

KRATKA EDUKACIJA

TELO KAO RESURS U IZGRADNJI EMOCIONALNIH KOMPETENCIJA

Autor i realizator treninga:

Marina Brašić

OLI psihoterapeut

TRENING TELO KAO RESURS namenjen je osobama koje se bave pružanjem psihološke podrške i pomoći u individualnom ili grupnom radu. Fokus treninga je na razumevanju uloge tela u terapijskom procesu i razumevanju telesnih senzacija klijenata, ali i ka razvijanju praktičnih veština za korišćenja tela u razvoju bazičnih emocionalnih kompetencija. Trening je proistekao iz teorijskih okvira OLI integrativne psihodinamske psihoterapije oslanjajući se na modalitete drugih psihodinamskih pravaca. Teorijsko razumevanje povezanosti tela i psihe, razvijanje veština integracije i iskustveno prolaženje kroz vežbe-tehnike rada sa klijentima kandidati će moći da nauče načine procene i unapređenja bazičnih emocionalnih kompetencija putem tela. Istovremeno, lično iskustvo u vežbama tokom treninga daće kandidatima smernice za dalji individualni rad na sebi.

Osnovu rada sa klijentima u okvirima OLI metoda čini rad na razvoju i unapređenju osam bazičnih emocionalnih kompetencija. Imajući u vidu da se bazične emocionalne kompetencije razvijaju na ranom uzrastu, započinju još preverbalno kroz rane telesne i emocionalne kontakte, put naknadnog razvoj ovih emocionalnih kompetencija moguće je ostvariti kroz psihoterapijski rad koristeći telo kao resurs. Telo je značajan resurs u radu sa klijentima, resurs boljeg razumevanje emocionalnih stanja osobe i resurs pomoći i podrške u njenom rastu i razvoju.

OPŠTI CILJ: Cilj edukacije jeste osposobljavanje kandidata da prepoznaju, razumeju i koriste telo u radu sa drugim ljudima. Razumevanje telesnih reakcija tokom seansi i uključivanje telesnih reakcija u radu na specifičnim problemima. Učenje različitih tehnika-vežbi koje se mogu primenjivati u skladu sa relacionim potrebama klijenata, njihovim emocionim stanjima i kompetencijama.

SPECIFIČNI CILJEVI:

- Upoznavanje sa bazičnim emocionalnim kompetencijama za obradu emocija i njihov razvoj kroz telesni razvoj, telesnu svesnost i relacione interakcije
- Upoznavanje sa osnovama povezanosti tela i emocija (neurofiziološke reakcija na emocije, body memory, somatizacija i dr.)
- Razumevanje telesnih senzacija, simptoma ili doživljaja i njihovo povezivanje sa emocionalnim iskustvima ili stanjima klijenta-osobe
- Upotreba vežbi i tehnika u procesu rada sa klijentima (podizanje nivoa telesne svesnosti i njihovo uključivanje u rad na sebi)
- Integracija tela i psihe u celinu

KOME JE NAMENJENA EDUKACIJA:

Za edukaciju se mogu prijaviti kandidati koji su u edukaciji za koucing, savetovanje ili psihoterapiju, kao i svršeni psihoterapeuti, savetnici i koučevi svih pravaca i modaliteta.

VELIČINA GRUPE:

Do 20 kandidata

NAČIN RADA:

Edukacija je fokusirana na sticanje teorijskih i praktičnih znanja za prepoznavanje, razumevanje i upotrebu tela i telesnih senzacija u radu sa drugim ljudima. Kandidati će kroz grupni rad, lično iskustvo, praktično provežbavanje tehnika i otvorenu diskusiju razvijati svoje veštine i kompetencije, primene teorijskih saznanja o povezanosti tela i psihe.

Osnove teorijskog rada su različiti psihoterapijski modaliteti: OLI metod – bazične emocionalne kompetencije, telesna psihoterapija, geštalt, psihoanaliza i dr..

TRAJANJE:

Edukacija traje 36 sati, 6 susreta po 6 sati rada. Svaki susret podrazumeva teorijski deo i praktično provežbavanje teorije kroz tehnike i vežbe unutar grupe.

