

**Тревога и депрессия** - видимые симптомы, с которыми сталкивается большинство людей переживших травмирующие события. Но качество жизни человека с травмой страдает не только от них, но и от других неявных и казалось бы малозаметных симптомов в виде когнитивных искажений и сложностей с ориентацией.

Еще одна распространенная проблема у людей с травмой связана со сложностью испытывать и переживать чувство гнева при выходе из шока. Восстановление после шокового события всегда будет сопровождаться мыслями, чувствами и физическими ощущениями, среди них будет проявляться гнев/ ярость.

➔ Что делать с заблокированным гневом и агрессией при выходе из шока?

➔ Как работать с когнитивными искажениями и как разорвать связь между двумя нелогичными мыслями?

➔ Как определить трудности в ориентировании у пациентов, переживших автомобильные аварии, рукоприкладство и другие травмирующие ситуации. и сложностями с ориентацией?

Очень подробно о механизмах возникновения этих процессов с примерами и демонстрационной работой с клиентами я рассказываю на тематических лекциях:

✓ **«Поливагальная теория в краткосрочной телесной травматерапии»**

✓ **«Работа с агрессией в краткосрочной телесной травматерапии».**

Подробная программа лекций, которые вы можете приобрести и внедрить в свою ежедневную практику сразу после просмотра:

## ✓ Лекция по работе с агрессией в краткосрочной телесной травматерапии

### Программа лекции:

1. Агрессия, как часть пути исцеления травмы.
2. Определение и различие между агрессией/яростью и здоровой агрессией.
3. Возникновении агрессии, как части модели шоковой травмы и модели травмы развития.
4. Сопротивление возникновению агрессии.
5. Возможные последствия сопротивлению собственной агрессии.
6. Последовательность действий при работе с агрессией на ранних стадиях работы с травмой.

В лекции представлены простые упражнения, которые помогут клиентам:

- почувствовать и высвободить застрявший гнев;
- ускорить их восстановление от симптомов, испытываемых после травматического события.

## ✓ Лекция "Поливагальная теория в краткострочной телесной травматерапии"

### Программа лекции:

1. Введение в блуждающий нерв и вегетативную нервную систему.
2. Принципы поливагальной теории и модели травмы.
3. Как сразу распознать состояния наших клиентов по поливагальной теории.
4. Практическое значение для помощи нашим клиентам в исцелении от симптомов травмы, депрессии и т. д.


В лекции представлены короткие практические упражнения, которые помогут:

- ➡ найти трудности в ориентировании у пациентов, переживших автомобильные аварии, рукоприкладство и другие травмирующие ситуации;
- ➡ определить когнитивные искажения у клиента и разорвать устойчивую связь между двумя мыслями, которые на самом деле никак не связаны между собой.

**Каждая лекция состоит из четырех блоков:**

- ✓ Теория.
- ✓ Блок ответов на вопросы по теории.
- ✓ Демонстрационная работа с клиентом по запросу.
- ✓ Ответы на вопросы.

Полученные знания и навыки вы сможете применять в личной работе с клиентами сразу же.

 Обе лекции можно приобрести в записи отдельно или вместе. Также вы получите сертификат.

 Чтобы приобрести лекции пишите Юлии Ткалич.