

RAD SA POTISNUTOM AGRESIJOM

Trening namenjen psiholozima, savetnicima i psihoterapeutima u cilju obuke za dijagnostikovanje i rad sa potisnutom agresijom kod različitih poremećaja.

Potisnuta agresija je glavni uzrok brojnih psihičkih poremećaja – od depresije do teške psihosomatike. Kao hronični unutrašnji izvor stresa, ona potkopava telo iznutra, čineći psihičnu bespomoćnom da se odbrani od spoljašnjih stresova. Agresija koja je potisnuta iz svesti ne nestaje sama od sebe, već se samo akumulira tokom godina. Dostigavši kritičnu masu, ova snežna grudva obrušava se na čoveka kao lavina u obliku bolesti i neprijatnih psihoemocionalnih stanja.

Žalbe kao što su „budim se već umoran“, „dugo me ništa ne raduje“, „osećam se nepotrebnim“, „stalno sumnjam u sebe i brinem za budućnost“ predznaci su akumulacije kritičnog nivoa unutrašnje napetosti. Zbog toga je veoma važno da se ovlada metodama „psihološke detoksikacije“ – izbjavljanja klijenata od patološkog efekta neodreagovane agresije, koja se usmerava prema unutra.

Rad sa agresijom je važna veština. Razumevanje prirode agresivnog nagona i njegove uloge u formiranju i održavanju simptoma postaće ključ za uspešan rad sa sledećim nozologijama:

- ✓ Depresija
- ✓ Anksiozni poremećaji
- ✓ Post-traumatski stresni poremećaj
- ✓ Somatski i srodni poremećaji
- ✓ Poremećaji ličnosti
- ✓ Bolesti zavisnosti
- ✓ Poremećaji šizofrenog spektra

Tehnika terapije je kauzalna, tj. otklanja uzrok poremećaja i psihičkih problema. Nakon njene primene, depresija se ne vraća, anksioznost, apatija i druga neprijatna stanja povezana sa suzbijanjem agresije nestaju. Rad po ovoj metodologiji jača samopoštovanje i formira pozitivan stav prema sebi kod klijenta, ujedno normalizujući međuljudske odnose.

Teorijska osnova sistema je psihodinamski model psihe i autorska istraživanja psihoterapijskog rada sa autoagresivnošću i odnosom klijenta prema sebi.

Sistem daje vidljiv klinički efekat već u prvom mesecu nakon početka upotrebe.

➤ **Dijagnostika**

Usvojićete metodologiju koja će vam omogućiti da dijagnostikujete probleme vezane za potisnutu agresiju kod klijenata u konativnoj, psihoemocionalnoj i telesnoj sferi, kao i da procenite ulogu identifikovanih problema u etiologiji poremećaja klijenta.

➤ **Strategija terapije**

Naučićete strategije za rad sa potisnutom agresijom i metode pripreme klijenta za rad sa agresijom u zavisnosti od nivoa organizacije ličnosti, akcentuacije karaktera, postojećeg poremećaja, istorije pratećih bolesti i kontraindikacija.

➤ **Metoda rada**

Usvojićete osnove metode za rad sa potisnutom agresijom kod različitih poremećaja, što će vam omogućiti da eliminišete osnovni uzrok poremećaja.

Polaznici treninga dobijaju elektronski sertifikat o pohađanju obuke za dijagnostikovanje i rad sa potisnutom agresijom. Sati sa ove edukacije priznaju se i u okviru edukacije SUKIDP-a (Srpsko udruženje katatimno-imaginativne i dubinske psihoterapije) iz savetovanja i psihoterapije.

OPŠTI CILJ TRENINGA:

Opšti cilj treninga je savladavanje metode rada sa potisnutom agresijom kod različitih poremećaja.

SPECIFIČNI CILJEVI:

I Usvojiti metodologiju za dijagnostikovanje potisnute agresije kod klijenata sa različitim poremećajima.

II Naučiti da razumete prirodu simptoma izazvanih potisnutom agresijom i vidite kako ona utiče na formiranje i održavanje simptoma u različitim nozologijama.

