Сенсомоторна послідовність**

Опишімо і продемонструємо техніку сенсомоторної послідовності, включаючи те, як отримати доступ до фрагменту пам'яті, щоб активувати пам'ять, пов'язану зі станом.

### **Загальні виклики на Фазі 2**

Визначимо загальні проблеми, що виникають на 2й Фазі терапії, та розглянемо стратегії для вирішення кожної з них.

## Структурна дисоціація

Оцінка індикаторів структурної дисоціації та застосування інтервенцій.

## Об'єднання зусиль

Застосування основ, карт та методів СП до клінічних точок вибору на всіх етапах процесу.

## Вступ до фази 3

Опишіть інтеграцію низхідних і висхідних втручань у Фазі 3 лікування та визначте вплив прив'язаності та досвіду розвитку на організм.

## Цілі навчання

### Модуль 1:

1. Дамо визначення поняття "травма" відповідно до СП.
2. Надамо обґрунтування роботи з тілом при лікуванні травми.
3. Сформулюємо організацію досвіду як зміну парадигми.
4. Опишімо роль модуляційної моделі в СП.
5. Перелічимо 5 основних організаторів, які складають Організацію досвіду.
6. Перелічимо ряд навичок, які складають Сходи до майнфулнес.
7. Опишімо навичку СП "Відстеження".
8. Продемонструємо навичку СП "Контакт".
9. Пояснимо важливість отримання усвідомленого звіту.
10. Опишімо кожен з 6 принципів СП
11. Пояснимо мету засад СП
12. Назвемо один спосіб, яким ви можете просувати Тіло як ресурс з клієнтами.
13. Назвемо дві адаптації, які можна зробити для надання СП дистанційно.
14. Визначимо основні цілі кожній з трьох фаз лікування.
15. Пояснимо, чому фази лікування не застосовуються лінійно.
16. Назвемо 5 етапів процесу.
17. Перерахуємо завдання контейнера.
18. Пояснимо важливість визначення маршруту доступу та фреймінгу.
19. Продемонструємо навичку СП "Фреймінг".
20. Два компоненти фрейму.

## Цілі навчання Модуль 2:

1. Застосуємо низку навичок, які складають "Кроки до майнфуленс".
2. Порівняємо етапи доступу та обробки.
3. Пояснимо різницю між директивами майнфуленс та запитаннями майнфуленс.
4. Назвемо мету прив'язки до рамки.
5. Опишімо два типи експериментів, що використовуються в СП.
6. Пояснимо, чому СП зосереджується на соматичних ресурсах у роботі Фази 1.
7. Розберемо три соматичні індикатори гіперзбудження та три індикатори гіпозбудження.
8. Розберемо три ресурси авторегуляції та три ресурси інтерактивної регуляції.
9. Підкреслимо важливість кожного з п'яти кроків PEACE протоколу SPI.
10. Застосуємо PEACE протокол для регулювання гіпер- та гіпозбудження на Фазі 1 лікування.
11. Пояснимо, чому в роботі на Фазі 1 СП зосереджується на соматичних ресурсах.
12. Визначимо індикатор трансформації.
13. Опишімо, як розпізнати трансформацію.
14. Продемонструємо дві навички СП, унікальні для етапу інтеграції.
15. Опишімо, як поглибити трансформацію за допомогою всіх основних організаторів на етапі інтеграції.
16. Обґрунтуємо концепцію СП, яка полягає в тому, щоб насолоджуватися трансформацією.
17. Застосуємо методи, які можна використовувати на кожному етапі процесу для Фази 1 "Розвиток ресурсів".
18. Пояснимо важливість інтеграції через тіло.
19. Опишімо важливість визначення перитравматичних ресурсів у клінічній практиці.

## Модуль 3

### Цілі навчання Модуль 3:

1. Розглянемо три загальні виклики для роботи на Фазі 1.
2. Опишімо орієнтувальні та захисні реакції.
3. Навчимося відрізняти методи, які підходять для Фази 1 від методів Фази 2.
4. Опишімо вплив травми на орієнтування та інстинктивну захисну реакцію.
5. Диференціювати експліцитну та імпліцитну пам'ять.
6. Пояснимо, як завершувати та регулювати гіперактивні захисні реакції.
7. Опишімо, що означає "фрагмент" пам'яті.
8. Пояснимо, чому важливо обрамляти "фрагмент" пам'яті.
9. Продемонструємо навичку СП "Відновлення активного захисту".
10. Пояснимо ризики та потенційні переваги використання дотику в психотерапевтичній практиці.
11. Опишімо значення розпізнавання "підготовчого руху" на Фазі 2 лікування.
12. Розрізняти мобілізуючі інстинктивні захисти та іммобілізуючі інстинктивні захисти.
13. Застосовувати навички відновлення активного захисту на кожному з 5 етапів процесу.
14. Опишімо сенсомоторну послідовність.
15. Застосовувати техніку сенсомоторного впорядкування для подолання гіперзбудження.
16. Визначити теорію структурної дисоціації (первинна, вторинна та третинна дисоціація).
17. Описати роль тіла в роботі з дисоціацією.
18. Оцінити показники структурної дисоціації.
19. Описати різницю між Частиною яка живе Повсякденним життям (ПЧЖ) та Травмованою частиною (ТЧ) з точки зору теорії структурної дисоціації.

## Цілі навчання Модуль 4:

1. Пояснити сенсомоторну послідовність орієнтовної реакції.
2. Пояснити сенсомоторну послідовність захисної реакції.
3. Розрізняти, коли застосовувати навичку SP "Сенсомоторна послідовність" і коли застосовувати навичку "Відновлення активного захисту" в клінічній практиці.
4. Описати два втручання, коли сенсомоторна послідовність не завершується.
5. Описати важливість осциляційних технік у Фазі 2 лікування.
6. Продемонструвати, як отримати доступ до фрагмента пам'яті, щоб активувати пам'ять, специфічну для стану, для сенсомоторної послідовності.
7. Обґрунтувати роботу знизу вгору для усунення наслідків травматичної пам'яті.
8. Проілюструвати підходи до операціоналізації кожного принципу в клінічній практиці.
9. Пояснити взаємозв'язок між основами, картами та техніками СП.
10. Перерахувати п'ять карт СП
11. Пояснити, як карти СП впливають на техніку.
12. Перелічити завдання та техніки на кожному етапі процесу.
13. Пояснити пов'язані з травмою сильні емоції.
14. Продемонструвати два способи посилення позитивного афекту в клінічній практиці.
15. Описати вплив прив'язаності та досвіду розвитку на організм.
16. Застосувати дві техніки когнітивного рефреймінгу.
17. Розглянути фазу 3 лікування.
18. Розглянути три фактори впливу на адаптивні стратегії.
19. Пояснити три загальні проблеми фази 2 СП.
20. Описати інтеграцію низхідних та висхідних втручань на Фазі 3 лікування.

**З будь-якими питаннями будь ласка звертайтеся особисто:**

+380679239811 (Viber, WhatsApp, Telegram)

[karine.kocharyan@epc-tree-of-knowlege.com.ua](mailto:karine.kocharyan@epc-tree-of-knowlege.com.ua)

[epc.tree.of.knowlege@gmail.com](mailto:epc.tree.of.knowlege@gmail.com)