STRUKTURA:

1. Telo kao resurs

- Značaj tela u emocionalnom razvoju. Upoznavanje sa osnovnim emocionalnim kompetencijama i njihov razvoj kroz telesni attachment
- Preverbalni razvoj i značaj telesnog kontakta
- Somatska memorija
- Attachment i telo (modeli vezivanja, tesni attachment i telesne manifestacije)
- Telesna svesnost (vežba u grupi)

2. Telo kao resurs razvoja bazičnih emocionalnih kompetencija - mentalizacije i neutralizacije

- Teorijsko definisanje razvoja mentalizacije, razlikovanje stepena razvoja mentalizacije i uloga tela u procesu razvoja
- Emocionalni problemi sa razvojem mentalizacije
- Teorijsko definisanje razvoja neutralizacije, uloga tela u razvoju neutralizacije
- Emocionalni problemi sa razvojem neutralizacije
- Vežbe i tehnike rada za obe emocionalne sposobnosti putem tela (vežbe u paru),
- indikacije i kontraindikacije

3. Telo kao resurs za razvoj bazičnih emocionalnih kompetencija- celovitost objekta i konstantnost objekta

- Teorijsko definisanje razvoja celovitosti objekta, uloga tela u razvoju celovitog doživljaja sebe i problem u razvoju celovitosti objekta
- Konstantnost objekta i problemi odsustva konstantnosti kod klijenata
- Telesni kontakt kao put razvoja konstantnosti (pogled, dodir, blizina)
- Problem uspostavljanja konstantnih granica sa sobom i drugima

- Tehnike i vežbe rada sa klijentima za podsticaj i razvoj ovih emocionalnih sposobnosti (vežbe u grupi i paru)

4. Telo kao resurs za razvoj bazičnih emocionalnih kompetencija- tolerancija na ambivalenciju i frustraciju

- Teorijsko definisanje emocionalne kompetencije za frustraciju i za ambivalenciju,
- Problemi u funkcionisanju osoba nerazvijenih ovih emocionalnih kompetencija
- Mehanizmi odbrane i mišićno reagovanje na slabo razvijenu toleranciju na frustraciju i ambivalenciju
- Telesne tenzije i senzacije usled anksioznosti
- Model SIMBA kao način razumevanja telesnog doživljaja klijenta
- Vežbe u paru, indikacije i kontraindikacije

5. Telo kao resurs u odnosu sa klijentom - emocionalne kompetencije za volju i inicijativu

- Emocije i telesne reakcije na određene emocije
- Telesno usklađivanje sa klijentom-kontakt (glas, pogled,razumevanje telesnog doživljaja)
- Telo kao sidro pozitivnog emocionalnog doživljaja
- Telesne vežbe volje i inicijative (u grupi i paru)

6. Korišćenje telesnog iskustva u transferu i kontratransfernom radu

- Telo kao put povezivanja sa klijentom (uvođenje u proces)
- Korišćenje tela bez dodira u setingu
- Relacioni odnos terapeut klijent na telesnom nivou razumevanje i povezivanje
- Telo kao resurs za razvijanje lične kontrole kod klijenata
- Evaluacija iskustva

CV autora programa

Marina Brašić – diplomirani specijalni pedagog, psihoterapeut, nacionalno i evropsko sertifikovani OLI savetnik.

Pre samostalne prakse poseduje dugogodišnje radno iskustvo u ustanovama socijalne i zdravstvene zaštite u kojima je pored savetodavnog i psihoterapijskog rada sa klijentima organizovala razne edukativne seminare, radionice i programe podrške za stručnjake. Neki programi su akreditovani pri Komori socijalne zaštite. Poslednjih godina organizuje radionice i webinare na teme ličnog rasta i razvoja za opštu populaciju.

Tokom stručnog usavršavanja završila je edukacije koje su fokusirano usmrene na razumevanje telesnih senzacija i telesnih reakcija usled trauma, kao i pružanje psihoterapijske podrške osobama koje su preživele traume zlostavljanja i zanemarivanja. Dodatni seminari i obuke :
 Trening rada sa decom poremećaja pažnje i hiperaktivnosti (Međunarodna Obuka TWI for the Children); Seminar i obuka za savetodavni i psihoterapijski rada sa osobama koje su bile žrtve trgovine, NVO ASTRA; Savetovanje i terapija u tugovanju (Međunarodna Obuka TWI) ; Trening „Telo u psihoterapiji“ ;

Edukator O.L.I. Integrativnog psihodinamskog modaliteta. Psihoterapijski rad sprovodi u privatnoj praksi sa mladima i odraslima.

Kontakt:

tel: + 381 63 87 71 641

mail: marinabasic@yahoo.com