III Saznati kada je moguće započeti rad sa potisnutom agresijom kao terapijskim ciljem, a u kojim slučajevima postoje kontraindikacije i šta treba raditi u tom slučaju.

IV Savladati metode pripreme klijenta za rad sa potisnutom agresijom, uzimajući u obzir nivo organizacije i tip ličnosti klijenta, prirodu i težinu postojećeg poremećaja, prisustvo pratećih bolesti.

V Naučiti osnovne strategije za uklanjanje tabua i kanalisanje agresije.

VI Savladati osnove sistema psihoterapijskih metoda i tehnika za rad sa potisnutom agresijom.

VII Eliminirati mnoge probleme povezane sa sopstvenom agresijom.

KOME JE NAMENJEN TRENING?

Namenjen je:

- 1) stručnjacimakoji su završili neku od psihoterapijskih edukacija ili polaznicima ovih edukacija;
- 2) onima koji traže metodu za samopomoć za rad sa sopstvenim problemima vezanim za agresiju.

NAČIN RADA:

Radionica je fokusirana na sticanje praktičnih veština rada sa potisnutom agresijom. Uključuje mnogo praktičnih vežbi i efikasnih postupaka za ovladavanje tehnikama i veštinama za rad na osvešćivanju i kanalisanju agresije. Zasnovana je na teorijskim postavkama dubinske psihologije i na metodama psihoanalize i neuronskog modelovanja ličnosti.

ORGANIZACIONA PITANJA:

Radionica se održava onlajn u Zoom-u. Radionica traje 10 akademskihčasova. Održava se vikendom.

Radionica će biti praktično orijentisana – metod će se iskustveno prorađivati kroz lični rad u grupi, kroz vežbanjetehnika.

Po završetku dobija se elektronski sertifikat.

I MODUL:

Dijagnostika problema sa potisnutom agresijom–metodologija vam omogućava da dijagnostikujete probleme vezane za potisnutu agresiju kod klijenata u konativnoj,

psihoemocionalnoj i telesnoj sferi, kao i da procenite ulogu identifikovanih problema u etiologiji poremećaja klijenta.

- 1.1. Klasifikacija zabrana ispoljavanja agresije. Metodologija za dijagnostikovanje potisnute agresije kod klijenata sa različitim poremećajima.
- 1.2. Priroda simptoma izazvanih potisnutom agresijom, formiranje i održavanje simptoma u različitim nozologijama.
- 1.3. Vežbe za dijagnostiku: prepoznavanje zabrana ispoljavanja agresije u materijalima sa seansi, njihova klasifikacija.

II MODUL:

Priprema klijenta za rad – metode pripreme klijenta za rad sa agresijom u zavisnosti od nivoa organizacije ličnosti, akcentuacije karaktera, postojećeg poremećaja, istorije pratećih bolesti i kontraindikacija.

- 2.1. Izbor odgovarajućeg momenta u terapijskom procesu za početak rada sa potisnutom agresijom kao terapijskim ciljem.
- 2.2. Kontraindikacije za rad.
- 2.3. Metode pripreme klijenta za rad sa potisnutom agresijom, uzimajući u obzir nivo organizacije i tip ličnosti klijenta, prirodu i težinu postojećeg poremećaja, prisustvo pratećih bolesti.

III MODUL:

Strategije rada – faze i redosled rada sa potisnutom agresijom

- 3.1. Rad sa stavovima.
- 3.2. Obrada akumulirane potisnute agresije.
- 3.3. Eliminisanje negativnog stava prema sebi kao hroničnog izvora autoagresije.
- 3.4. Kreiranje obrasca ponašanja za zdravo upravljanje sopstvenom agresijom.

IV MODUL:

Metode rada – sistem metoda za rad sa potisnutom agresijom kod različitih poremećaja, koji omogućuje eliminisanje osnovnih uzroka njihovog nastanka.

- 4.1. Tehnike za otkrivanje agresije i pripremu za rad sa njom.
 - 4.1.1. Subjektivno skaliranje u cilju dobijanja materijala.
 - 4.1.2. Tehnike psihoanalize.
 - 4.1.3. Tehnika reimprintinga zabrana.
 - 4.1.4. Tehnika transformacije i integracije iskustva (TII).

4.2. Rad psihoterapeuta sa sopstvenom potisnutom agresijom.

Metodološki komplet za dijagnostiku i strategije rada:

01. Šema sistemskog rada sa potisnutom agresijom.
02. Tabela simptoma potisnute agresije u različitim nozologijama.
03. Spisak kontraindikacija za rad na ukidanju zabrana na agresiju.
04. Kontrolna lista „Dijagnostika za rad sa potisnutom agresijom“.
05. Smernice za uzimanje u obzir akcentuacija karaktera u pripremi za rad sa agresijom.
06. Program za pripremu klijenta za rad sa agresijom.
07. Kontrolna lista spremnosti klijenta za rad na ukidanju zabrana agresije.
08. Strategija rada sa potisnutom agresijom.
09. Preporučena literatura.

Metodološki komplet za metode rada:

01. Kontrolna lista «Psihoanalitičke tehnike»
02. Kontrolna lista «Kognitivne tehnike»
03. Kontrolna lista «Sugestivne tehnike»
04. Algoritmi sprovođenja tehnika
05. Šema rada po seansama
06. Kontrolna lista sistemskog rada sa potisnutom agresijom

Rezultati nakon treninga

Sa ovim programom vi ćete:

- ✓ Usvojiti sveobuhvatnu metodologiju za dijagnostikovanje potisnute agresije kod klijenata sa različitim poremećajima;
- ✓ Naučiti da razumete prirodu simptoma izazvanih potisnutom agresijom i vidite kako ona utiče na formiranje i održavanje simptoma u različitim nozologijama;
- ✓ Saznati kada je moguće započeti rad sa potisnutom agresijom kao terapijskim ciljem, a u kojim slučajevima postoje kontraindikacije i šta treba raditi u tom slučaju;

- ✓ Savladati metode pripreme klijenta za rad sa potisnutom agresijom, uzimajući u obzir nivo organizacije i tip ličnosti klijenta, prirodu i težinu postojećeg poremećaja, prisustvo pratećih bolesti;
- ✓ Naučiti osnovne strategije za uklanjanje tabua i kanalisanje agresije;
- ✓ Savladati sistem rada sa agresijom, koji će omogućiti:
 - da izvučete klijenta iz psihogene depresije i uspešno radite sa anksioznošću, afektivnim, psihosomatskim poremećajima, PTSP-om, zavisnostima
 - ojačate i stabilizujete samopoštovanje i samopouzdanje klijenta putem eliminacije autoagresije, negativnih uverenja i kompleksa;
- ✓ Naučiti da radite sa agresijom kroz program koji se sastoji od seansi planiranih u određenom redosledu;
- ✓ Naučiti psihotehnikе i terapeutske tehnikе koje možete koristiti za lečenje mnogih psihopatologija
- ✓ Eliminirate mnoge probleme povezane sa sopstvenom agresijom

PRAVILA GRUPE:

- Rad grupe počinje u planirano vreme. Ukoliko neko kasni, treba da se, bez izvinjavanja, što je moguće tiše priključi grupi da ne bi ometao njen rad.
- Vođa grupe se obavezuje na čuvanje tajnosti podataka lične prirode.
- Članovi grupe se takođe obavezuju na čuvanje tajnosti podataka lične prirode.
- Ukoliko se posle sastanka razgovara o grupi, identitet osoba mora ostati tajna.
- Sugestija, komentar, povratna informacija se drugom članu grupe upućuje isključivo u vezi sa ponašanjem, uz uvažavanje ličnosti.

AUTORI TRENINGA:

JURIJ TOR, magistar psihologije, doktorand Filozofskog fakulteta Univerziteta u Beogradu, psihodinamski psihoterapeut, osnivač i predavač Akademije za integralnu psihodinamsku psihoterapiju.

Dr IRINA ZEDGENIZOVA – psihoterapeut, psihoanalitičar, psihijatar, seksolog, supervizor Sveruske profesionalne psihoterapeutske lige (OPPL).

KONTAKT OSOBA ZA SVE INFORMACIJE U VEZI SA PROGRAMOM:

Nastja M.Đerman

Tel: +381 65 6521 330

Email: srbija@aipp.education

Web: www.aipp.education